

Testnevelési játék téka nem csak pedagógusjelölt hallgatóknak

TANULMÁNYI FÜZETEK
DEBRECENI REFORMÁTUS HITTUDOMÁNYI EGYETEM

3.

DEBRECENI REFORMÁTUS HITTUDOMÁNYI EGYETEM
KÖLCSEY FERENC TANÍTÓKÉPZÉSI INTÉZET
TESTNEVELÉSI TANSZÉK

TESTNEVELÉSI JÁTÉK TÉKA NEM CSAK PEDAGÓGUSJELÖLT HALLGATÓKNAK

Írta és szerkesztette:
Dr. Pinczés Tamás, Nádasi Lajos

DEBRECEN
2020

Írta és szerkesztette:

Dr. Pinczés Tamás, Nádasi Lajos

Olvasószerkesztő:

Dönsz Judit

© Debreceni Református Hittudományi Egyetem

ISBN 978-615-5853-26-5

Sorozatszerkesztő: Dr. Baráth Béla Levente

Technikai szerkesztő:

Szilágyiné Asztalos Éva



Kiadja: Debreceni Református Hittudományi Egyetem

Felelős kiadó: Dr. Kustár Zoltán rektor

Debrecen, 2020

Nyomdai munkálatok: Kapitális Nyomdaipari Kft.

Felelős vezető: Kapusi József

Készült Debrecenben, 2020-ban

TARTALOM

ELŐSZÓ	15
--------------	----

I. ELMÉLETI ÉS MÓDSZERTANI ISMERETEK

1. A TESTNEVELÉSI JÁTÉK FOGALMI SZERKEZETÉNEK LEGFONTOSABB PEDAGÓGIAI ÉS MÓDSZERTANI VONÁSAI	17
2. A JÁTÉKOK CSOPORTOSÍTÁSA	20
3. A JÁTÉK ALAKULÁSA A GYERMEKI FEJLŐDÉS FOLYAMATÁBAN	21
3.1. Funkciós játékok	22
3.2. Szimbolikus játékok	23
3.3. Szerepjátékok	24
3.4. Szabályjátékok	26
3.5. Feladatjátékok	30
3.6. Teljesítményjátékok	31
3.7. A játékfejlődés néhány sajátossága	34
4. A MOTOROS CSELEKVÉSES JÁTÉKOK TAXONÓMIÁJA	35
4.1. Az optimális játék	35
4.2. A játéktaxonómia vázlata	36
4.2.1. Kognitív szféra	36
4.2.2. Pszichomotoros szféra	37
4.2.3. Affektív szféra	37
4.2.4. A feladatok szintjén megfogalmazott célkitűzések	38
5. TERVEZÉSI FELADATOK A JÁTÉKOKTATÁSBAN	38
5.1. Alaptervkészítés	38
5.2. Folyamatos tervezés	38
5.3. Többlettervezés	39
5.4. Feladatmegjelölés	39
6. A JÁTÉKOK OKTATÁSMENETE	40
6.1. A játékosok felállítása, elhelyezése a játéktéren	40
6.2. A játékban részt vevőkre vonatkozó szerepek és feladatkörök kiosztása	40
6.3. A szerepekhez és feladatkörökhöz tartozó műveletek és feladatok rövid ismertetése	41
6.4. A játék menetét biztosító legfontosabb szabályok ismertetése	41
6.5. A játék céljának, értékelési szempontjainak ismertetése	41
6.6. Próbajáték	42

6.7. A játék vezetése	42
6.8. A játék befejezése, értékelése	42
7. SZERVEZÉSI FELADATOK	43
8. MÁS KULTURÁLIS ÉRTÉKEKHEZ KAPCSOLÓDÓ KOGNÍCIÓK	44
9. A JÁTÉKBAN VALÓ RÉSZVÉTEL JELLEGE	44
10. SZERVEZÉSI SZEMPONTOK	44
11. A JÁTÉKOKRA VONATKOZÓ ISKOLAI KERETTANTERV TARTALMA	45
12. A JÁTÉKBAN ELŐFORDULÓ MOZGÁSFORMÁK, MINT JELLEMZŐ KÉPESSÉGFEJLESZTŐ ÉS KÉSZSÉGKIALAKÍTÓ TÉNYEZŐK	53

II. JÁTÉKGYŰJTEMÉNY

1. SZABÁLYJÁTÉKOK	55
1.1. Szimbólumot és szerepet tartalmazó szabályjátékok	55
1. Verébszökdelés	55
2. Táncoló tündérek	55
3. Táncoló kör	55
4. Szoborjáték	56
5. Egyensúlyozó-játék	56
1.2. Versengő szabályjátékok	57
6. Villámlik	57
7. Kelj fel, Jancsi!	57
8. Mozdulatlanság	58
9. Tűz, víz, repülő!	58
10. Tűz, víz, repülő, nap, hold!	59
11. Tűz, víz, repülő! – mesével	59
12. Egy, kettő, három!	59
13. Hányat ütött az óra?	59
14. Kosár	60
15. Körben ülő	61
16. Hogy a kakas?	61
17. Kis kertész	62
18. Házatlan mókus	62
19. Mókusok, ki a házból!	63
20. Házatlan mókus – párosával	63
21. Hol az olló, komámasszony?	63
22. Szegény ember	64

1.3. Műveletsort tartalmazó szabályjátékok	64
1.3.1. Futójátékok	64
23. Földönfutó	64
24. Földönfutó számolyokkal	65
25. Gépkocsizás	65
26. Vonatozás	66
27. Hullámvasút	67
1.3.2. Ugróiskolák, ugrójátékok	67
28. Iskola	67
29. Sántaiskola	68
30. Labdasántika	69
31. Mackó, mackó, ugorjál!	69
32. Ugrókötelezés csoportokban	69
1.3.3. Dobó- (elkapó-) játékok	70
33. Vigyázz a labdára! – gurítással	70
34. Vigyázz a labdára! – rúgással	71
35. Labdacica körben – gurítással	71
36. Labdacica – dobással	71
37. Fállábas	71
38. Körlabda	72
39. Topázás	72
40. Faljáték	73
41. Tanítócska	74
42. Labdaiskola (Labdázás falnál)	75
43. Nagyiskola (Papos)	75
1.4. Szabályjátékok különböző mozgásos feladatokkal	76
44. Váltó	76
45. Tükörjáték	76
46. Körfutó	77
47. Jöjj velem!	77
48. Jöjj velem! – páros forgással	78
49. Jöjj velem! – párosával	78
50. Jöjj velem! – hármásával, négyesével	79
51. Hagymás, kettő üti egymást!	79
52. Hatozás (Hürézés)	79
53. Helycsere	80
54. Szalagszerzés	80
55. Szalagszerzés két csapatban	81
56. Szalagszerző	81

57. Verseny a babzsákért	82
58. Verseny a babzsákért – négykézláb	82
59. Labdagyújtó verseny	82
60. Cserélgető	82
61. Cserebere több csoportban	83
62. Cserélgető – akadályokkal	83
63. Cserélgető – labdagyakorlatokkal	83
1.5. Erőfeszítést (küzdelmet) igénylő szabályjátékok	84
64. Sótörés	84
65. Mit látsz?	84
66. Békalovazás	85
67. Kakasviadal	85
68. Kakasviadal – guggolásban	85
69. Lábvívás	85
70. Kézvívás	86
71. Húzás-tolás	86
72. Ki a legény a csárdában?	86
73. Húzd át a határon!	86
74. Told ki a körből!	86
75. Told be a körbe!	87
76. Körbe húzás	87
77. Botbirkózás	87
78. Vadszamár	87
79. Hordódöngetés	88
80. Adj király katonát!	88
81. Láncszakítás	89
82. Körszakítás	89
83. Küzdelem a körért	89
84. Halak menekülése	89
85. Dombra szaladós	90
86. Fogolyszabadító	90
87. Buzogánydöntés	90
88. Kötélhúzás	91
89. Kötélhúzás – nekifutásból	92
90. Halazás	92
91. Haldobás	92
92. Csillagugrózás	92
93. Csillagrúgás	92
94. Bakugrás	93

2. FELADATJÁTÉKOK	94
2.1. Fogójátékok	94
2.1.1. Fogójátékok kör alakzatban	94
95. Ne nézz hátra, jön a farkas!	94
96. Béka a körben	94
97. Őr bácsi	95
98. Őr bácsi – párosával	95
99. Sánta róka, gyere ki!	95
100. Páratlan bíró	96
101. Bárányka	96
102. Őszfogó	96
103. Pecsenyeforgatás	96
104. Kecse van a kiskertben	97
105. Benn a bárány, kinn a farkas	98
106. Benn két bárány, kinn két farkas	98
107. Medvetáncoltató	98
108. Kötőfékecske	98
109. Üsd a harmadikat!	99
110. Űt a harmadik	100
111. Fogó váltással	100
112. Fekvő fogó	100
113. Fekvő fogó – szerepcserével	101
114. Körfogó	101
115. Angol körfogó	101
2.1.2. Fogójátékok oszlop alakzatban	102
116. Hol a szita?	102
117. Héjázás	102
118. Kotló és kánya	102
119. Utolsó pár, előrefuss!	103
2.1.3. Fogójátékok vonal alakzatban	104
120. Árokciózás	104
121. Egyesek, kettesek	104
122. Fekete, fehér	104
123. Átfutójáték	105
2.1.4. Fogójátékok szétszórt alakzatban	106
124. Nyulak és a sas	106
125. Mackók a barlangba!	106
126. Elefántfogó	106
127. Féltek-e a medvétől?	107

128. Gyertek haza, libuskáim!	107
129. Farkas a bárányok között	109
130. Hány óra van, farkas apó?	109
131. Szembekötődsi	110
132. Erre csörög a dió	110
133. Nyomon kergess!	110
134. Majomfogó	111
135. Fészekfogó	111
136. A fészek a fogó	111
137. Nyúl a bokorban	112
138. Nyúl a bokorban – párosával	112
139. Nappal, éjszaka	112
140. Házas fogójáték	113
141. Kecskézés	113
142. Pár a ház	114
143. Kézfogás a ház	114
144. Guggolás a ház	114
145. Kullázás	115
146. Kör a ház	115
147. Két ház	115
148. Függés a ház	115
149. Fekvőtámasz a ház	116
150. Cigánykerék a ház	116
151. Folyosófogó	116
152. Folyosófogó – párokban	117
153. Cikázás	117
154. Hatos futás	118
155. Csalogató	118
156. Csalogató – kidobással	119
157. Egyszerű fogó	119
158. Fogó két (vagy több) fogóval	120
159. Szöcskefogó	120
160. Fogó egy lábon	120
161. Fogó négykézláb	120
162. Sántaróka-fogó	120
163. Érintőfogó	121
164. Növekvő fogó	121
165. Keresztező fogó	121
166. Keresztező fogó – párosával	121

167. Macska	122
168. Félperces fogó	122
169. Félperces fogó – átbújással	122
170. Terpeszfogó	122
171. Fészekrakó	123
172. Lepkeháló	123
173. Fogó párokban	123
174. Párokat kergető fogó	123
175. Páros fogó	124
176. Balatoni halászok	125
177. Balatoni halászok kerítőhálóval	125
178. Halászás	126
179. Láncfogó	126
180. Szarvasvadászat	127
181. Csendőr – zsvivány	127
182. Testőrség	128
183. Csőszjáték	128
184. Hess, ki a rétről!	128
185. Hajsza a kendőért – két csapatban	129
186. A tolvaj	129
187. Seregfogó (egyszerű csapatfogó)	129
2.1.4. Fogójátékok eszközzel	130
188. Mókusfogó	130
189. Sapkás fogó	130
190. Kígyóüldözés	130
191. Csapd agyon a szúnyogot!	131
192. Labdaérintő fogó	131
193. Fogó fejen babzsákkal	131
194. Buzogányfogó	132
2.1.5. Fogójáték labdával	132
195. Nyúl és vadász	132
2.1.6. Küzdelmet, erőfeszítést igénylő fogójátékok	133
196. Kakas az ülőn	133
197. Kígyó	134
198. Lovasfogó	134
199. Talicskafogó	135
2.2. Bújójáték	135
200. Ipiapacs	135
2.3. Találatjátékok	136

2.3.1. Bombázóversenyek	136
201. Bombázó céltárgya	136
202. Bombázó két csapatban	136
203. Bombázó buzogányokra, gurítással	137
204. Bombázó guruló labdára	137
2.3.2. Célzás társakra	137
205. Jancsi a körben	137
206. Védj a társad!	138
207. Kilenc élet	139
208. Nemzetesdi (Nemzetes)	139
209. Nyúl és vadász labdával	140
210. Vadászlabda	140
211. Vadászlabda két csapatban	141
212. Kidobós	142
213. Kidobós – visszaállással	142
214. Kidobós – varázslással	143
215. Kidobós – két labdával	143
216. Megdobós / Döngető	143
217. Fogyasztó körben	144
218. Bombakirály	145
219. Fogyasztó négyyszögben	145
220. Fogyasztó szétszórta	145
221. Fogyasztó szétszórta – időig	146
222. Fogyasztó szétszórta – kölcsönös fogyasztással (Csata)	146
223. Kétudvaros döngető	146
224. Kétudvaros fogyasztó (Tűzharc)	147
225. Seregfogyasztó	147
226. Szabadulás a labdától	148
227. Szabadulás a labdától – hálón át	149
228. Szabadulás a labdától – gurítással	149
229. Szabadulás a labdától – rúgással	149
230. Szabadulás a labdától – alsó nyitással	149
3. TELJESÍTMÉNYJÁTÉKOK	149
231. Kiszorító	149
232. Kiszorító – alapérintéssel	150
233. Kiszorító – fejeléssel	151
234. Kiszorító – rúgással	151
235. Adás-kapás	151
236. Adás-kapás – dobással	151

237. Nyitás-kapás	152
238. Nyitás-kapás – alapérintéssel	152
239. Nyitás-kapás – forgással	152
240. Pontszerző	152
241. Kétudvaros pontszerző	154
242. Négyudvaros pontszerző	154
243. Saroklabda	155
244. Zsámolylabda	156
245. Vonalfutball	157
246. Pókfoci	158
247. Páros foci	159
248. Zsinórlabda	160
249. Kosárpóló	161
250. Kézipóló	162
251. Kosárfoci	162
4. SOR- ÉS VÁLTÓVERSENYEK	162
4.1. Sorversenyek	163
4.2. Váltóversenyek	164
5. JÁTÉKOK VÍZBEN	165
252. Vízi testnevelésóra	166
253. Tisztálkodási játék	166
254. Esőjáték	166
255. Labdatelés vízben	166
256. Labdaátadás párokban	166
257. Rakétakilövés	166
258. Bújás karikába	167
259. Alagútbújás	167
260. Kincskeresés / Gyöngyhalász	167
261. Papucskeresés	167
262. Számfelismerés	167
263. Deszkaszerző	167
264. Pingponglabdafújó verseny	168
265. Motorcsónakverseny	168
266. Hajócsata	168
267. Hajócsata – karikával	168
268. Tűz, víz, repülő	168
269. Tornaelemek a vízben, víz alatt	168
270. Labdagyűjtő	169
271. Terpeszfogó	169

6. ALTERNATÍV ÉS SZABADIDŐS JÁTÉKOK	169
272. Három testrész	169
273. Alkossatok betűket/számokat!	169
274. Számos csoportalakítás	170
275. Létszámszabadító	170
276. „Simon mondja”	170
277. Kapd el a botot!	170
278. Számoljunk, gyerekek!	171
279. Add tovább!	171
280. Fababa	171
281. Bogozó	171
282. Pókháló	171
283. Utolsó, előrefuss!	172
284. Lepedőlabda	172
285. Színes lepedőlabda	172
286. Frizbifogó	173
287. Kendős fogó	173
288. Füle-farka	173
289. Fogd meg a végét!	174
FOGALOMTÁR	175
ELMÉLETI FORRÁSOK	177
JÁTÉKFORRÁSOK	179

ELŐSZÓ

Különös örömmel adjuk a tanítójelöltek, tanítók és a testneveléssel foglalkozó szakemberek kezébe könyvünket, amely nemcsak bőséges játékgyűjtemény, hanem elméleti módszertani támpontot is próbál nyújtani. Segít eligazodni abban is, hogy az egyes játékokat mikor, milyen szakmai-pedagógiai szándékkal, a célokhoz és feladatokhoz illeszkedve alkalmazzuk.

Igyekeztük szem előtt tartani a korszerű játszás szellemiségét és követelményeit, a legfontosabb jellemzőit: érzelemgazdag körülmények megteremtése, ismeretek szerzése, intenzív motorikus és szellemi fejlesztés, célzott képességfejlesztés és készségkialakítás. Összhangban a testnevelés dokumentumaival, a mindennapos testnevelés hatékonyságára és az iskolai pedagógiai munka színvonalának emelésére törekszünk.

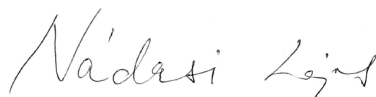
Hisszük, hogy a testkultúra átszármasztatása terén szolgálatot teljesítettünk.

A Testnevelési játék téka tanulmányozásához, elsajátításához kellemes és hasznos élményeket, felismeréseket kívánunk a szerzők:

Dr. Pinczés Tamás



Nádasi Lajos



I. Elméleti és módszertani ismeretek

1. A TESTNEVELÉSI JÁTÉK FOGALMI SZERKEZETÉNEK LEGFONTOSABB PEDAGÓGIAI ÉS MÓDSZERTANI VONÁSAI

Az iskolai testnevelésben alkalmazott játékok meghatározásánál a következő szempontokat emelhetjük ki.

- **Teljes mértékben meg tud felelni az iskolai testnevelés céljainak és feladatainak.**

Az iskolai testnevelés forrásaiként tarthatjuk számon a **gyermekjátékokat, a népi játékokat, a tornajátékokat**, valamint a ma leginkább elterjedt **sportjátékokat**. Mindemellett az iskolai testnevelés rendelkezik olyan tapasztalatokkal és gyakorlati eredményekkel, játékműhelyekkel, amelyek révén a játékok köre egyre bővül. A gyakorlati szakembereknek mindenkor ügyelniük kell ezen kulturális értékek továbbadására, átszarmaztatására.

- **A játékfolyamat minden esetben tudatos, szándékolt cselekvések eredményeképpen alakul ki.**

A gyermeki tevékenység minden mozzanatát végigkíséri, a testnevelésben pedig meghatározó a játék mozgástartalma. De nem csupán a motórium és a tudat sajátos működéskapcsolatáról van szó. A legapróbb mozgásműveletnek is érzelmi töltése van. Az érzelemhangsúlyos helyzetekben fogékonyabbak a tanítványok, könnyebben alakíthatók. Az érzékeny állapotok kedvezőek a befogadásra.

- **A testnevelésben alkalmazott játékok közül szinte valamennyi alkalmas az aktuálisan kitűzött – nevelési, képzési és oktatási – feladatok megvalósítására.**

A játékok a testnevelési órák minden mozzanatában jelen lehetnek, s a legkülönbözőbb módon fejthetik ki hatásukat.

- Lehet játékot alkalmazni *ráhangelő, motiváló, bemelegítő, frissítő* jelleggel, de a *speciális előkészítés* eleme is lehet.
- Önálló részként a játék az ismeretek – elsősorban *mozgásismeretek* – alkalmazásának is fontos területe.
- A játéknak kiemelt szerepe van a *képességfejlesztésben* is. A játékkal kitűnően lehet szabályozni a testnevelési óra, foglalkozás terhelését. A terhelési dinamika meghatározása felelősségteljes, s komoly követelményt támaszt a testnevelést tanító pedagógussal szemben.

- **A játékbeli cselekvéseket bonyolult folyamatok kísérik, melyek megismerésével tudatosabbá és hatékonyabbá válik a fejlesztő nevelés.**

A játékokról szerzett ismereteink bővítéséhez a tudományos kutatás módszereit kell alkalmaznunk. A kiscsoportoknál végezhető vizsgálatok, az egyszerű tanári megfigyelésektől a különböző személyiségtesztek alkalmazásáig, a szociometriai technikák és eljárások, a pedagógiai hatékonyság és a fiziológiai terhelés mérése mind-mind lehetőséget biztosít a kisgyermek (óvodások és kisiskolások), illetve a gyermekek és ifjak (alsó, felső tagozatosok, középiskolás diákok) fejlődési sajátosságainak pontosabb megismerésére. Szinte minden mérhető, s a játékon keresztül megbízható adatokhoz juthatunk.

- **A játékban a gyermek egész személyiséggel vesz részt. A játék a személyiségfejlesztés, a nevelés fontos eszköze.**

A játékok azért is alkalmasak a személyiségfejlesztésre, mert a cselekvések gazdag választékát kínálják. A játékokat úgy is jellemezhetjük, mint a viselkedés lehetőségeinek megsokszorozódását.

- **A játékfolyamat egyben tanulási folyamat is.**

A játékfolyamatban a játék résztvevőinek módjuk van arra, hogy a játékfeladattal újra és újra találkozzanak. Ez nemcsak a feladatjátékokként jelölt játékoknál van így. A korábbi játékfejlődési szakaszokban, ahol inkább játékműveletekről beszélhetünk, még jellemzőbb az ismétlődés. Rendkívül előnyös tanulási helyzet áll elő, mert a játékosoknak megvan a lehetőségük

arra is, hogy a korábban elkövetett hibákat kijavítsák, eljárásaikat, viselkedésüket újra és újra ellenőrizzék, de egyben lehetőségük nyílik arra is, hogy új viselkedési formákat próbáljanak ki.

- **A játék a szorosabban vett tanulás mellett az ismeretszerzés más formáinak, tágabb értelemben a tapasztalásnak fontos eszköze.**

A gyermek elsősorban önmagát és társait ismeri meg leginkább a játékban. A pedagógusnak is számtalan lehetősége van a tanulók és társas viszonyaik megismerésére.

A megismerés „irányába” hatnak a játék során kialakult készségek. Az érvényesülő valamennyi mozgáskészség között említhetjük a táncos és zenére történő mozgásformákat, amelyek egyúttal kulturális értékhordozók, és esztétikai élményekkel párosulnak.

- **A játékok szorosan kapcsolódnak a pedagógiai elvekhez és a megvalósítás feltételeiként alkalmazott módszerekhez, általánosabb értelemben az egyes tudományterületekhez.**

Az elméleti szakemberek a játékot különböző tartalmi elemzések szerint más-más fogalmakkal együtt vizsgálták s kapcsolták össze. Mint pl.: *nevelés, tanulás, képességfejlesztés, sport, pszichológia, életkor, filozófia, kultúra, szociometria.*

- **A játék az ismeretek alkalmazásának is fontos terepe.**

Játék során mindenfajta tanult mozgás kipróbálható. A változatos körülmények és a változtatható feltételek elősegítik a készségek megszilárdulását, biztosítják a teljesítményképes tudást.

- **A játék igen fontos közösségformáló tényező.**

A szakembereknek a játék minden mozzanatában figyelembe kell venniük ezt a társadalmi szempontból is lényeges, nevelési elvekre épülő, személyiségformáló pedagógiai összetevőt.

- **A játék során az érzelmi viszonyulás és érzelmi hatások meghatározzák a magatartás és a gondolkodás alakulását is.**

A játékokban a kisebbek számára világosan kirajzolódik és szétválik a jó és a rossz. Megtanulják a „helyes irányt”. Nagyobbaknál már egyre pontosabb értékítéletek kapcsolódnak az egyértelmű cselekvésekhez, konkrét etikai tartalommal.

2. A JÁTÉKOK CSOPORTOSÍTÁSA

A játékokat az alábbi szempontok szerint csoportosíthatjuk:

a) ***Pszichológiai szempont***

A pszichikus funkciók szerint megkülönböztethetünk érzéki, motoros és szellemi játékokat.

b) ***Pedagógiai szempont***

A nevelőoktatás legfontosabb kérdéskörei, valamint a képességek fejlesztése és a készségek kialakítása szerint sorolhatjuk ide az alkotó (szerep), konstruktív, szabály-, didaktikus, mozgásos és sportjátékokat.

c) ***Testnevelési szempont***

E szerint a szempont szerint egyrészt a játékok forrásait vehetjük figyelembe, mely alapján **népi játékokról**, ezen belül énekes-táncos, dramatikus, társas, mozgásos, sportszerű és egységes szabályú játékokról beszélhetünk.

Másrészt a játékok intézményes és szervezeti kereteit jelölhetjük meg. A testnevelési tantervek is ennek megfelelően csoportosítják a játékokat. Ilyenek a tulajdonképpeni **iskolai játékok** (futójátékok, fogójátékok, sor- és váltóversenyek, labdás játékok, küzdőjátékok, tantermi játékok), valamint a kiegészítő tervekben szereplő, vízben játszható játékok (sekély- és mélyvízes játékok), valamint a téli játékok keretében alkalmazható hógolyózás, szánkózás, korcsolyázás.

A testkultúra fontos területe a sport, melyen belül a **sportjátékok** számottevő helyet kapnak az iskolai testnevelésben. A tantervek négy sportjátékot jelölnek meg: kézilabda, labdarúgás, röplabda, kosárlabda. Valójában az iskolákban alkalmazott testnevelési játékok jó része a sportjátékok előkészítését is szolgálja. Megemlíthetjük az **alkotó szerepjátékokat** (konstruáló, dramatizáló), amelyek kapcsolatot jelentenek az egyéb iskolai tevékenységekkel.

d) Fejlődéstani szempont

Az előbbi három szempont ötvözeteként a játékokat – **melyek az iskolai testnevelésben kaphatnak helyet** – a fejlődési szakaszok alapján oszthatjuk fel, s külön fejezetben ismertetjük. **A játékok felsorolása és leírása nagyrészt e szerint a szempont szerint történik a továbbiakban.** Külön csoportba vettük a **sor- és váltóversenyeket, a vízi játékokat, valamint az alternatív és szabadidős játékokat,** amelyek több vagy szinte minden fejlődési szakaszban alkalmazhatók.

3. A JÁTÉK ALAKULÁSA A GYERMEKI FEJLŐDÉS FOLYAMATÁBAN

A tudatos pedagógusmunka elengedhetetlen követelménye a gyermeki fejlődés pontos és részletes ismerete, amely révén világossá válik a gyermeki cselekvés lényege, mit miért és hogyan tesz a gyermek a játékban.

A **fejlődésszempont** elsődleges figyelembevételé a legbiztosabb alap a játékproblematika feltárásához, de mindenfajta testnevelésbeli megnyilvánuláshoz kulcsot ad. A játék fogalmát az életkori fejlődés alapján tudjuk megfelelően és differenciáltan értelmezni. Nem érvényes minden esetben pl. az a megállapítás, hogy a győzelem eléréséért játszunk, de az sem, hogy magáért a tevékenység örömeért. Az eredménynek, versengésnek, a győzelemnek a játék fejlődésében – adott életkorban – eltérő jelentősége van, s szorosan összefügg a játék tartalmának változásával. A játék motívuma is változik, azt is meg kell tanulni. A motívumok kialakulását, elsajátítását a környezeti tényezők jelentősen befolyásolják, egyéneknél is eltérő indítékokat, eredményeket, érzéseket tárnak fel.

A játékot az iskolai testnevelés szemszögéből vizsgáljuk ugyan, de szükséges ismernünk az iskoláskor előtti időszak játékbeli fejlődési sajátosságait. Mivel a motoros cselekvés már 3 hónapos kortól nyomon követhető, röviden foglalkozunk az iskolát megelőző korszakokkal is.

A testnevelésben korábban négy, viszonylag jól elkülöníthető szakaszt határoztunk meg. Hogy teljessé tegyük a játékfejlődésre vonatkozó összképet, ki kell szélesítenünk az időhatárt visszafelé, egészen a csecsemőkorig.

3.1. FUNKCIÓS JÁTÉKOK

A gyermek cselekvési köre a 3. hónaptól jelentősen bővül, néhány viselkedési formát képes pontosan elsajátítani, melyeket sokszor ismétel. Ezek bizonyos funkciót töltenek be az életében. Egyrészt a környezethez való alkalmazkodásra szerveződnek a mozgások, de olyankor is végzi azokat, amikor nincs „szüksége” rá, sőt külső inger nélkül is létrejöhetnek. Akaratlan (impulzív) mozdulatokból álló láncolattá szerveződnek, ahol az izomérzés örömet okoz, ezért tekinthetők játékos tevékenységnek. Mindezeket tökéletesen megtanulhatja, bármikor képes megismételni. Örömteli és kellemes élményt nyújtanak számára. A fölismeréses asszimiláció – ahogyan a pszichológia nevezi a tevékenységet – részletezése helyett emeljük ki, hogy az ismétlések alkalmával mindig hasonló eredményre jut, sikerül a mozgás, ezáltal megnyugszik. A későbbi tudatos, tervezett, anticipált mozgás sikeres, ismételt végrehajtása biztonságérzetet ad. Feltételezzük, hogy a biztonságérzet primér formái már a csecsemőkorból, a funkciós játékok begyakorlása révén kialakulnak. 1–1,5 éves korára megtanul ülni, állni, mászni, járni a gyermek. Mindezen funkciókat számtalan változatban ismétli meg, közben különböző eszközöket használ. A funkciós játékok szerepe a későbbiek folyamán egyre csökken, de megmarad még a felnőttkorban is. Kitöltik a magasabb szintű játéktevékenységek között előforduló üresebb részeket.

3.2. SZIMBOLIKUS JÁTÉKOK

1,5–2 éves korban jelenik meg a következő játéktípus, a szimbolikus játék, de nem a funkciós játék helyére lép. A szimbolikus játék kialakulását a képekben való gondolkodás idézi elő. A kisgyermek játéka egy elemmel, a szimbólummal bővül. A funkciós játékok fokozatosan csúsznak át a szimbolikus játékokba – mondja Ranschburg (1978) –, a folyamatnak nagyon sok és érdekes fokozata van, amíg végül eljut a gyermeki tevékenység a jellegzetes szimbolikus játékig. Ranschburg (1978) két szemléletes példát hoz fel, az építőkocka–híd, illetve gyufaskatulya–hajó képpárokat, amelyek a gyermek fejében előbb külön-külön megvannak, majd összekapcsolódnak. A szimbolikus játéktevékenység valójában a már valamilyen formában megismert objektum (híd, hajó) létrehozása tárgyi helyettesítéssel. Amíg a hajó nem működik, tehát nem kíséri tárgyhoz, személyhez kapcsolt cselekmény, addig a szimbólumképzés tiszta formában van meg. A játék célja maga a konstruálás.

Ebben a szakaszban a gyermek valamit valamivel helyettesítve a szimbólumok gazdag választékával él, a funkció és a játékosság öröme mellett megjelenik az alkalmazkodó elem is. Leontyev (1964) rámutat, hogy már 2 éves kor előtt a játékot az emberi tárgyi tevékenység határozza meg. A meglévő ellentmondást – nem tud hidat, hajót építeni, mégis épít, nem tud lovagolni, mégis lovagol (pálcán) – a cselekvés tárgyi feltételeinek más tárgyi feltételekkel való helyettesítésével oldja meg a gyermek. Utóbbi esetben, amíg a tevékenység tartalma, a lovaglás nem kezdődik meg, a játék szimbolikus. Amint a lovaglás művelete megindul, már szerepjátékról van szó. A szimbólumképzés a pálca lóvá történő „kinevezéséből” áll. A szimbolikus játék szerepjátékká fejlődhet. A folyamat úgy is értelmezhető, hogy a szerepjátékok során a szimbolikus elemek megmaradhatnak, továbbiakkal bővíthetnek.

A pálcán történő lovaglás átmenet a szerepjátékokhoz. A lovaglás reális cselekmény marad, mert közben a gyermek számol a pálca tulajdonságaival, nem pedig lóként kezeli. A pálcán lovaglás akkor válik igazán szerepjátékká, ha a lovaglás műveletei bonyolultabbakká válnak.

A kisgyermekek tárgyi irányultsága azt is jelenti, hogy összehasonlítja a dolgokat, akár hasonlítanak egymásra, akár nem. A behelyettesítést akkor is elvégzi a gyermek, ha a megjeleníteni kívánt objektumra egyáltalán nem hasonlít

a szimbolizálásra használt tárgy. Ez akkor történik, ha más eszköz nem áll rendelkezésre, és a játékműveletek is egyszerűbbek, szerep nélküliek. Ranschburg (1978) szerint a szimbolikus játéknak két kritériuma van. Az egyik a tettetés, az elhitetés, hogy valamit csinál. Ez valójában nincs. A másik a szimbólum jelenléte. Valamivel valamit eljátszani, ez tipikus szimbólumjáték.

A helyettesítés, a szimbólumképzés rövid ideig tart. Hamarosan szerepszerű elemekkel bővül, amennyiben társas helyzetek alakulnak, és a résztvevő gyermekek tehetségesek az utánpótlásban. Így a szerepjátás egészen korán megjelenhet.

A szerepjátékok kiteljesedéséig érdekes átmenetek jellemzik a szimbolikus játékokat. Tapasztalataink szerint a kisgyermek ekkor igen fogékony az olyanfajta játékokra, mikor a semmi valami, s a valami semmi, vagy a rendelkezésre álló tárgy vagy eszköz egyáltalán nem hasonlít a megjelenítendő dologhoz, mégis elvégzi a helyettesítést.

A szimbólumokat a gyermeki képzelet és gondolkodás hozza létre. Jól tájékozódik az alakuló, változó jelek rendszerében. Később, 11-12 éves korban bizonyos szimbolikus elemek biztosíthatják a játék zavartalan lefolyásának feltételeit. Pl. a kapu, a mez, a vár, a szögletzászló létesítését a gyermek igen változatos tárgyi helyettesítéssel oldja meg.

3.3. SZEREPJÁTÉKOK

A szimbolikus játékokban a gyermekek előbb odáig jutnak, hogy valóságosan kezelik a tárgyakat, annak tulajdonítják, ami. Ugyanakkor lelket töltenek belé, megszemélyesítik. Kezdetben nincs jelentősége, hogy a tárgy milyen alakú, milyen tulajdonságokkal rendelkezik, de később keresik a hasonlatosságot. A gondolkodásmenet átfordíthatóságát példázza, mikor széttárt karral repülőgépet játszik. Egy másik személy magatartása is jelentkezik saját viselkedésében úgy, hogy kezdetben a szerepek csupán pillanatokra jelennek meg.

A szerepjátékokban az utánpótlás fontos elemmé válik, érzelmi szempontból is jelentős. A szerepek mintegy katalizátorai a játékoknak.

A szerepjátékok az óvodai és iskolai testnevelésben rendkívül fontosak, mivel általában a nagy izommozgással járó cselekvések ezekben a játéktevékeny-

ségekben jelennek meg először. A cselekvéssorok egyúttal jelzik a mozgás bonyolultságát, összetettségét is. A szerepjátékok sokszor a szimbólumok egész sorát magukban foglalják. A mozdulatlan őrt állás lehet szerepfeladat, amelynek a testhelyzet kivitelezése a többi szereplőhöz való viszonyulás oldaláról izgalmas szerep lehet. De lehet pusztán egy kellék az őr, ilyenkor egy fa, egy oszlop is jelképezheti. Valójában hogyan válik egy játék szerepjátékká, vagy éppen miért nevezhető annak, miért más a szerep, mint a szimbólum? Ezekre a kérdésekre ekképpen válaszolhatunk.

A szerepjátékot játszó gyermeket domináns szerepmagatartás jellemzi. Ranschburg (1978) azt mondja, hogy a felnőtt domináns magatartása jelenik meg a gyermek játékában. Sok esetben így van, de nem csak erről van szó. A felnőtt, akit leginkább választ, jellegzetes személy, az érdeklődés középpontjában áll. De utánozhat állatot, működő használati tárgyat, gépet (leginkább közlekedési eszközt). A szerep végeredményben a jellemző és tipikus ábrázolás megjelenési formája. Ha nincs karaktere a megjelenítésnek, csupán a jelenség szintjén van meg a hasonlóság, szimbolikus játékká alakulhat vissza.

Összefoglalva tehát az, hogy a gyermek más személyeket (nemcsak felnőt- tet), állatokat, tárgyakat utánozhat és eljátszhatja szerepjátékaiban, azt jelenti, hogy háromféle objektumot mint megismerő tevékenységének tárgyát képes eljátszani. Az előzetesen szerzett ismeretek a szerepjáték folyamán bővülnek. Az ismeretszerzés a szerepléskor folytatódik, a lényeges jegyek, elemek rögzülnek ebben a tanulási folyamatban.

Ahogy a játék cselekvési köre kibővül, úgy válik egyre inkább a szerepjáték mozgásossá. A mozgásos cselekvéseknél a gyermeki ötleteket figyelembe kell venni, ugyanakkor a lehetséges és hatékony megoldásokat kell szorgalmazni. A pedagógiai irányítás itt már a játék hatékonyságát növelő tényezőnek számít. A játékban elsajátítható mozgáskészségeknek helyet kell kapniuk a gyermekekkel közösen megalkotott koreográfiákban.

A szerepjátékok mozgásműveleteinek végrehajtása a gyermek sikerét bizonyítja. A szerepjáték-vállalásban és a megszemélyesítés sikerében több tényező játszik szerepet.

1. Milyen szerepjátékokat tanítottak meg velük? A nem régi, friss játékelmények hatása érezhető.
2. A közelmúlt történései, a legújabb információélmények befolyásolják a szerepjátszás színvonalát; a gyerekek feldolgozzák, beépítik cselekvéseikbe.
3. Az egyéni képességek meghatározók, a szereposztás is ezek szerint szerveződik.

A fentiek – akár a gyermekek spontán játékaikról van szó, akár a pedagógus által irányított játékról – mindkét formában érvényesek. A szerepjátékok jelentősége éppen az alakuló, változó, egyszeri, megismételhetetlen voltában van. Nem egy szigorúan előírt dramaturgia szerint folyik a cselekmény. A szereplők saját élményanyagot tesznek a játékhoz. Sokszor, főleg a szerepjátékok kezdetén az interakciók, az egymáshoz való viszonyulások sem fontosak, hanem az egyéni megvalósítás sikere. Ezért is játszik szívesen a gyermek kétszemélyes játékot, leginkább úgy, hogy a „másikat” helyettesíti valamivel. Mikor az egyik szerep szerint játszik, a másik kellékként, mellékszereplőként jelen van, megfogható közelségben. Hogy az egyik szerepben előrejusson, a másikat is foglalkoztatni kell. Az „átlépés” megtörténik. A jó és rossz ügy bonyolódása kirajzolódik.

Bár van bizonyos szabályszerűség a játékok lefolyásában, Burka (1972) szerint, nem mindig a cselekvés belső logikája, hanem az egyes cselekvési műveletek sorrendje biztosítja azt. A hangsúly itt még azon van, hogy ki cselekszi, és hogyan sikerül az utánzás. Fokozatosan bővül a megkötöttség, a szabályszerűség.

3.4. SZABÁLYJÁTÉKOK

A szabályjátékok kialakulásának időszaka 6 éves korban van. Ettől függetlenül azt is tapasztaltuk, hogy több 5 éves korú csoport kifejezett szabálytudattal rendelkezett, és szabályjátékokat játszott (Tűz, víz, repülő, Vonatozás, Házatlan mókus).

Mint utaltunk rá, a szerepjátékokban az egyes műveletek nem egyformán ismétlődnek. Változékonyságuknak több oka van.

1. A játék motívumához képest nem lényegesek.
2. A korábban eljátszottakra nem emlékeznek pontosan.
3. Nem is akarják ugyanazt.

Mérei (1985) arról tesz említést – élménygondolkodás-vizsgálatai kapcsán –, hogy a tárgyi tartalom és az érzelmi telítettség viszonya az élmény belső struktúráján alapul, valamint az emlékezeti felidézése és a történések összevetésén.

Részleteiben is vizsgálva a szerepjátékok lefolyását azt tapasztaltuk, hogy a műveleti struktúrában olyan cselekvések válnak el a többitől, amelyek változatlanul ismétlődnek, s a játék feltételeit is megszabják. Nézzük meg a Vonatozás népszerű szabályjáték szerepjátékként feldolgozható élményeit! Eljátszva egy vonaton történő utazást, a következő kép tárul elénk: a mozdonyvezető, a forgalmista, a kalauz, az utasok cselekvéseiben a szerep igen fontos, s az is, ki játssza (a felszállás/leszállás, a forgalmista jelzése, a vonatindítás, a jegykezelés, az ülőhelyek elfoglalása, a csomagok elhelyezése, az egyes műveletekhez tartozó szereplők megnyilvánulásaikkal, gesztusaikkal együtt vannak jelen a játékban). A szabályjátékká alakuló Vonatozásban viszont a vonat mozgásának a mechanizmusa, a közlekedés feltételei kapnak hangsúlyt (a vonatkocsik összekapcsolva, zárt pályán, vonalakon haladnak, a haladás átváltással történik; a két szerelvénynek el kell kerülni az összeütközést. Különböző jelzések irányítják a forgalmat – lassítás, megállás, váltás stb.). Megmaradnak azok a szerepek, amelyek a szabályok betartásával kapcsolatosak.

A szabályjátékokban a gyermekek igénylik a szabályokat. Sok esetben ők maguk hozzák létre, vagy részt vesznek megalkotásukban. A szabályok egyre szigorúbbá válnak.

A szerepektől részben vagy egészen elszakadt cselekvési műveleteket a közöttük lévő szabály hozza létre. Burka (1973) kiemeli, hogy a játék szempontjából itt már érdektelen, hogy ki cselekszik, a lényeges, hogy mit csinál. A szabályjátékokban a gyermek már olyan valóságos mozgásos feladatokat végez (fut, dob, ugrik, mászik), amelyeknek a cselekvésben jellegzetes dinamikai paraméterei vannak. A testnevelés szempontjából ezért döntő fontosságúak.

A szabályjátékok a társas kapcsolatok fejlődése szempontjából jelentősek. Olyan példát is említhetünk, ahol a szabályjáték – lényegében egy mozgásfel-

adat – közvetlenül a funkciós játékokból alakul. Amikor a gyermek megkötí, hogy a lépcsőn hányásával ugorjon, valójában már szabályjátékot játszik. Vagy ha a padlócsempén való közlekedés módját határozza meg (pl. vonalra nem szabad, vagy csak átlósan lehet lépni). A feladatot a gyermek egyedül végzi, de ilyenkor is fontos a társak jelenléte, akik igazolják, legitimmé teszik a végrehajtást. Természetesen az ilyen egyszemélyes mozgásfeladatokra épülő szabályjátékok elég korán megjelennek, mégpedig úgy, hogy a gyermek keresi a lehetőségét az egyedüli gyakorlásra, hogy a társas alkalmakkor sikerüljön neki, vagy új szabályt próbál ki. E tekintetben a gyermekek eltérően vesznek részt a szabályjátékokban, amelynek oka az egyéni képességek közötti különbség.

A szabályjátékoknak egy sajátos formája az, ahol a játékcsoportok éppen a szabályjátékok eljátszására szerveződnek. 10 éves korban a játékcsoportok éppen a szabályok létrehozására alakulnak, s csak addig léteznek, míg a szabályokat ki nem próbálták.

A játékfejlődésnek ez egy sajátos vonása. Miközben a gyermekek az önmaguk által felállított szabályok érvényesítésére törekednek, bebizonyosodik, hogy képesek-e betartani a szabályokat. Ez azért is érdekes, mert nemcsak feladatstruktúrára épített játékokat játszanak, hanem kifejezett irányultságuk van a teljesítményre. Ezt a szinte szükségletként jelentkező igényt a következőképpen magyarázzuk.

- Az 5-6 éves korban alakuló szabályjáték szakaszban – egyrészt a környezeti tényezőket okolva – nem adódott kellő alkalom szabályjátékok eljátszására.
- Az alkalmazkodás minősége nem alakul megfelelően.
- A korábban is elsajátítható játékok tartalmát nem építették meg, így a szabályaikhoz sem alkalmazkodtak.

A szabályjátékoknak ez a késői „vonulata” utolsó lehetőség az alkalmazkodó, szabálytisztelő magatartás elsajátítására.

A szabályjáték korszak ilyen értelemben elhúzódik, és átfedésbe kerül az utána következő játékfejlődési szakaszokkal.

A szabályjátékoknak különös pedagógiai jelentősége abban van, hogy megalapozza a mindenkori alkalmazkodás képességét, a pozitív viszonyulás elsajátítását. *A felnőttkori törvénytisztelet és a deviancia okai is visszavezethetők erre a játékfejlődési szakaszra.*

Túlságosan egysíkú lenne a játék képe, ha a gyerekek mindenben teljesen egyetérténekek, és a megalkotott szabályokon nem változtatnának. A szabályjátékok szabályainak változása a képességek oldaláról magyarázható meg jobban.

A szabályjátékokhoz tartozik, hogy a sikeres vagy sikertelen végrehajtásoknak meglegyen az érdem szerinti következménye. Bármilyen jelentéktelennek tűnik is, de jelképezze, hogy a pozitív cselekvésnek legyen jutalma, a negatívnak büntetése. Ez a „törvény” a gyerekek által elfogadott. Olykor, a hagyományokból átvett „egy élet elvesztése” jelenti az ítéletet vagy egy kellemetlenek szánt – de szerencsére nem az – erőgyakorlat. A játék feladatának végrehajtása és következménye szabályszerűen ismétlődik.

Összefoglalva: a szabályoknak meghatározó jelentősége van. A kapcsolat szoros a szerepjátékokkal (pl. Tűz, víz, repülő) és a feladatjátékokkal is (pl. Házatlan mókus).

A szabályjátékok során a gyermek önmaga szabályozására ügyel. Kifejezett törekvése van mások cselekvéseit szabályozni, ítélkezni – ha közvetett módon is. A mozgásfeladatot sok esetben egyedül végzi, de ilyenkor is fontos a társak jelenléte, akik igazolják, hitelesítik a végrehajtás szabályosságát. Az egyéni személyes mozgásfeladatokra épülő szabályjátékok elég korán megjelennek. Az együttműködés dominál, az érdekek nem állnak egymással szemben. A különbségek ellenére nem beszélhetünk rangsorról, s a csoportok szerkezete sem hierarchizált.

A szabályjátékok sajátossága továbbá, hogy a játékcsoportok a szabályok eljátszására szerveződnek. Miközben a gyermekek az önmaguk által felállított szabályok érvényesítésére törekednek, bebizonyosodik, képesek-e betartani a szabályokat. Ez azért érdekes, mert a 10 éves kor táján a szabályok jelentősége újra felerősödik.

3.5. FELADATJÁTÉKOK

A feladatjátékokban a gyermek a korábnál lényegesen összetettebb problémahelyzetbe kerül. A feladat áll a cselekvés középpontjában. A megoldás mikéntjéről maga dönt. Az eredményes mozgásműveletet el kell választania a többi művelettől.

A játék feladatcentrikus. A szabályok itt valóban a szabályozás funkcióját töltik be. A feladatjátékokban – a szabályjátékokhoz hasonlóan – a szerep szintén rejtett. A testnevelésben alkalmazott mozgásos játékok nagy része ide tartozik.

A feladatjátékban a gyermek a feladat megoldására összpontosít. A játékbeli műveleteket a feladatoknak rendeli alá. A játék során kitűnik ez a célszerűség.

Tipikus feladatjátékok a fogójátékok, a kidobós és fogyasztó játékok, vagy ezen belül a Vadászlabda játék. Ez utóbbinál pl. a feladatértés szintje könnyen tetten érhető. Ha a vadászt túlságosan lefoglalja a labdabirtoklás izgalma, céltalanul dob, nincs elgondolása az összjátékra, a labda további megszerzésére, alacsonyabb szintű játékmegevalósulásról beszélhetünk. Ugyanígy a vadaknál, ha egyből hagyják magukat eltalálni, a labda elől nem igyekeznek menekülni. E jelek arra figyelmeztetnek, hogy a feladatértés és a feladat megevalósításához szükséges képességek nincsenek meg, s ha ez dominánsan mutatkozik meg a játzó csoportnál, még ne alkalmazzuk.

A feladatjátékoknál jelenik meg a cselekvések taktikus jellege. Míg a szabályjátékok az alkalmazkodás minőségét tükrözik, addig a feladatjátékok a lehetőségek növekedésével a választások minőségét.

A feladatjátékokat jellemző feladat – fogójátékoknál a megfogás, kidobós játékoknál a megdobás – kiemelkedik, de majdnem ilyen szintre emelkedik az ezt meghíúsító közvetlen mozdulat (irányváltoztatás, elhajlás a labda elől). Az ellentétes szándékok tartják fenn a játék „konfliktusát”, ezek adják valójában a cselekvések taktikáját.

A feladatjátékok során a gyerekek a játéknak egy lényeges vonásával ismerkednek meg és alkalmazzák, amelyet döntésnek nevezünk.

A feladat megoldása örömteli élményt jelent, a perszonális környezet tanúságával, annak tetszésével, elismerésével találkozhat (szembesül velük), egy

értékelő folyamat részévé válik. A feladat megvalósításáról nem mondhatjuk még, hogy az mások felett aratott győzelem. Pusztán egy olyan részsiker, mely folyamatosan bizonyítja (vagy egyáltalán lehetővé teszi) a játék motivációját.

A feladat megvalósításának nincs különösebb kedvező következménye. A fogó megfog valakit, a fogószerepek állandóan változnak, inkább a sikeres menekülés kap látható, érzékelhető elismerést. A „másik oldalon” a kedvezőtlen eseménynek (pl. a kidobós játékban, ha valakit eltalálnak) a szabályjátékhoz közelebb lévő változatnál szintén nincs, vagy alig érzékelhető következménye van. Ilyen játék a Kidobósnak az a formája, amely szerint, akit eltaláltak, kiáll, elvégez egy meghatározott számú gyakorlatot (pl. bordásfalon hátsó függésben térdemelést), s utána visszaáll a játékba. Nyilvánvaló itt a szabályjátékkal való rokonság.

Az említett esetekben az eredmény jelentősége szükségszerűen megnő, ha a feladat a játék középpontjába kerül. Az előbbi esetben a feladat még nincs eléggé a játék középpontjában.

A játék szabályai befolyásolják a feladat megvalósulását, de ki kell emelnünk a játék értékelési szempontjainak a megválasztását, amely tényező a játék jellegét is módosítja. A feladatmegvalósulások a pedagógus értékelésében sok esetben is tényszerűen, számszerűen összehasonlíthatók. A Félperces fogó már teljesítményt tükröz, ugyanígy a fogyasztó játékok is. A tanári értékelés kettős. Egyfelől ki kell emelnie a feladat-végrehajtások kivitelét, a játék közbeni magatartást, viszonyulásokat (formáló-segítő értékelés), másfelől utalni kell a számszerű összehasonlítások eredményére. Pl.: ki nem volt, hányszor volt fogó? Vagy: B csapat hamarabb fogyasztotta el ellenfelét „X” másodperccel (lezáró értékelés). Az értékelésnek ilyen kettős jellegét leginkább a feladatjátékoknál kell elvégezni.

3.6. TELJESÍTMÉNYJÁTÉKOK

A teljesítmény az egyéni fejlődés meghatározott szakaszán jelenik meg az ember életében. A teljesítményre való irányultság fokozatosan alakul ki, és tendenciaszerűen mutatkozik a gyermekek játéktevékenysége folyamán.

Az eredmények, a teljesítmény figyelembevétele 10 éves korban kezd általánossá válni. Már a feladatjátékoknál is kitapintható a teljesítmény, „testet ölt” a tanári értékelésben, az értékelő magatartásokban.

Korábban, a szabályjátékoknál világosan látszik, hogy a gyermeknek a játék nemcsak önmaga számára fontos, hanem lényeges a társak jelenléte, viszonyulásai is. Már itt kezdődik az összehasonlítás. A vetélkedéseknek nincs különösebb tétje. Az ugró- és labdaiskolák műveletláncainak sikeres elvégzése tovább ösztönzi a játék résztvevőit. A szabályok esetlegesen megváltoznak, nehezednek, de a cél mindvégig az, hogy a szabályokat mindenki betartsa, a sikernek ez a titka. Az érzések még itt eléggé differenciáltan mutatkoznak meg, kísérőjelenléte a játékoknak. Az azonosságok sejtetnek valamilyen kollektív érzületet. Ez éppen elég különbséget is jelent a szerepjátékok „ésszerűségéhez” képest.

A feladatjátékoknál a „produkció” értéke összehasonlítható. A szabályok rendező elv szerint sorrendiséget tükröznek. Akiket nem fogtak meg, a legügyesebbek (fogójátékok), akit nem találtak el labdával, az a győztes, illetve a közvetlen előtte kiesettek is nagyon ügyesek (kidobós játékok). Mivel az összehasonlítás, értékmérés nem mindenáron és kizárólagos formában jelenik meg a lezáró értékelésekben, hanem a játékfeladat egyenkénti megoldása, mozgásélménye hangolja rá a gyermeket a következő feladatra, a játékban való további aktív részvételre, a teljesítménynek még a feladatjátékokban sincs meghatározó szerepe.

A játék célját, ösztönző mechanizmusát, a megismerő tevékenység minőségét és mennyiségi színvonalát illetően a teljesítmény válik központi tényezővé. Szükségletként jelentkezik, mikor a játéktevékenység más ösztönző elemei – a pusztán „tevés”, majd a felismerés izgalmi, a szerepek újdonságai, a „szabály úrnak” való hódolás, a győzelemmel felérő feladatmegoldás a döntés kellemes önkényességével – külön-külön kevésnek bizonyulnak. A teljesítménycentrikus játék a teljesítményjáték.

A feladat sikerélménye, a döntésvállalás, a győzelem mellett pontos, kiértékelhető eredményre törekszik a játék résztvevője. Mindez együttesen jelenti a teljesítményt. A sikeres feladat-végrehajtásoknak önmagukban nincs jelentőségük. A közöttük levő miniségi és mennyiségi különbségek fontosak.

A teljesítményjátékokat úgy is jellemezhetjük, hogy bennük a megoldás színvonala mindig növelhető, és a feladat mindig rekordfeladat. Tehát a sport-

ágak egyértelműen a teljesítményjátékok körébe tartoznak, még akkor is, ha azok nem sportjátékok, hanem egyéni sportágak, mint pl. az atlétika, az úszás, a sízés. A rekordfeladat elérése, illetve a játék végeredménye ellentétes érdekeket tükröz, és nemcsak azon sportágak feladathelyzeteinél van ez meg, ahol a küzdelem fizikailag is egymás ellen irányul (antagonisztikus játékok). Az említett egyéni sportágak egyszemélyesek ugyan, de játékelméleti szempontból kétszemélyes játékként foghatók fel.

A teljesítményjátékok küzdelem jellege, a küzdelem maga új vonás a korábbi játéktípusokhoz képest. A játékteljesítménye szerint, ha a résztvevő nem is első a versengésben (abszolút győztes), valamilyen helyezést alapján viszonylagosan egy siker részese, győzelme relatív, de nyilvánvaló (akiket megelőzött, azokkal szemben győztes).

A győzelem tartalmazza az odáig vezető út fáradtságait, a megszerzett képességek színvonalát, a siker jelentőségének a tudatát, mindazokat a készségeket, amelyek birtokában az eredmény született.

A teljesítmény az iskolás gyermekek játékaiban elég korán megjelenik. A Bombakirály játékban a győztes eldöntése már abszolút helyzetben történik, de a játék mégsem válik ezáltal teljesítményjátékká. A Bombázó, a Fogyasztó körben játéknak az a formája, amikor a két csapatnak a legutoljára bennmaradó egy-egy játékosa a két csapat együttes tűzrohama ellen küzd nagy körben, hogy ne találják el. Az győz, aki bennmarad.

A Félperces fogót egy értékelési szempont emelné a teljesítményjátékok körébe. A játéknak lényegében nincs bonyolult feladatstruktúrája, műveleti rendszere is egyszerűbb. A fogó teljesítménye kézenfekvő. A menekülők sorsa viszont egy szempont alapján ítélik meg, ügyes az, akit később fognak meg. Az értékelésnek ez a része nem is mindig fordul elő. Valamivel közelebb állna a teljesítményjátékhoz a játék, ha ismételten mindenki lehetne fogó. Tapasztalatunk szerint a játék tartalmát, pedagógiai hatékonyságát hátrányosan befolyásolja ez a forma.

Talán a Pontszerző játék az első, amely tartalmát tekintve valódi teljesítményjátékként megjelenik az iskolai testnevelésben. 10 éves korban (4. osztály), kivételes esetben egy évvel hamarabb.

Végiggondolva a Pontszerző játékot, belátható, hogy a játék taktikai bonyolultsága, technikai követelményei, a rögzített szabályok mindenki számára

egyértelmű képletet adnak. A küzdelem egyrészt együttműködő, másrészt antagonisztikus jellege még kifejezettebbé teszi a játék teljesítményjáték voltát.

A Pontszerző játéknak etalon szerepet kölcsönzünk elemző szempontként a bonyolultabb, sportjátékokhoz még közelebb álló játékok hatékonyságának vizsgálatához.

A győzelem motívuma és a győzni akarás nem minden esetben a teljesítményjátékok velejárója. A győzelem vágya a legegyszerűbb játékbeli összehasonlításban is megjelenik.

A játékfejlődés életkori szakaszai azt mutatják, hogy 10 éves kor körül jelenik meg a gyermek életében a teljesítményjáték, illetve ekkorra alakul ki az a pszichoszomatikus feltételrendszer, amely révén képes a gyermek teljesítményjátékokat megfelelő módon játszani.

Érdekes, hogy már az óvodás is óhajtja, élvezi a váltóversenyeket, s csapata győzelmét akarja, ugyanakkor ez a győzni akarás a játékbeli produkciókkal együtt lényegesen különbözik a nagyobbak teljesítményjátékától. A győzelem érzése az óvodásoknál differenciálatlanul jelenik meg. Sok esetben a játék lefolyása, a részletek (a játék feladata, a résztvevők mozgásminősége) nem számítanak, elhomályosulnak. A győzelem feledteti a részleteket. Így fordul elő, hogy a győztes csapatokban résztvevő kisebb gyerekeket nem foglalkoztatja különösebben, hogy kevésszer avatkozhatnak csak be közvetlenül a küzdelembe. Pl. labdát kaptak-e, passzoltak-e, milyen pontosan hajtották végre a mozgásfeladatokat. A győzelem érzése, a „túláradó” öröm akkor is megvan, ha annak elérésében nem hatékonyan, vagy alig vesz részt. Az is lehetséges, hogy a valódi győző, a sikeres játékos szerepét éli át a kisebb gyermek a heterogén csoportokban. Ez külön élményt biztosít számára.

3.7. A JÁTÉKFEJLŐDÉS NÉHÁNY SAJÁTOSÁGA

- *Az egyes szakaszok jellemzői a fejlődés során nem tűnnek el nyomtalanul. Többnyire átalakulnak, de legfeljebb elhalványulnak a következő fejlődési szakaszban.* Pl. a szimbólumok a szerepjátékokban tovább élnek. Rendszerint a szerepekkel maradnak fenn, s azokkal sajátos viszonyt alkotva a szerepjátékozás fontos kellékeivé is válhatnak.

- *A magasabb játékfejlődési szakasz – sokszor csak rejtetten – tartalmazza a korábbi játékkorszak egy-egy fontos elemét. A szabály pl. egyre inkább differenciálódik. Fogyasztó játékoknál meg kell határozni a labdabirtoklás megengedhető módját, lépésszabályokat kell bevezetni, s intézkedni kell szabálytalanságok esetén.*
- *Az egyes fejlődési szakaszok nem ugrásszerűen követik egymást, hanem bizonyos átmenetekkel, amelyek konkrét játékváltozatokban jelennek meg. Pl. a Kidobósnak az az egyszerű formája, amikor találat után egy mozgásfeladat elvégzését követően visszaállhat a játékos. Vagy ilyen a Félperces fogó, amely felvillantja a teljesítményt a tanulók előtt.*
- *Hasonló feladatszerkezetű játékok elnevezésükben, tartalmukban, lefolyásukban különbözhetnek. Ilyenek a Féltek-e a medvétől? és az Átfutó játék. Az előbbiben több az érzelmi töltés, a megjelenítés szerepötlek alapján mindig változhat, nagyobb hangsúly esik a játék dramaturgiájára. Utóbbinál a célirányos taktikus cselekvés dominál.*

4. A MOTOROS CSELEKVÉSES JÁTÉKOK TAXONÓMIÁJA

A játékoktatás egyik alapproblémája, hogy az általános célokból – egységes társadalmi szempontok alapján – fokozatosan lebontott részcélok, s az ezekből megfogalmazott követelmények a tervezett tanulói teljesítményekkel összhangba kerüljenek. Ennek kiinduló állomása az **optimalizáció**.

4.1. AZ OPTIMÁLIS JÁTÉK

Konkrét pedagógiai helyzetekből kell kiindulnunk, ahol a hatékonyság közvetlenül tapasztalható, mérhető. Meg kell határozni azokat az optimumokat, amelyek biztosítják a szükséges hatásfokot. Mindez olyan elemző munkát igényel, amely által kritériumokat kell felállítanunk. A munkához főképp *pedagógiai, pszichológiai és fízológiai* szempontokat kell figyelembe venni.

A motoros cselekvéses játékok optimalizálásának a gyakorlatban könnyen kezelhető, változó és változtatható tényezői vannak, amelyek a játék kimenetelét és jellegét megváltoztatják, hatását és eredményességét jelentősen befolyásolják. A tényezők a következők:

- a játék műveletei, feladata, változatai és szabályai;
- a résztvevők életkora, játéktudása, képességeinek sajátosságai;
- a tanulók létszáma, összetétele;
- a játéktér nagysága, alakja, minősége;
- a játék (játékmenetek, játékszakaszok) időtartama.

A fenti tényezők szorosan összefüggenek, meghatározott arányokban feltételezik egymást. Egy tényező megváltoztatása jelentősen módosíthatja a játék képét, pozitívan és negatívan egyaránt. Jellemző rájuk, hogy egyrészt a pedagógus által megváltoztatható, másrészt tőle független tényként jelentkeznek. Pl. a tanulók létszáma a pedagógustól független ugyan (nem lehet szabályozni, hányan jönnek iskolába és hányan tornáznak), de a játszó csoportokat, csapatokat ő szervezi meg. Másik példa szerint: a játéktér nagysága, alakja adott ugyan, de az időjárás megváltoztatja annak minőségét.

A játék optimumához tartozik a *dinamizmus*, a kellő *intenzitás*, a *pszichikus funkciók érvényesülése* és az *érzelmi-hangulati telítettség*.

4.2. A JÁTÉKTAXONÓMIA VÁZLATA

Az általános taxonómia alapján meghatározható a játéktaxonómia, amely a tantárgyak közötti és tantárgyi taxonómiák sorába illeszthető. Az alábbi vázlat keretül szolgál a játékanyag tervezéséhez, alkalmazásához és hatáselemzéséhez.

4.2.1. Kognitív szféra

- Funkciókhoz, szimbólumokhoz, szerepekhez, szabályokhoz, feladatokhoz és teljesítményekhez kapcsolódó kogníciók, a kultúra és a hagyományok figyelembevételével.
- A mozgásos játékműveletekkel együtt jelentkező, illetve megjeleníthető tartalmak (énekek, tánc, színjáték stb.).
- Játékelemek taktikai tapasztalatai, új elgondolások a taktikus cselekvésben.

- Önismeret és a társak megismerése a játéokban (képességek, készségek, attitűdök, értékek, tulajdonságok).
- Mozgáselemek, sporttechnikák végrehajtásának módjai, azok gyakorlati és elméleti ismeretei (pl. mechanikai törvényszerűségek).
- Ok-okozati összefüggések megtalálása. Logikai következtetések a játék eredményességére vonatkozóan.

4.2.2. Pszichomotoros szféra

- A játék céljainak alárendelt műveletek, feladatok térbeli, időbeli, dinamikai megfeleltetése.
- Alkalmazkodás a játékosok képességeihez, a játékosok és a játékeszközök mozgásaihoz, tulajdonságaihoz, a szabályokhoz, egyéb külső körülményekhez.
- Valamennyi képesség érvényesítése a játéktevékenységben, amely folyamat komplex módon jut kifejezésre. A pszichikai és motoros képességek egyenkénti és együttes koordinálása vezet a játékkészség kialakulásához.

4.2.3. Affektív szféra

- A játék céljával való azonosulás.
- Érzelmi-akarati töltések (energiapótlás, indulatok keresése és elrendezése).
- Alkalmazkodás végrehajtásokhoz, döntésekhez, játékvezetői ítéletekhez, a sorsdöntő történéshez (pl. találathoz, pontszerzéshez, gólhoz, vereséghez, győzelemhez).
- Együttműködés, alkalmazkodás, engedelmesség, mások kiszolgálása.
- Értékelhető magatartások. Az egyén belső értékrend alapján választja a legértékesebb cselekvést. A legértékesebb egyúttal a legkedveltebbet jelenti általában, de fordított viszonyok is előfordulhatnak (pl. a sikeres mozdulat fizikai fájdalmat okoz: vetődés).
- A játékcselekvések morális tartalma. A játékos gyakran maga dönt, hogy mit tesz és hogyan, a lelkiismerete, a belső kontrollja alapján.
- Törekvés a játék műveleteinek, motívumainak gazdagítására, színesítésére, feladathelyzetekben a legeredményesebb, az etikus és a csoport által elfogadott megoldásra.
- A vállalás, a konfliktusok külső és belső feloldása, a tűrés (lelki és fizikai).

4.2.4. A feladatok szintjén megfogalmazott célkitűzések

A játéktaxonómiában a tanulói követelmények konkrét, adott hatásainak előrevetítése történik. Ekkor és ebben a logikai menetben kell meghatározni a játékban rejlő és megvalósítható feladatokat, összehasonlítva a foglalkozás egyéb mozgásformáinak aktuális teendőivel.

A testnevelési óra és foglalkozás feladatmegjelölése ilyen összefüggésben lesz célszerű. Ellenőrzésképpen össze lehet vetni a játéktaxonómia megfelelő követelményeivel az egy vagy néhány órára lebontott órai feladatokat. Ez utóbbi munkálat a pedagógiai tervezésnek is az egyik legfontosabb része.

5. TERVEZÉSI FELADATOK A JÁTÉKOKTATÁSBAN

A tanmenet időszakainak (ősz, téli, tavaszi) és a tanmenetkészítés munkálatainak (*kiválasztás, felosztás, elrendezés*) megfelelően kell a játékokat tervezni, s a tanmenet készítésével együtt meghatározni a játékcsoportokat és az egyes játékokat. Tervezéskor a következő elvi szempontokat kell figyelembe venni.

5.1. ALAPTERVKÉSZÍTÉS

Meg kell határozni az egyes időszakokra, tanítási egységekre eltervezett játékokat, konkrétan, a ráfordított időtartamot hozzávetőlegesen.

5.2. FOLYAMATOS TERVEZÉS

Az alaptervben megjelölt, illetve megvalósított tartalmi munkát, annak hatását folyamatosan vizsgálni, elemezni kell. Ennek megfelelően módosítani lehet – s rendszerint kell – a játékanyagot. Gyakran a tartalmi elemek változatlanul hagyásával csupán néhány „stílusjegyet” (pl. hangnemet, előadásmódot, csapatösszetételt, -szerkezetet) módosítunk.

5.3. TÖBBLETTERVEZÉS

Az alaptervben és a folyamattervben is a megvalósíthatónál némileg több anyaggal, feladattal készülünk! Ezen elgondolás lényege az, hogy – mondjuk – valamilyen rendkívüli helyzet (direkt pedagógiai szándék, technikai zavar, működési hiba, időjárás stb.) alkalmával álljon rendelkezésre megfelelő készlet. Egyszerűen: ha egy játék megvalósítására adott pillanatban nincs lehetőség, helyette legyen a pedagógus tarsolyában néhány azzal egyenértékű játék.

Különös figyelmet érdemel ebből a szempontból az átmeneti időszakokra (ősz-tél, tél-tavasz) történő tervezés. Legyen tervezve kinti viszonyok közt és bent is játszható játék.

5.4. FELADATMEGJELÖLÉS

Meg kell határozni az egyes játékoknak adott időpontban betöltött helyét, szerepét. Ilyenformán jellegüket az alábbiak szerint csoportosíthatjuk:

- ráhangoló, motiváló;
- frissítő, bemelegítő;
- mozgás-előkészítő;
- rávezető és célgyakorlatot (műveletet) tartalmazó;
- képességfejlesztő;
- komplex képességfejlesztő;
- készségalkalmazó játékok.

A játékok tervezése különös figyelmet igényel, mert a pedagógiai folyamatba történő beépítésük nehéz. Ugyanaz a játék a folyamat más-más szakaszában eltérő hatást vált ki, eredménye is különbözik.

6. A JÁTÉKOK OKTATÁSMENETE

A játékok megtanításának fontos elvei: a **szemléletesség**, a **tömörség** és az **érthetőség**. Egy új és egy ismert játék előkészítő része között szinte nincs is különbség. Új játék esetén a lényegre kell szorítkozni, „játszott” játéknál is szükséges bizonyos mértékű utalás a játékfeladatokra, szabályokra stb. Legjobb, ha mindenkor egy logikai séma szerint járunk el, amely jelentősen megkönnyíti munkánkat. Ez abból áll, hogy az alábbi oktatásmenetet követjük.

6.1. A JÁTÉKOSOK FELÁLLÍTÁSA, ELHELYEZÉSE A JÁTÉKTÉREN

Ez az intézkedés már az elején felkelti a tanulók érdeklődését. Megvan a kezdeti várakozási feszültség: „Itt valami történni fog rövidesen!”. A szétszórt elhelyezkedéshez pár másodperc szükséges csupán, s a játéktéren való tájékozódásnak is megvan a maga élménye. A nevelő is tájékozódik, az elhelyezkedés elgondolásai szerint történt-e minden. Ezután – ha nagy a játéktér – a tanítványokat közelebb hívjuk magunkhoz. Kötött formájú elhelyezkedéseknél (kör, oszlop, vonal) biztosított a jobb megértés, általában érvényesül a szemléletesség elve. Pl.: „Álljatok egymás mögé oszlopban!” (Előttem egyes oszlopban sorakozó!). „Fogjátok meg az előttek lévő vállát!”

6.2. A JÁTÉKBAN RÉSZT VEVŐKRE VONATKOZÓ SZEREPEK ÉS FELADATKÖRÖK KIOSZTÁSA

Új játék alkalmával a játékot vezető pedagógus jelöli ki, s közli röviden, tömören, hogy kinek mi a szerepe a játékban (a szerep fogalma ebben az értelemben kiterjed minden játékbeli művelet- és feladatkörre). Pl.: „Te leszel a kánya!” A kijelölt tanulót a tanító az oszloppal szembeni oldalra állítja. „Te pedig a kotló!” A kijelölt tanulót az oszlop élére állítja. „Te meg, ott a sor végén, az utolsó csirke vagy, aki kilátszik a kotló szárnya alól.” A sor végén lévőt nevezi ki kiscsibének, vagy valakit odaküld.

6.3. A SZEREPEKHEZ ÉS FELADATKÖRÖKHÖZ TARTOZÓ MŰVELETEK ÉS FELADATOK RÖVID ISMERTETÉSE

A szereplőnek szól, hogy mi a teendője, de mindenkinek látnia, hallani, s értenie kell. Pl.: „A kotló látja, hogy elsötétül az ég, és egy nagy fekete kánya köröz az udvar fölött. Csibéit kitárt szárnya alá vonja.” A kotló karját kitárja kétoldalt. „A kánya – magasan szállva – fentről észreveszi az utolsó kiscsibét. Jobbra, balra röppenve, cikázva próbál a sor mögé kerülni.” A kánya bemutatja: jobbra, balra cselezgetve, irányt változtatva igyekszik a sor mögé futni. A kotló ezt nem hagyja, a kánya útját állja. Ő is bemutatja a kotló védő mozdulatait.

6.4. A JÁTÉK MENETÉT BIZTOSÍTÓ LEGFONTOSABB SZABÁLYOK ISMERTETÉSE

Egyszerűbb játéknál a szabályismertetés gördülékenyen kapcsolódik a feladatok ismertetéséhez. Bonyolultabb játékoknál valamennyi szabályt nem érdemes az elején, egyszerre ismertetni, csak azokat, amelyek a játék megindításához, fő feladatához kötődnek. Pl.: „A vállat elereszteni nem szabad! Ha elszakad a lánc, a kánya bármelyik csibét megfoghatja.”

6.5. A JÁTÉK CÉLJÁNAK, ÉRTÉKELÉSI SZEMPONTJAINAK ISMERTETÉSE

„Az, azok a legügyesebb(ek), az győz...” hangzik el leggyakrabban a játék lényegéről szóló összefoglalókban. Ebből a szempontból is látható, hogy a játék célja az értékeléssel szoros kapcsolatban van. Az értékelési szempontnak összhangban kell lennie azzal a játékfejlődési szakasszal, amelybe a játék s a tanulók tartoznak. Ha tudjuk, hogy adott esetben a játék célját a szabályok pontos betartása jelenti, a játékosokat a műveletek szigorú betartása és betartatása motiválja elsősorban, hiba lenne a teljesítményre vonatkozóan kritériumokat felállítani. Bár ismert a megállapítás, hogy a játék célja, motívuma is magában a játszásban van, arra mégis hívjuk fel a figyelmet, hogy a játékban szerzett érdemeknek és eredményeknek legyen meg a megfelelő jutalma.

6.6. PRÓBAJÁTÉK

A próbajáték alkalmazása több szempontból is indokolt. A szabályok megismerése több játékon keresztül történik, tudatosan. Úgy kell tervezni, hogy mindaddig próbajátéknak tekinthető egy játék, míg ismeretlen, fel nem tárt eleme van. Leginkább a szabályok jelentik ezt az elemet. Próbajátéknak nyilváníthatjuk még azt a játékot, ahol a taktikai műveletek akadoznak, meg nem értésből adódó hibák fordulnak elő nagy számban. A próbajáték során elért eredmény nem számít, nem képezi értékelés tárgyát, de érdemes megjegyezni, hogy kik jutottak el a kívánatos szintig, ezáltal is ösztönözve a többieket az elsajátításra.

6.7. A JÁTÉK VEZETÉSE

A kiválasztott játék sikeressége nagyban függ a játékvezető – a tanár – tevékenységétől. Fontos, hogy olyan helyet találjon magának a pedagógus, ahol könnyedén átlátja a játéktérületet, ugyanakkor nem zavarja a tanulók tevékenységét. A folyamatos játékvezetés – szóbeli jelzések, kézjelzések – mellett lehetőség nyílik a szabályok betartatására, hibajavításra és a játékban rejlő lehetőségekre való figyelemfelhívásra. Sarkalatos pontja a játékvezetésnek a pártatlan bíraskodás és a szabályok határozott betartatása. Durva, a tanulók testi épségét veszélyeztető szabálytalanság esetén állítsuk meg a játékot, és magyarázzuk el, hogy mi volt a hiba a cselekvésben. Lehetőség szerint segítsük a szerényebb képességű tanulókat is sikerélményhez (játék közben személyesen, közvetlenül irányítsuk személyre szóló taktikai utasítással, vagy akár a gyerek kezét megfogva játszhatunk is együtt vele). Az ügyes megoldásokat, megmozdulásokat dicsérettel jutalmazzuk, akár a játék megállítása mellett reprodukálhatjuk a jó végrehajtást, ami segíti a jobb megértést. Továbbá biztossunk olyan lehetőséget a játék során, ami a tanulók kreativitását fejlesztheti.

6.8. A JÁTÉK BEFEJEZÉSE, ÉRTÉKELÉSE

A játék befejezése minden esetben legyen egyértelmű (sípjel). Ezt követően ültessük le a tanulókat magunk elé. A játék értékelésének fontos nevelési és taktikai oldala is van, ezért beszéljük meg, hogy mit csináltak jól

a győztesek, és mit csináltak rosszul a vesztesek. Ne a negatívumokat domborítsuk ki, hanem mutassunk rá, hogyan lehet legközelebb eredményesebben játszani (Bíró, Juhász, Széles-Kovács, Szombathy és Váczi, 2015). A fair play szellem mellett figyeljünk a szociális érzékenység és a kollektív érzés fejlesztésére is.

7. SZERVEZÉSI FELADATOK

- A játéktér előkészítése, ellenőrzése, talajának rendbe tétele, vonalazása, állványok, kapuk elhelyezése (technikai szemlélet, előrelátás, felelősségérzet szükséges).
- Játékeszközök ellenőrzése, előkészítése, számbavétele, elhelyezése, kiosztása, majd összegyűjtése, visszarakása (gyakorlati szemléletű pedagógiai logika szerint valósulhat meg).
- A csoport- és csapatalakítás többféleképpen történhet:
 - Alakzatok kialakításával: **oszlopban**, fejlődéssel (kettes, négyes oszlopba fejlődj!) vagy **vonalba**n előrelépéssel (minden második egy lépést előrelépj!).
 - Beosztással: Vonalba, oszlopban állva, a tanulók sorban kapják a számot. („Egyes, kettes, hármas!”...; „Egyes, kettes, hármas beosztást kezd el!”) vagy pl. szétszórta n állnak, ülnek a tanulók. A játékot tanító pedagógus „véletlenszerűen” osztja ki a számokat. Aki megkapta a számot, leül vagy feláll. Ez a fajta beosztás mégsem véletlen, több pedagógiai szempontot tartalmazhat, amit nem is szükséges nyilvánosságra hozni.
 - Választással: A tanító kijelöli a csapatkapitányokat, akik csapatokat alakítanak. Meg kell határozni a választás szabályait: milyen sorrendben választanak, egyszerre hányat stb.

8. MÁS KULTURÁLIS ÉRTÉKEKHEZ KAPCSOLÓDÓ KOGNÍCIÓK

A gyermek a játékban egész személyiséggel vesz részt. A mozgásos cselekvések mellett sokrétű, kulturális tartalmú, értékeket képviselő tevékenységeket végez. A komplexitás teret kap a mondókás, dalos, táncos, dramatizált, a nyelv által történő megjelenítést, a képi formálást, konstruktivitást, technikai tevékenységet, eszközkészítést tartalmazó játékokban. A játékokban fellelhető kulturális értékelemek a következők: **a) nyelv; b) dal, ének, zene; c) tánc; d) képi formálás, konstruktivitas, építés; e) drámai eszközökkel történő megjelenítés.**

9. A JÁTÉKBAN VALÓ RÉSZVÉTEL JELLEGE

A játékosársakhoz és a játékbeli műveletekhez való viszonyulás fontos tartalmi kérdés. Gyakran a játékkorszak meghatározza a játékban való részvétel minőségét, de játékaink változatossága, sokrétűsége gazdag megjelenési formái más-más viszonyulást, játékattitűdöt igényelnek. Ebből a szempontból a következő lényeges különbségek mutatkoznak meg:

- *Műveletisméltő:*

A műveletek sokszori ismétlése bizonyos készségek kialakulását eredményezi. A begyakorlás, a műveletek nagyszámú és sorrendben történő megismétlése, variálása nem külön cél érdekében.

- *Algoritmikus:*

- versengő,
- küzdő.

10. SZERVEZÉSI SZEMPONTOK

- *Résztevők száma*

- egyéni,
- páros,
- csoportos,
- csapat formájú.

- *A játék jellemző alakzatai*
 - szétszórt,
 - kör (félkör, kettős kör),
 - sor (oszlop, vonal).

- *A játék során alkalmazott jellemző eszközök*
 - labda,
 - tornaszerek,
 - kéziszerk.

11. A JÁTÉKOKRA VONATKOZÓ ISKOLAI KERETTANTERV TARTALMA

A jelenleg érvényben lévő kerettanterv egyértelműen kinyilatkoztatja, hogy *„minden tanuló számára biztosítani kívánja a hatékony és élményszerű pszichomotoros tanulást”. „Módszereiben döntően a játékos cselekvéstanulást és az adekvát játékok alkalmazását helyezi előtérbe.”* Ez azt jelenti, hogy a játéknak mint módszernek kell megjelenni az oktatásban, nemcsak a játék tanításában, hanem szélesebb körben a mozgásos cselekvések oktatásánál is, ahogy a Nemzeti Alaptantervben is megfogalmazásra kerül. *„A tanulási folyamat egészét át kell hatnia a nagyfokú sikerességnek, az élményszerzésnek, a kihívást jelentő, örömteli mozgásos tevékenységeknek, amelyek a játékosság módszerével együtt formálják a testneveléshez és sporthoz fűződő pozitív attitűdbázist.”*

Az alsó tagozatos testnevelésben kilenc, míg felső tagozaton hét tematikai egység kerül meghatározásra, amelyekben világosan megfogalmazásra kerülnek a különböző területek nevelési és fejlesztési céljai. Nézzük meg ezeket a területeket és játéokra vonatkozó tartalmaikat.

Fejlesztési terület	1–2. osztály	3–4. osztály
Előkészítő és preventív mozgásformák	A térbeli tudatosságot és a testtudatot alakító, koordinációfejlesztő szerepjátékok, szabályjátékok és feladatjátékok kreatív, kooperatív, valamint verseny jelleggel. Keringésfokozó és testtartásjavító játékok.	Játékos gyakorlatsorok zenére. Testséma-, tér- és testérzékelés-fejlesztő játékos gyakorlatok. A térbeli tudatosságot, az energiabefektetés tudatosságát és a testtudatot alakító, koordinációfejlesztő szerepjátékok, szabályjátékok és feladatjátékok kreatív, kooperatív, valamint verseny jelleggel. Játékok testtartásjavító feladatokkal.
Hely- és helyzet-változtató természetes mozgásformák	A természetes hely- és helyzetváltoztató mozgásokat alkalmazó játékok. Szerepjátékok, szabályjátékok, feladatjátékok, alkotó, kreatív és kooperatív játékok, népi gyermekjátékok megismerése. A közösség összteljesítményén alapuló versenyjátékok alkalmazása. A saját egyéni teljesítmény túlszárnyalását célzó versenyfeladatok.	Szerep-, szabály- és feladatjátékok, kreatív és kooperatív játékok, népi gyermekjátékok a helyzetváltoztató természetes mozgásformák felhasználásával. Akadályversenyek, különböző magasságú eszközök leküzdésével. A közösség összteljesítményén alapuló versenyjátékok. A saját egyéni teljesítmény túlszárnyalását célzó egyéni versenyek.

Fejlesztési terület	1–2. osztály	3–4. osztály
Manipulatív természetes mozgásformák	A manipulatív természetes mozgásformák gyakorlása játékokban: szabályjátékok, feladatjátékok, egyszerű sportjáték-előkészítő kis játékok; alkotó, kreatív és kooperatív játékok megismerése. Népi gyermekjátékok alkalmazása. A manipulatív mozgásokat alkalmazó, pontosságra, csökkenő hibaszázalékra, növekvő sikerességre, kreatív eszközhasználatra irányuló egyéni, páros és csoportos versengések.	A manipulatív természetes mozgásformák gyakorlása játékokban. Szabály- és feladatjátékok, sportjáték-előkészítő kisjátékok, alkotó és kooperatív játékok. Népi gyermekjátékok. A manipulatív mozgásokat alkalmazó, pontosságra, csökkenő hibaszázalékra, növekvő sikerességre, kreatív eszközhasználatra irányuló egyéni, páros és csoportos versenyek. Bonyolultabb játékfeladatok által megkövetelt, szabályok szerinti eszközhasználat.
Természetes mozgásformák a torna és tánc jellegű feladatmegoldásokban	Tornához és tánchoz kapcsolódó játékok: szerep- és szabályjátékok, illetve kreatív és kooperatív játékok torna, illetve tánc jellegű mozgásformák beépítésével. A néphagyományból ismert, sport jellegű, párválasztó, fogyó-gyapadódó és kapuzó játékok.	Tornához és tánchoz kapcsolódó játékok, versenyek, bemutatók. Szerepjátékok, szabályjátékok, feladatjátékok, kreatív és kooperatív játékok tornajellegű mozgásformák illesztésével. Népi játékok énekre, dalra, zenére. Kreativitásra, esztétikumra és mozgáspontosságra épülő egyszerű torna- és táncbemutatók

Fejlesztési terület	1–2. osztály	3–4. osztály
Természetes mozgásformák az atlétika jellegű feladatokban	<p>Az atlétikai jellegű mozgások alkalmazása játékokban és a Kölyökatlétika versenyrendszerében. Szabályjátékok, feladatjátékok, atlétikai jellegű futások, ugrások és dobások, a Kölyökatlétika eszközkészletének beépítésével, akadálypályákon, kontrollált csapatversenyek formájában.</p>	<p>Az atlétikai jellegű mozgások alkalmazása játékokban és a Kölyökatlétika versenyrendszerében. A Kölyökatlétika mozgásrendszerére épített szabályjátékok, feladatjátékok, kreatív és kooperatív játékok, önálló, páros és csoportos ugróiskolai gyakorlatsorok, játékok alkotása. A Kölyökatlétika eszközkészletének sokoldalú felhasználása kontrollált csapatversenyek formájában.</p>
Természetes mozgásformák a vízbiztonságot kialakító és úszógyakorlatokban	<p>Játékok a vízben: Vízhez szoktató, úszó-, vízbeugró és merülőgyakorlatok, vízi csapatjátékok eszközökkel, vízilabda, illetve röplabda jellegű labdás játékok, egyéb játékok különféle eszközökkel.</p>	<p>Játékos páros és társas vízi feladatok erőfejlesztő céllal. Vízhez kötött játékok: hajóvontatás, siklási és vízbeugrási versengések, víz alatti fogók, játékos úszógyakorlatok; játékos vízi csapatversenyek eszközökkel, vízilabda, illetve röplabda jellegű labdás játékok, egyéb játékok különféle eszközökkel.</p>

Fejlesztési terület	1–2. osztály	3–4. osztály
<p>Természetes mozgásformák a sportjátékok alaptechnikai és taktikai feladatmegoldásaiban</p>	<p>Kis létszámú, játékos hely-, helyzetváltoztató és manipulatív feladatmegoldások: labdarúgás, minikosárlabda, miniröplabda, szivacskezilabda, illetve egyéb sportjáték jelleggel. Sportjáték-előkészítő kispjátékok: létszámfőlényes és létszámazonos helyzetek megoldása. Kooperatív miniröplabda-játékok; célbadobó-, ütő- és rúgójátékok; vonaljátékok; „cicajátékok”; zsinórlabda; sportjátékok kis létszámú mérkőzése egy-szerűsített szabályokkal.</p>	<p>Sportjáték-előkészítő (kis) játékok: Létszámazonos (1:1; 2:2; 3:3; 4:4 ellen), létszámfőlényes helyzetekben (2:1, 3:1, 4:1, 4:2 ellen) labdarúgás, szivacskezilabda, minikosárlabda (streetball) jelleggel. Kis létszámú cicajátékok labdarúgás, kezilabda, kosárlabda jelleggel, fokozatos szabálybevezetéssel; területfoglaló, menekülő-üldöző taktikai játékok; palánkkosárlabda, miniröplabda, vonaljátékok, (kooperatív) zsinórlabda, átfutós röplabda puha labdákkal. Sportjátékok rögtönzött mérkőzése kis létszámú csapatokkal, egyszerűsített szabályokkal.</p>
<p>Természetes mozgásformák az önvédelmi és a küzdő jellegű feladatmegoldásokban</p>	<p>Küzdőjátékok.</p>	<p>Szabály- és feladatjátékok önvédelmi, illetve küzdőelemekkel, küzdőjátékok, játékok kooperatív erőfejlesztő tartalommal, páros és csoportos kötélhúzó versenyek, páros küzdések.</p>

Fejlesztési terület	1–2. osztály	3–4. osztály
<p>Természetes mozgásformák az alternatív és szabadidős mozgásrendszerekben</p>	<p>A lehetőségek függvényében: szabad, aktív játéktevékenység; szabad mozgás a természetben változatos időjárási körülmények közepe; feladatok és játékok havon és jégen siklások; gördülések, gurulások, gurítások különféle eszközökkel; hálót igénylő és háló nélküli labdás sportok, játékok; labdás játékok különféle labdákkal, falmászás; íjászat, lovaglás, karate, nordic walking, vívás. Egyéb szabadidős mozgásos tevékenységek.</p> <p>Az alternatív, szabadidős mozgásos tevékenységekben megvalósítható játékok.</p>	<p>A lehetőségek függvényében: szabad, aktív játéktevékenység; szabad mozgás a természetben változatos időjárási körülmények közepe; feladatok és játékok havon és jégen; siklások, gördülések, gurulások, gurítások különféle eszközökkel; hálót igénylő és háló nélküli labdás sportok, játékok; labdás játékok különféle labdákkal; falmászás; íjászat, lovaglás, karate, nordic walking, vívás. Egyéb szabadidős mozgásos, táncos tevékenységek. Gyermekjóga-gyakorlatok. Az alternatív, szabadidős mozgásos tevékenységekben megvalósítható játékok.</p>

Fejlesztési terület	5–6. osztály
Természetes és nem természetes mozgásformák	A szervezet előkészítését, bemelegítését szolgáló testnevelési játékok, eszközzel is. Koordinációt és fittséget fejlesztő szabály-, valamint feladatjátékok kooperatív és verseny jelleggel.
Úszás és úszó jellegű feladatok	Fogójátékok. Játékos, kooperatív vízbe ugrások; feladatok labdával és különböző eszközökkel. Egyéni, sor- és váltóversenyek úszólappal, egyéb eszközökkel. Víz alá merülési versenyek. Versenyek mély vízben víz alatti feladatokkal. Úszóversenyek talpas-, majd fejesugrással meghatározott távon, a tanult úszásnemekben.
Sportjátékok	Kosárlabdázás labda nélküli és labdás technikai készletének gyakorlása testnevelési játékokban. Kosárlabdajáték könnyített szabályokkal. Kosárra dobó versenyek, egyénileg és csapatban. A röplabda technikai elemeinek gyakorlása testnevelési játékokban, játékos feladatokban, valamint miniröplabdázásban. A kézilabdázás labda nélküli és labdás technikai elemeinek gyakorlása testnevelési játékokban és játékos feladatokban. Kézilabdajáték szabálykönnyítéssel mérkőzészerűen. A labdarúgás technikai és a taktikai feladatok megoldását előkészítő, valamint a begyakorlást segítő játékok és játékos feladatmegoldások. Cserefutball 3-4 fős csapatokkal. Játék 1 kapura 2 labdával. 2:1 elleni játék. Kispályás labdarúgás. Labdarúgó-mérkőzések.

Fejlesztési terület	5–6. osztály
Atlétikai jellegű feladatok	Az atlétikai versenyszámok elsajátítását és begyakorlását segítő játékos feladatmegoldások, testnevelési játékok és versenyek. Rajtversenyek. Futóversenyek 60 m-es távon, térdelőrajttal. Váltóversenyek. Helyből távolugró versenyek. Távol- és magasugró versenyek. Kislabdahajító versenyek helyből és nekifutással. Súlylökő versenyek. Célbadobó versenyek.
Torna jellegű feladatok	Játékos és utánzó feladatokkal ügyesség- és erőfejlesztés. Akadály- és váltóversenyek a tornaszerek felhasználásával. Átfutások, átugrások oszlopban kötél felhasználásával. Páros gyakorlatok kötéllal. Játékok-feladatok hárman egy kötéllal. Egyéni és páros versengések kötélláthajtásokkal, különböző feladatokkal.
Alternatív környezetben űzhető sportok	Játékok havon és jégen; siklások, gördülések, gurulások, gurítások különféle eszközökkel; hálót igénylő és háló nélküli labdás sportok, játékok; labdás játékok különféle labdákkal. „Cicajáték” koronggal. Siklóverseny; „gyűjtögető”; baglyos játék. „Rollerezés” – egy lécs felcsatolásával, vonalban, párokban. Siklás „alagútban”. Váltóversenyek tárgyak felemelésével, illetve lerakásával. Hóekeivelések párokban, egymás mellett és mögött. Váltóverseny, egyéni és csapat célbadobó verseny koronggal, mérkőzések. Versenyek meghatározott távon. Ügyességi versenyek. Szlalomverseny kapuk között, hóekeiveléssel.
Önvédelmi és küzdő-feladatok	Küzdőjátékokat előkészítő érintéses feladatok és játékok. Húzások, tolások előkészítése páros küzdőjátékokkal. Földharcjátékok (szőnyegfelület esetén).

12. A JÁTÉKBAN ELŐFORDULÓ MOZGÁSFORMÁK MINT JELLEMZŐ KÉPESSÉGFEJLESZTŐ ÉS KÉSZSÉGKIALAKÍTÓ TÉNYEZŐK

A mozgásos játékokat egyrészt a mozgáskészségek begyakorlásának, alkalmazásának területeként is felfoghatjuk, másrészt igen fontos képességfejlesztő eszközökként szerepelnek a gyermekek nevelőoktatásában.

A játékok kiválasztása alkalmával tekintetbe kell venni mindazokat a mozgásformákat, mozgáselemeket, amelyekből az egyszerűbb és bonyolultabb mozgáskészségek felépülnek. Ezek elsősorban természetes mozgások, valamint olyan gyakorlatok, amelyek a különböző motoros tevékenységek célszerű elvégzésére utalnak, azokkal szoros kapcsolatban állnak.

Mozgásformák, gyakorlatfajták	Gyűjteményi jelölés
Állóképességet fejlesztő gyakorlatok	all
Dobások, célzások	dob
Egyensúlyozás	egy
Elkapások, labdakezelések	elk
Erősítő gyakorlatok, erőelemek	erg
Futások, irányváltoztatások	fut
Gimnasztikai alapgyakorlatok	gia
Gyorsasági gyakorlatok, gyorsasági elemek, rajtolások	gyg
Hajlékonyságot, mozgékonytságot igénylő, fejlesztő mozgások	haj
Helycserék, gyors helyzetváltoztatások	hcs
Különböző koordinációs képességeket fejlesztő mozgások	kmf
Labdagurítások, labdaterelések	lgt
Labdavezetések kézzel	lvk
Labdavezetések lábbal	lvl
Mászások, kúszások	mak

Mozgásformák, gyakorlatfajták	Gyűjteményi jelölés
Tornamozdulatok, sporttornaelemek	tom
Ugrások, szökdelések	ugr
Ütések ütővel (labdát)	ütl
Ütések ütővel (tárgyat)	ütt

A következő, Játékgyűjtemény című fejezetünkben mutatjuk be azokat a sajátos elnevezésű játéktípusokat, amelyek utalnak a fejlődés egyes állomásaira és átmeneteire. Minden egyes játék neve melletti első rubrikában feltüntettük az ajánlott életkort, valamint – a további keretekbe – a legjellemzőbb mozgásfajták, gyakorlatfajták gyűjteményi (háromkarakterű) jelét.

II. Játékgyűjtemény

1. SZABÁLYJÁTÉKOK

Az iskolai évek első játékkorszakát jelentik, de a két utolsó óvodai évfolyam számára is meghatározóak. Az elején felsorolt játékcsoportok kapcsolata a korábbi fejlődési szakaszokkal nyilvánvaló.

1.1. SZIMBÓLUMOT ÉS SZEREPET TARTALMAZÓ SZABÁLYJÁTÉKOK

1. Verébszökdelés

4-6	fut	all	kmf
-----	-----	-----	-----

A gyerekek párosával kézfogással szökdelnek a játéktéren. A játékvezető jelére befutnak a játéktér egyik sarkában kijelölt házba. A játékmenet többször egymás után ismétlődik.

2. Táncoló tündérek

4-6	fut	all	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----	-----

A tündérek szétszórta futkároznak a játéktéren. Ha meghallják a zenét vagy énekszót, gyorsan párt keresnek maguknak, és addig táncolnak, ugrándoznak együtt, amíg szól a zene (dal). Ha a zene elhallgat, akkor továbbfutnak. Mindenki más párt igyekszik keresni a következő tánchoz.

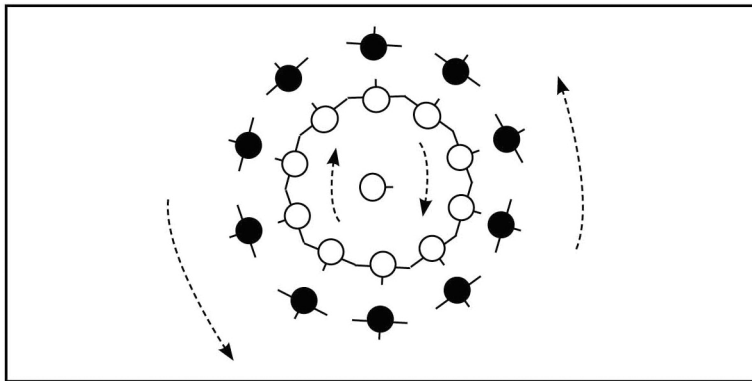
3. Táncoló kör

5-6	fut	all	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----	-----

A gyerekek kettős kört alakítanak. Az egyik kör játékosai szalagot viselnek. A belső körben állók karfűzéssel kifelé, a külső körön állók kézfogással a kör közepe felé fordulnak. Az utóbbiak eggyel többen vannak. A két kör ellentétes irányba jár, táncol körbe, közben mindenki egy dalt énekel. Miután a dalt befejezték, elengedik a kézfogást, és szabadon futkároznak. Játékvezetői jelre párokat alakítanak, de csak szalagos szalagtalannal. A párok helyben forgással táncolnak a második (kettős) sípjelig. Ekkor visszazaladnak abba a körbe, ahol eredetileg voltak. Egynek nem jut pár, beáll középre, innen figyel a játékot (együtt dalol a többiekkel).

A következő játékmenetben az előbbihez képest ellenkező irányban járnak körbe, megegyezés szerint mindig mást énekelve.

A gyorsan végzett párkeresés, az ügyes páros forgás, a gyors visszafutás, az együttes tánclépés dicséretet érdemel.



1. ábra: Táncoló kör

Játszhatják akár 30-an is. A kézfogás, a tánclépés, az irány, a dal kiválasztása, változtatása megegyezés szerint és szabályszerűen történik.

4. Szoborjáték

6-7	fut	egy	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----	-----

A gyerekek szétszórtan futkároznak a játéktéren. Jelre szobrot alakítanak saját elképzelésük alapján. Addig kell mozdulatlanul maradniuk, amíg a játékvezető jelt nem ad a további futásra. Kéziszerrel és párosan is játszható.

5. Egyensúlyozó-játék

5-6	fut	egy	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----	-----

A játéktéren a legkülönbözőbb elrendezésben 2 m hosszú vonalakat rajzolnak. A gyerekek tetszés szerint futkároznak a vonalak között. Jelre mindenki egy vonalhoz fut, s azon egyensúlyozó járást (kar oldalsó középtartásban) végez. A következő jelre ismét mindenki futkározik, jelre egyensúlyozás. A futás és egyensúlyozás többször ismétlődik.

1.2. VERSENGŐ SZABÁLYJÁTÉKOK

6. Villámlik

6–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Szabadban, teremben csoportonként 15–20 fő játszhatja. Kör alakban egymástól 4-5 m-re eggyel kevesebb kis kört rajzolnak, mint amennyi a játékosok száma. A kiszámolt kezdő játékos a kör közepére áll, a többiek belépnek egy-egy kis körbe. Ha a középső játékos azt kiáltja: „Esik eső, mennydörög!” – akkor mindenki a helyén marad. Aki kilép a körből, egy rossz pontot kap. Ha a középső játékos azt mondja: „Esik eső, villámlik!” – mindenkinek el kell hagynia a saját körét, és helyet kell cserélnie valakivel. Eközben a középjátékos is próbál elfoglalni egy üresen maradt kört. Ha ez sikerül, szerepet cserél a kör gazdájával. Ha nem, akkor újra középre megy.

A játék szabályai:

1. Három rossz pont után a játékos kiesik, és a körét letörlik. A középjátékosé az elsőbbség, ha valakivel egyszerre éri el a kört.
2. A játékot az a két utolsó cserélő nyeri, akinek a legkevesebb rossz pontja van.

7. Kelj fel, Jancsi!

6–7	fut	egy	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----	-----

Teremben, színpadon, udvaron egyaránt játszható. A játékosok a kérdező mögé, megszabott távolságra állnak. A kérdező a sorban elől álló játékost kérdezi: „Kelj fel, Jancsi!” „Hány órára?” – kérdi a játékos. Erre a kérdező mond egy számot, és a következő „léptékeket” teheti hozzá: a) bolhára (kis lépésre); b) hatalmasra (nagy lépésre); c) pohárra (előrehaladás forgással). Így felelhet pl.: „Három bolhára! Egy, kettő, három!”

A játékosok a számolás ütemére három kis lépést tesznek előre. A számolás befejeztével a kérdező hirtelen hátrafordul. Ekkorra be kell fejezni a mozgást. Akit mozogni lát a kérdező, visszaküldi a kiindulás helyére (a kérdező egyenként is indíthatja a játékosokat, de így lassúbb a játék). Az a legügyesebb, aki a kérdező hátát legelőször megérinti. A következő játékban a győztes lesz a kérdező.

Érdekes, hogy nem a kérdezőnek nevezett személy kérdez. Valószínű, hogy a hagyományos feljegyzés alapján alakult így. Lehetne a kérdezőt inkább kérlelőnek nevezni.

8. Mozdulatlanság

6-7	fut	egy	kmf	gyg	ugr
-----	-----	-----	-----	-----	-----

Szabadban, tornateremben egyaránt játszható. A játzó csoport létszáma 15-nél ne legyen több. A hunyó a hunyóhelyen (fánál, falnál, sarokban, zsámolyon) áll, a többieknek háttal. A többiek 10–15 m-re vannak a hunyóhelytől. A hunyó hangosan számol: „Egy! Kettő! Három!” Ezalatt a többi játékos igyekszik előremenni, közben figyelnek. Ha elhangzik: „Három!” a feljük forduló hunyó ne lássa őket mozogni. Aki mozog, annak a nevét a hunyó szólítja, és hátra kell mennie az indulóvonalig.

A játék a Megközelítés játék néven is ismert. Ebben a megközelítést különböző helyváltoztató módon (négykézláb, sánta róka helyzetben, egy láb szökdeléssel, nyusziugrással) lehet végrehajtani. Az a legügyesebb, aki a hunyót elsőnek érinti meg. A következő játékban ő lehet a hunyó.

9. Tűz, víz, repülő!

5-7	fut	egy	kmf	gyg	tom
-----	-----	-----	-----	-----	-----

Tornateremben szétszóródva futkároznak a gyerekek, közben figyelnek a játékvezető jelszavaira. A jelszavakra más-más feladatot kell végezni.

„Tűz!": a terem egy kijelölt sarkába kell futni. „Víz!": Valamilyen szerre kell felmászni, felkapaszkodni, nem érinthetik a talajt egyik testrészükkel sem. „Repülő!": Hasra kell feküdni.

A játékvezető ötletszerűen mondja a jelszavakat, készítve az állandó figyelésre.

A játéktér arányos „birtokbavételéhez" célszerűen kell a szereket elhelyezni és a feladatokat meghatározni.

Fokozható a hatás, ha „Víz"-nél függés helyzetet határoz meg a játékvezető. A függést szolgáló szerek kötött elhelyezése miatt érdemes a „Tűz" és a „Repülő" helyzetet azoktól legtávolabb elvégeztetni. Akik eltévesztik a feladatot, vagy elkésnek, hibapontot kapnak, vagy életet veszítenek.

10. Tűz, víz, repülő, nap, hold!

4-5	fut	egy	kmf	gyg	tom
-----	-----	-----	-----	-----	-----

Ebben a játékváltozatban a „Repülő”-re kitért karral, a karokat billegtetve, jobbra, balra oldalt hajolva kell futni. A „Nap” elhangzása után a gyerekek a hátukra fekszenek, karjukat a testük mellett leteszik a talajra (napoznak). A „Hold” hallatán a játékosok a hasukra fekszenek.

11. Tűz, víz, repülő! – mesével

5-6	fut	egy	kmf	gyg	tom
-----	-----	-----	-----	-----	-----

Kisebb csoportokban, játékos foglalkozásokon a futkározás helyett egy gyerek mesél. A hallgatóságnak figyelni kell, mert mesélés közben váratlanul elhangzanak a játék jelszavai, s azoknak megfelelően kell cselekedni.

Még érdekesebb, ha a gyerekek a jelszavakat beleszövik a mesébe, vagy megtévesztő módon „helyezik el” a történetben. Pl. ha víz következne a cselekményben, és a mesélő tüzet mond. Kisebb területen megvalósítható a meghallgatás közbeni folyamatos mozgás.

12. Egy, kettő, három!

6-8	fut	egy	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----	-----

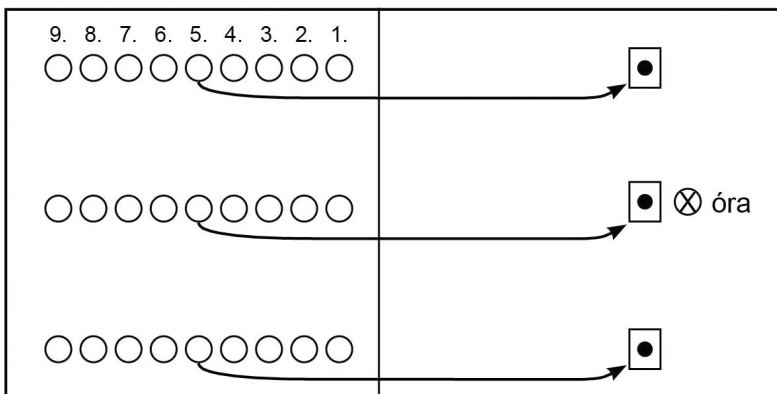
A játékosok körben, egymástól kb. 1 m távolságra állnak, hárman a kör közepén, 1-es, 2-es és 3-as számmal. A kört alkotó játékosok is 1-es, 2-es és 3-as nevet kapnak.

A középen álló három játékos közül egy – megállapodnak, hogy melyikük – elkiáltja a saját számát. Erre a kört alkotó játékosok közül, akinek a száma elhangzott, futással gyorsan helyet cserélnek. Aki a saját számát kiáltotta, arra törekszik, hogy elfoglalja valamelyik cserélő helyét. Akinek nem jut hely, középre megy. Azok a legügyesebbek, akik nem kerültek középre.

13. Hányat ütött az óra?

6-8	fut	egy	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----	-----

A játszó csoportot 6-8 fős csapatokra osztják, és választanak egy gyereket, aki az óra lesz. A csapatok egymástól kb. 2-3 m-re egyes oszlopban állnak egy indulóvonal mögött. A csapatok előtt 10-15 m távolságban egy számolyon buzogány van. Az órát a sorokkal szemben, a számolyok mögött helyezzük el.



2. ábra: Hányat ütött az óra?

A játékvezető kérdi: – Hányat ütött az óra?

Az óra hangosan számolni kezd, és minden számnál tapsol egyet. Amikor az általa kiválasztott utolsó számot kimondja, hirtelen leguggol, ezzel jelzi, hogy hányat ütött az óra. Erre minden sorból a leguggoláskor kimondott számú gyerekek gyorsan kifut a zsámolyhoz, és a zsámoly mögé áll, szemben a csoportjával, a buzogányt pedig a feje fölé emeli.

A következő játékmenetben az a játékos lesz az óra, aki leggyorsabban hajtotta végre a feladatot. Az, aki az óra szerepét töltötte be, helyet cserél vele.

- Az óra szerepét játszó gyerek hangosan, tempósan számoljon és tapsoljon, hogy ezt mindenki jól hallja. Csak akkor guggoljon le, amikor az utolsó számot is kimondta.
- A csapatokból csak az a játékos indulhat, akinek a számát az óra kimondta. Szabálytalan indulás esetén a csoport pontjaiból le kell vonni.

14. Kosár

4-6	fut	egy	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok körben ülnek a földön, széken vagy zsámolyon, mindegyik választ vagy kap egy gyümölcsnevet (pl. alma, körte, szilva). A vásárló belép a körbe, a többiek megkérdezik tőle, hogy mit vásárol.

– Most jöttem épp a piacról, vásároltam almát, körtét – vagy más gyümölcsök neveit mondja. A két gyümölcsnév tulajdonosa köteles egymással helyet

cserélni, s ezalatt a körben álló vásárló igyekszik elfoglalni egyikük helyét. Ha sikerül, a hely nélkül maradt játékos lesz a vásárló.

15. Körben ülő

5-7	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Körben, törökülésben ülnek a gyerekek. A kb. 1 m átmérőjű kör közepén áll a kérdező. Valakit megszólít: – Jóska! Szereted a szomszédaidat? – A válasz: – Igen! – Tovább kérdez egy másik gyereket szólítva: – Pista! Szereted a szomszédaidat? – Ekkor más válasz jöhet: – Nem! – Kit kívánsz magad mellé? – Erre a két társa nevét mondja: – Katit, Lacit!

A két név elhangzása után az öt gyermek, a kérdező, a jobb és bal oldali szomszéd és a két kért tanuló futva cseréljenek helyet. Az ötből az egyik hely nélkül marad. Ő lesz a következő játékban a kérdező. Azok győznek, akik nem voltak kérdezők. A helycserét különböző testhelyzetekben is el lehet végezni, melyet szabályba kell foglalni (pl. egy lábon szökdeléssel, négykézláb, nyusziugrással).

16. Hogy a kakas?

5-7	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játszó gyerekek kettős körben helyezkednek el. A belső körben lévőek guggolnak, ők a kakasok. A mögöttük állók az eladók, egy eladó és egy kakas képez egy párt. A vevő a kör közepén áll, innen indul bevásárolni a piacra. Szemügyre veszi a kakasokat, majd megáll egy árus előtt, s kérdi: – Hogy a kakas?

– Három garas! – jön rá a válasz.

– Hát a tyúk? – faggatózik tovább a vevő.

– Az is úgy! – feleli az árus.

– Add alább!

– Nem adom, inkább (a piacot) (kétszer/háromszor stb.) körülszaladom.

A párbeszéd elhangzása után az árus és a vevő egymás tenyerébe csap – ez a rajtjel –, majd meghatározott, egymásnak ellentétes irányban körbefutják a piacot. Aki hamarabb visszaérkezik, övé a kakas. Ha a vevő ér előbb, ő lesz az új eladó, a korábbi árus pedig a vevő.

– Ha többször ugyanaz a gyerek marad vevő, új vevő jelölhető ki.

– Az induló helyzetet pontosan meg kell határozni.

– A korai rajtolás – ismétlődés esetén – leváltást vonhat maga után.

Egyik változat szerint a félkör lefutása után a vevő és az eladó kézfogással egy forgást végez. Másik változatban találkozáskor páros lábon körben szökdel az árus és a vevő, de lehet guggolásban körben táncolás.

17. Kis kertész

5-7	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Egy gyereket mondókával kis kertésznek választanak. A többiek körben állnak és dalolnak. Szövege a következő:

„Beültettem kis kertemet a tavasszal, / Rózsa, szegfű, liliom és gyöngyvirággal, / Ki is nyíltak egyenként, / El szeretném adni mind, / De most mindjárt.” (Bizonyos változatban ezt csak a kis kertész énekeli.)

A vége felé a körből kilép egy játékos, és a következőt feleli (dalolva) a kis kertésznek: „Én megveszem virágodat, ha eladod, / Ha az árát, ha az árát nem sokallod.” A kis kertész válasza: „Versenyfutás az ára, / Uccu nézzünk utána, / De most mindjárt.”

Futásnak is erednek, s ha a kis kertész elfogja a futót, ő lesz a kis kertész. Így folytatódik a játék. A kis kertésznek szemfülesnek kell lennie, mert többen is kiléphetnek a kör közepére, hogy ők árulhassák a virágokat. Ilyenkor a kis kertésznek kell eldönteni, hogy ki volt az első. A kis kertésznek itt nagyobb szerep jut, hiszen ő dönti el, hogy kivel fut. Lehet olyan változatban is játszani, amelynél a vásárló személyét bizonyos szempont szerint határozzák meg.

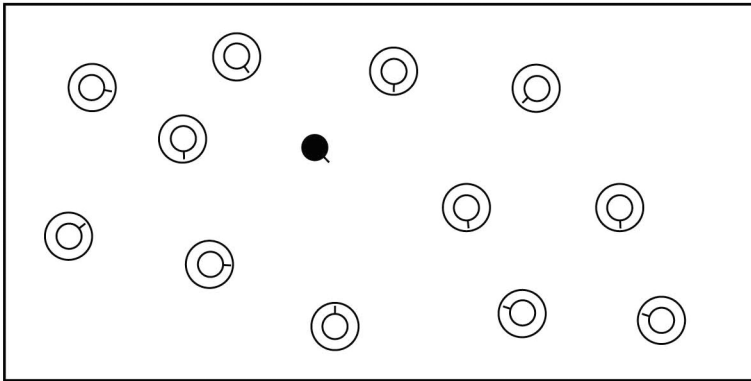
18. Házatlan mókus

5-7	fut	kmf	gyg	tom	hcs
-----	-----	-----	-----	-----	-----

A játéktéren egyenletesen szétszóródva kb. 1 m átmérőjű körökben helyezkednek el a gyerekek. A körök száma eggyel kevesebb, mint a játékosok létszáma. Egynek nem jut kör, azaz ház. A ház nélkül maradt gyerek a házatlan mókus. Kiáltására: – Mókusok, ki a házból! Egy, kettő, három! – minden mókus kifut a házból, és új házba igyekszik beállni. A házatlan mókus is próbál egy házba bejutni. Egy mindig ház nélkül marad, aki ismétli a kiáltást.

- A házat csak felszólítás után szabad elhagyni, ekkor is csak a „három” elhangzása után.
- A felszólítás után mindenkinek el kell hagynia a házat.
- Tilos az eredeti házba visszafutni.
- Az új ház azé lesz, aki először teszi be az egyik lábát.

- Egy házban csak egy mókus lehet, egymást kilökni tilos.
- Közvetlen szomszéd házba tilos befutni.
Megdicsérik azokat, akik nem voltak házatlan mókusok, illetve akik leleményesek voltak a házkeresésben.



3. ábra: Házatlan mókus

19. Mókusok, ki a házból!

5-7	fut	kmf	gyg	tom	hcs
-----	-----	-----	-----	-----	-----

Itt, amikor a házatlan mókus elkiáltja magát: „Mókusok, ki a házból!” – a többiek futkároznak a játéktéren. Ezután következik a második kiáltás: „Mókusok, be a házba!” Ekkor mindenki próbál házat találni. Akinek nem jutott ház, az lesz a házatlan, mint a többi változatban.

20. Házatlan mókus – párosával

6-7	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A Házatlan mókus játéknál leírtak szerint. Itt meg lehet határozni, hogy a párok kézfogással, összetartozva vagy szabadon mozoghatnak. Utóbbi esetben ügyelni kell arra, hogy egy házban kettőnél többen ne legyenek.

21. Hol az olló, komámasszony?

5-6	fut	kmf	gyg	tom	hcs
-----	-----	-----	-----	-----	-----

Elsősorban szabadban, fás-ligetes területen játszható játék. A játékosok létszámánál eggyel kevesebb fát jelölünk ki, amelyek egymástól való távolsága 5-6 m. Teremben a fákat karikák, zsámolyok, padlóra rajzolt körök helyette-

síthetik. Kijelöljük a kérdezőt, a többiek egy-egy fa mellé állnak. A kérdező az egyik gyerek elé állva kérdezi: – Hol az olló, komámasszony? – Ő egy névvel válaszol, pl.: – Jóskánál! – A kérdező indul megkeresni az ollót. Azonban mielőtt Jóskához eljutna, a többiek gyorsan helyet cserélnek. A kereső kihasználja az alkalmat, s elfoglal egy fát/karikát. Ha többször nem sikerül a keresőnek egy szabad fához jutni, új keresőt, azaz kérdezőt kell kijelölni.

Nagyobb létszám esetén két fogóval történhet a játék (Kettővel kevesebb fa/karika van). Másik változat szerint a helycserét négykézláb kell megtenni (A házak/karikák ne legyenek messze egymástól!)

Azok a legügyesebbek, akik nem váltak keresőkke, és ügyesen, észrevétel nélkül cseréltek helyet.

22. Szegény ember

5–6	fut	kmf	gyg	tom
-----	-----	-----	-----	-----

Nagy teremben öt 8–10 éves fiú játszhatja. A játék előtt öt kis cédulára egy-egy szerepet írnak: bíró, hajdú, tolvaj, szegény ember, ártatlan. Az összehajtott cédulákat egy játékos a tenyerében összerázza, és feldobja a levegőbe. A játékosok a visszahulló vagy az asztalra eső cédulákból elkapnak egyet. A cédulák kibontása után a szegény ember jelentkezik: – Szegény ember vagyok én, ellopták a tehenem, nincs egy darab kenyérem.

Megszólal a bíró: – Kit gyanúsítasz, szegény ember? – Ekkor a szegény ember a három játékos közül rámutat valakire. Ha eltalálja a tolvajt, akkor a bíró ítéletét a tolvaj kapja. De ha ártatlant vagy a hajdút gyanúsítja, akkor a szegény embert bünteti a bíró. A bírság lehet egy lábon körbefutás, ének, szavalat stb. A büntetés végrehajtása után a cédulák feldobásával folytatódik a játék.

1.3. MŰVELETSORT TARTALMAZÓ SZABÁLYJÁTÉKOK

1.3.1. Futójátékok

23. Földönfutó

6–8	fut	kmf	gyg	tom
-----	-----	-----	-----	-----

A gyerekek – a földönfutó kivételével – szétszórtan helyezkednek el a játéktéren, egymástól kb. 3 m-re, mindenki egy-egy karikában. A földönfutó irányt változtatva fut, és közben, akinek megéri a vállát, követnie és utánoznia kell

őt. A földönfutó különböző feladatokat végez (szökdel, négykézláb megy, buk-fencezik stb.). Ha a földönfutó elkiáltja magát: „Haza!”, mindenki igyekszik egy üres karikába futni, a földönfutó is. Akinek nem jutott karika, az lesz a következő játékmenetben a földönfutó.

- Aki a földönfutó által végzett feladatot nem teljesíti, az egy játszmban nem vehet részt.
- Aki egyik lábával karikába lépett, az a karikát már elfoglalta.

24. Földönfutó számolyokkal

6–9	fut	kmf	gyg	tom
-----	-----	-----	-----	-----

A karikák helyett számolyokat helyezünk el a játéktéren, egymástól arányos távolságra. A földönfutó tetszés szerinti útvonalon halad, közben érinti az ar-rafelé lévő számolyokat. Különböző feladatokat végez a számolyok között, s másféléket a számolyokon. Rendszerint föl-le lépések, „számolyszökdelések” fordulnak elő. A földönfutó „Haza!” kiáltására mindenki igyekszik a leggyorsabban elfoglalni egy-egy számolyt.

Szabályba foglalható, hogyan kell a számolyon elhelyezkedni. Pl. törökülés-ben, a láb nem érhet le a földre. Akinek nem jut számoly, ő lesz a földönfutó a következő játékban.

25. Gépkocsizás

5–7	fut	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----

Tornateremben, szabadtéri pályán játszható. Nem konkrét leíráshoz és szabályhoz kötött játék, ahol a gépkocsizás (nevezhetjük autózásnak is) műveleteit, a közlekedés szabályait gyakorolhatják, alkalmazhatják játékos formában a gyerekek. A következőképpen célszerű kialakítani a gépkocsizás terepét. A terület két sarkában egy-egy kocsiszínt, garázst vagy parkolót létesítünk padok, számolyok felhasználásával, melyeknek bejáratuk van a játéktér felé. A játzó csoport kettéosztása után az egyik csapat az egyik, a másik a másik garázsba vonul.

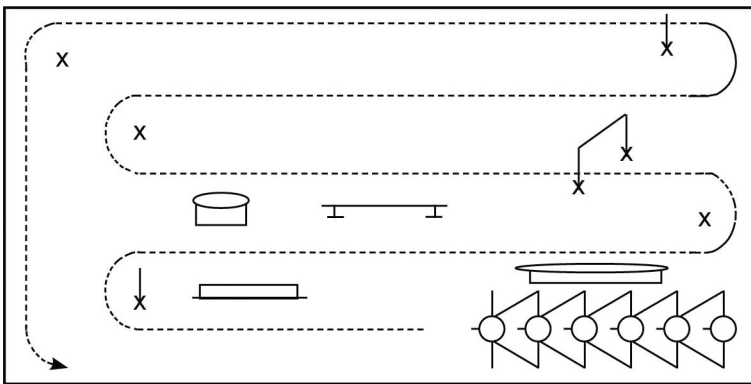
A játékvezető a játéktér közepén, kezében 2 különböző színű zászlóval jelzi, hogy a csapatok mikor futhatnak be a játéktérre. A garázsokhoz tartozó gyerekek a játéktérre befutva autós műveleteket (kanyarodás, előremenet, hátramenet, kormányozás, irányjelzés stb.) hajtanak végre. Amikor a játékvezető leengedi a csapat zászlóját, a csapat minden gépkocsijának vissza kell menni

a garázsba. (Ha mindkét csapat zászlaját magasban tartja a játékevezető, mindenki kinn van a pályán, ha mindkettő lenn van, mindenki visszafut garázsába. Ha csak az egyik zászló van fenn, ennek megfelelően csak az a csapat van kinn a terepen). Leginkább a közlekedés fontos szabályait, a balesetmentes, figyelmes vezetési stílust kell kiemelni. Hangulatossá teszi a játékot az autózás divatos jelenségeinek, autómárkaneveknek a használata stb.

A szabályok pontos betartóit emeljük ki elsősorban, és a leleményes, ügyes és természetesen balesetmentes gépkocsikat.

26. Vonatozás

5-7	fut	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----



4. ábra: Vonatozás

Tornateremben, szabadban játszható a vonatozást „megelevenítő” játék. A vasúti járművek mozgását utánozva a gyerekek különböző mozgásos műveleteket hajtanak végre. Játék közben a „zárt pályán” történő közlekedés ismereteit, szabályait is megismerik. Sokféleképpen, változatos formákban valósítható meg a játék. A helyi körülmények, adottságok, a rendelkezésre álló eszközök, a játékot vezető nevelő elképzelései, a gyerekek leleményessége befolyásolja a játék hatását, összképét. A játék kivitelezéséhez a következő ajánlások szolgálhatnak keretül.

A tornaterem vagy pálya vonalai jelenthetik a síneket, a tornapadok a hidat, magasugró mércék pedig az alagutat. Az állomásokat ugrószekrények, zsámlók képezik. Lehetnek szemaforok (magasugró állványból) a játéktéren, váltók (bójákból vagy buzogányokból), amelyeket a vonalak metszéspontjainál helyezhetünk el.

A gyerekek oszlopban helyezkednek el, egymás derekát fogva, utánozva a vonatszerelvényt. Figyelmes és erős mozdony, illetve vezetője kell, aki az oszlop elején áll. A vonat járással, futással halad, sebessége változik a terep sajátosságai szerint. Kell még vasúti személyzet, forgalmista, váltókezelő, állomásfőnök, akik meghatározott mozgásos feladatot hajtanak végre. A hangsúly a műveletek szabályos végrehajtásán (a szabályok betartásán) van, ami a játék értékelésének is fő szempontja. A szabályokat egy részét célszerű a gyerekekkel közösen meghatározni, hiszen az életkornak a szabályalkotás pontosan megfelel.

27. Hullámvasút

5–6	fut	kmf	all
-----	-----	-----	-----

A gyerekek három csoportban vállfogással egyes oszlopban állnak. Az első gyerekek vezetésével padokat kerülgetnek hullámvonalban. A játékvezető tetszés szerint cserélgetheti az irányító gyerekeket. Játsható járással, lassú futással, esetleg szökdeléssel.

1.3.2. Ugróiskolák, ugrójátékok

28. Iskola

7–9	fut	kmf	gyg	ugr	dob
-----	-----	-----	-----	-----	-----

Egy lapos kavicsot az első játékos bedob az első négyzetbe, majd fél lábbal begrik oda és kirúgja. Ezután a második, harmadik stb. négyzetbe dob, melyekből a kavicsot mindig a négyzeteken keresztül rugdalja ki, míg végig nem tudja járni mind a nyolcat. Akkor bukik meg, ha közben a vonalra vagy más osztályba esik a kavics, vagy a kirugdalásnál oldalt megy ki, vagy pedig az ugráló érint vonalat, vagy ha leteszi a másik lábát.

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Ha megbukott, át kell adnia a játékot a következőnek, s ha ismét rákerül a sor, onnan folytatja, ahol megbukott. Ha aztán valakinek sikerül az egész iskolát végigjárnia, a „bukottaknak” büntetést szabnak ki, ami rendszerint egy bizonyos távolság átsántikálása, vagyis fél lábon oda-vissza ugrálás.

29. Sántaiskola

8–11	fut	kmf	gyg	ugr	dob
------	-----	-----	-----	-----	-----

A kezdő játékos kisorsolása után a földre rajzolják a következő két ábra egyikét. Mindkét formában játszható, a szabályok azonosak.

5	4
6	3
7	2
8	1

a) változat

P	M
6	
4	5
3	
2	
1	

b) változat

Az a) változat esetén a kezdő játékos az 1-es négyzetbe dobja a cserepet, majd az 1-es négyzeten átugorva egy lábon végigsántikál a 2-es és 3-as négyzeten. A 4-es és az 5-ös négyzetben mindkét lábát letéve megfordul, és visszasántikál az indulási helyre, de az egyes négyzetből fél lábbal kirúgja a cserepet.

Ha a feladatot sikeresen elvégezte, a 2-es négyzetbe dobja a cserepet, majd tovább a többi négyzetbe mindaddig, míg el nem hibázza a dobást, vagy a cserepet nem tudja kirúgni. Ilyenkor a következő lép a helyébe. Ha az első játékos újra sorra kerül, a játékot ott folytathatja, ahol az előző menetben abbahagyta. Ha mind a 8 négyzetbe dobott, az ábra elé áll háttal, és a feje felett hátradobja a cserepet. Ha a cserép valamelyik négyzetbe esik, és nem ér vonalat, a játékosnak van egy „iskolája”. Ha a cserép vonalra vagy az ábrán kívül esik, a játékos csak a következő menetben próbálkozhat újra.

A b) változat abban tér el az előbb leírtaktól, hogy a 4-es és az 5-ös négyzetbe páros lábra érkezik (bal lába az 5-ösben, jobb lába a 4-esben), a 6-osba ismét egy lábbal ugrik, majd a 7-es (P = pokol) és 8-as (M = mennyország) négyzetbe úgy, mint a 4-es és az 5-ös négyzetbe. Itt páros lábról elugorva megfordul, s lábait megcseréli a négyzetekben.

Van, ahol a 4-es négyzetet is *pokolnak* hívják, az 5-öst *mennyországnak*, a 6-ost *nyaknak*.

A játékos az iskolába beírja a nevét, s abba a többi játékos nem léphet be, de cserepét sem dobhatja be, mert akkor „megbukik”.

A 4-es négyzettől kezdve a cserép kirúgását nem lehet „egyből” elvégezni, hanem csak négyzetről négyzetre haladva. Ilyenkor sem szabad belépni az „iskolába” vagy közben lábat cserélni.

Ha a dobásnál a cserép nem a megfelelő négyzetbe kerül, vagy a vonalra esik, a játékot a következő dobó folytatja. A játék nyertese az lesz, akinek a legtöbb iskolája van.

30. Labdasántika

7–9	fut	kmf	gyg	ugr
-----	-----	-----	-----	-----

Az első játészó a labdát begurítja az első négyzetbe, utána fut és elkapja, majd fél lábön ugrálva, a labdát pattogtatva járja végig a sántaiskolát. A 2–6. négyzetbe páros lábön ugorhat. Ha végigugrálta, akkor a második, majd a harmadik stb. négyzetbe gurítja a labdát.

1	2	3	4
5	6	7	8

A labdát időben el kell kapnia, ügyelnie kell, hogy ne rontsa el a pattogtatást, s vonalra sem szabad ugrania. Ha a játészó mind a nyolc négyzetbe gurított, és végigjárta, s közben nem hibázott, akkor 1 éves. Ha elrontja, átadja helyét a következő játészónak, s legközelebb előlről kezd. A végén az nyer, aki a legtöbb éves.

31. Mackó, mackó, ugorjál!

6–8	fut	kmf	gyg	ugr
-----	-----	-----	-----	-----

Ketten hajtják a kötelet, ütemesen, közben énekelnek vagy versikét mondanak. Az ugró a kötélfölött ugrál, s az éneket, versikét mindaddig ismétlik, amíg az ugráló bírja. Ha belebotlik a kötélfbe, helyet cserél az egyik hajtóval, vagy a soron következő lép a helyére.

32. Ugrókötelezés csoportokban

7–10	fut	kmf	gyg	ugr
------	-----	-----	-----	-----

A két hajtó kijelölése után a többieket négy csoportba osztják, egy-egy szint választva, ami aszerint is történhet, hogy a ruhájukban van-e olyan szín. Természetesen a hajtókat is besorolhatják valamelyik csoportba. A piros lesz Piri, a fehér Feri, a zöld Zoli és a sárga Sári. A csoportokon belül eldöntik a sorrendet.

Az első gyerek kezd ugrálni. Kötélhajtás közben ütemesen mondják: „Piri, Feri, Zoli, Sári! Piri, Feri, Zoli, Sári!” Amelyik név mondása közben az ugróláb belebotlik a kötélbe, abból a csapatból megy az első ugrálni. Aki elrontja, utolsónak áll be a saját csapatába.

1.3.3. Dobó- (elkapó-) játékok

33. Vigyázz a labdára! – gurítással

6-7	lgt	kmf	gyg	elk
-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok terpeszállásban kört alakítanak (kb. 5–8 fő). Lábfejük külső éle összeér. Egyiküknél van a labda, aki kétkezes alsó gurítással továbbítja valamelyik társához a labdát. Arra törekszik, hogy olyan cselesen, ügyesen gurítsa, hogy az a játékos lába között kiguruljon a körből. Aki kigurította, ügyes volt, és kap 1 pontot. A játék ennek megfelelően folyik tovább.



Az a legügyesebb, aki a játékidő alatt a legtöbb pontot szerezte. Úgy is lehet értékelni, hogy akinek a lába között kigurult a labda, pontot veszít.

Az gurítson, aki a labdát megfogta.

- A labdát csak gurítani szabad.
- A labdát a közvetlen társnak gurítani nem szabad. Legalább a „második” szomszédhoz kell gurítani.

34. Vigyázz a labdára! – rúgással

9–11	lvi	kmf	gyg	elk	lvi
------	-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok rúgják a labdát úgy, hogy az a társ lába között átguruljon.

A labdát lábbal vezetni nem szabad.

- A rúgott labdának gurulni kell.
- A terpesz által formált „kapuba” tartó labdát kézzel is meg lehet fogni.

35. Labdacica körben – gurítással

7–9	elk	lgt	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----	-----

Kijelölnek (választanak) egy vagy két cicát. A többiek kört alakítanak, majd egymás kezét elengedve egy lépést hátralépnek (megfelelő távolság), majd megjelölik helyüket. Ha a kör tagjai kb. 5-en vannak, elég egy, ha 8–10-en vannak, két cica ajánlatos. A cicák bemennek a körbe. A körön álló játékosok egymásnak gurítják a labdát, a cica pedig igyekszik megfogni azt. Ha sikerül neki, akkor a cica szerepet cserél azzal, aki a labdát utoljára érintette.

36. Labdacica – dobással

9–11	dob	elk	kmf
------	-----	-----	-----

Az előbbieknél megfelelően folyik a játék, csak itt a labdát különböző dobásmódok szerint kell továbbítani (egykezes, kétkezes alsó vagy felső dobással, pattintott átadással stb.).

37. Féllábas

7–9	dob	elk	kmf
-----	-----	-----	-----

A gyerekek körben állnak, egymástól 1-2 m térközzel. A csoport létszáma – körönként – 8–10 fő. A játékosok a kislabdát ívelt átadással dobálgatják egymásnak. Aki a hozzá dobott labdát elejti, a következő büntetési fokozatokban részesül: 1. elejtés után a két lábát keresztbe kell tennie; 2. fél lábba áll; 3. fél

térdre áll; 4. páros térdelésben játszik tovább; 5. törökülésbe helyezkedik; 6. kiáll a játékból.

Ha egy játékos egymást követően kétszer szabályosan elkapja a labdát, egy-egy büntetési fokozatot el lehet neki engedni.

– A labdát pontosan, ívelten kell a társhoz juttatni. Aki szándékosan rosszul dobja a labdát, olyan büntetést kap, mintha elejtette volna.

Azok a legügyesebbek, akik egyszer sem hibáztak a játék folyamán.

38. Körlabda

8–10	dob	elk	kmf	gyg
------	-----	-----	-----	-----

A játékosok egy nagy körvonal mögött állnak, egymástól kb. 1 m távolságra. A megválasztott adogató a kör közepén, és azon belül egy 1 méter sugarú körön belül áll. A játékvezető jelére az adogató két kézzel felmutatja a labdát, és hangosan bemondja, hogyan kell azt visszaadni (pl. visszaütni). Az adogató tetsszerint adogat, nehéz kiszámítani, kinek. Az adogatás végén az adogató felmutatja a labdát, bemondja az új visszaadási módot, és ismét mindenkinek adogat.

Visszaadási formáknak megfelelően a következő utasítások hangozhatnak el: „Ütve!” „Fejelve!” „Rúgva!” Hátrafelé!” „Két láb között!” „Bal láb alatt!” stb.

– Aki eltéveszti a dobásmódot vagy leejti a labdát, kiesik.

– A játékosok nem léphetnek el a körvonalától, az adogató pedig nem léphet ki a kis körből.

– Az adogató akárhogy dobhatja a labdát, a játékosok azonban csak a bemondott módon.

Az győz, aki nem esik ki, és a körön marad.

39. Topázás

8–10	dob	elk	kmf
------	-----	-----	-----

Szabadban, teremben, csoportonként 2–6, 10–14 éves fiú-lány együtt vagy külön játszhatja. A játékhoz 5 lapos kövecskét használnak, amit topának neveznek. A játékosok kör alakban leülnek. Megállapított sorrendben feldobják mind az öt követ a levegőbe úgy, hogy azok visszahullva a kézháton maradjanak. Akinek a legtöbb köve marad a nyitott kézháton, az kezd az iskolát, amelynek 7 fokozata van.

1. A játékos az 5 topa közül egyet felvesz, s azt úgy dobja fel a levegőbe, hogy a földön levő topák közül is felvehessen egyet, de közben elkaphassa a visszahulló topát is. Ezután az egyik követ félreteszi, és az előbbi módon egyenként felszedi a még földön maradó hármat.
2. Ha hiba nélkül elvégezte az 1. sz. feladatot, akkor a letett topákat egy kő feldobásával, párosával szedi föl.
3. Egyet feldobva először hármat, aztán egyet kap fel a földről.
4. Egyet feldobva négyet vesz fel a földről.
5. Egyenként veszi föl a topákat, de nem tesz le egyet sem.
6. Amint felkapott egyet, azt a második feldobás után leteszi a keze közelébe, hogy könnyen fel tudja venni. Ugyanis a második, a harmadik, a negyedik topát is ehhez rakja, majd felkapja az összest.
7. Földob egy topát a levegőbe, közben a földről hirtelen felvesz egyet, majd a levegőben lévőt felülről elkapja. (A felülről történő elkapást „kapellósnak” nevezik.)

Ha valaki játék közben a topát a földről nem kapja fel, vagy a visszahullót eljéti, hibát követ el. Ilyenkor a soron következő folytatja a játékot. A hibázó az új sorozatban ott folytatja a dobást, ahol a hibát előzőleg elkövette. Az a legügyesebb, aki a hét iskolát a leghamarabb befejezte.

40. Faljáték

9–12	dob	elk	kmf
------	-----	-----	-----

A játékosok kisebb, 4-5 fős csoportokban helyezkednek el a fal előtt. Udvaron tűzfalnál, teremben a legnagyobb üres falfelülettel szemben. Minden egyes csoportnak egy-egy falszakasz jut, amelyeket megszámoznak: 1-es, 2-es, 3-as pálya stb.

A csoport tagjai azon versengenek, ki tudja többször lábbal, meghatározott módon a falhoz rúgni folyamatosan a labdát. Sorrendben következnek. Akinek legtöbbször sikerül, ő lesz a csoport győztese, s a döntőbe jut. A döntőben a csoportgyőztesek az 1. pályán mérik össze tudásukat, a 2. helyezettek a 2. pályán stb. (A döntő úgy is elhelyezhető, hogy az elsők a középső (center) pályán játszanak, tőlük balra és jobbra a 2. és 3. helyezett játékosok mérkőznek a további helyezésekért.)

Versengési feladatok:

1. A játékos kézből a falhoz rúgja a labdát. A visszaérkező labda egyszer pattanjon a földre (vagy pattanhat), majd ismét a falhoz kell rúgni, folyamatosan.
 2. A játékos kézből a falhoz rúgja a labdát. A visszaérkező labda nem pattanhat a földre, közvetlenül ismét a falhoz kell továbbítani lábbal.
 3. A falra rajzolt nagy körbe kell rúgni a labdát. A labda a földre pattanhat közben.
 4. A rajzolt körbe kell rúgni, de nem pattanhat.
- A falszakaszokat vonalak jelzik, amelyek meghosszabbítása a talajon a csoportok „szektorát”, mozgásterét is kijelölik. A játékosoknak a másik szektorba átmenniük, másik területen játszaniuk a labdával tilos!
 - A játékosoknak kötelességük megakadályozni azt, hogy a labdájuk kimenjen a szektorukból. Ilyenkor meg kell fogni kézzel, a labdamentüknek vége.
 - Ha véletlenül átmegy a labda egy másik csoport szektorába, s ott akadályoz valakit, az a játékos újra kezdheti a játékmenetét.

Ha kellő idő áll rendelkezésre, összetett versengés is lebonyolítható. A játékosok sorra teljesítik a feladatokat. Ide vehető a Bakulás játék is, ahol a falhoz történő labdatovábbítást fejvel kell elvégezni.

4.1. Tanítócska

6–8	dob	elk	kmf
-----	-----	-----	-----

Szabadban, teremben egyaránt játszható. Csoportonként 6-8 fő legyen. Választanak egy „tanítót”. A többiek egysoros vonalban, egymástól 1 m távolságra állnak fel, karba tett kézzel, szemben a tanítócskával. A tanítócska sorba dobja 5-6 méterről minden játékosnak a labdát. Aki elejti, az a sor végére megy. Aki háromszor egymás után hiba nélkül elkapja, az helyet cserél a tanítócskával.

A játék következő fokozatában a tanítócska cselezhet, dobást színlel, de nem dobja a labdát. Aki a cselre szétveszi karba tett kezét, az is a sor végére áll. Azok a legügyesebbek, akik az egyes feladatokban sikeresek, s többször lesznek tanítócskák.

42. Labdaiskola (Labdázás falnál)

9–11	dob	elk	kmf
------	-----	-----	-----

Udvaron tűzfalnál, teremben nagyobb szabad falnál játsszák. Kiszámolással sorrendet választanak. A kezdő játékos mondja a dobásmódot.

Egy kéz: a labát falhoz dobja, és egy kézzel elkapja.

Két kéz: a falhoz dobja, és két kézzel elkapja.

Sima: a falhoz dobja, két tenyerét összesimítja, és a labdát elkapja.

Csattanós: egy taps után kapja el a labdát.

Szájbavágós: egyik kezét a szájához üti és elkapja.

Fülhúzás: mindkét kézzel megfogja a fülét, és utána elkapja a labdát.

Lábas: feldobja az egyik lába alatt, majd elkapja.

Hátas: a háta fölött feldobja, hagyja leesni, és egy ugrás után elkapja.

Kis egyes: a falhoz dobja, hagyja leesni, és egy ugrás után elkapja.

Nagy egyes: a falhoz dobja a labdát, és egy nagy ugrás után elkapja.

Forgós: a falhoz dobja, közben egyet perdül, utána elkapja a labdát.

Aki hiba nélkül végigjátssza a fokozatokat, egy pontot kap. Aki hibát követ el, nem kap pontot, átadja a következő játékosnak a labdát, és a sor végére áll. Meghatározott számú menetet játszanak. Az a győztes, aki a legtöbb pontot gyűjtötte.

43. Nagyiskola (Papos)

8–11	dob	elk	kmf
------	-----	-----	-----

Teremben, szabadban lányok és fiúk együtt is játszhatják. Egy olyan céltáblát választanak vagy készítenek, amelynek az átmérője kb. négyszer nagyobb, mint a labda. A céltábla régen lyukas kerítés, foghíjas deszkapalánk is lehetett (modernebb eszközként lehet használni a tornakarikát). A lyuk mögé (élénk színű) kendőt, zacskót függesztenek, hogy a labdák ne repüljenek messzire (jobban is látszik a cél).

A céltáblától kb. 10 m-re jelölik ki az első dobóvonalat, s attól hátrafelé méterenként annyi vonalat húznak, ahány iskolában megállapodtak. Kisorsolják a dobók sorrendjét. Egy dobóhelyről mindenki hármat dobhat. Az első játékos a 10 m-es vonaltól, az első osztályból kezdi a dobást. Ha a labdája bemegy a lyukba, hátrább léphet a következő iskolába, majd újabb sikeres dobás után egyre

magasabb iskolába. Ha a három dobás célt téveszt, a dobó összeszedi a labdákat, és a következő játékos dobhat.

Aki a legmagasabb iskolát először kijárja, abból „pap” lesz, és 6 lépés távolságról minden játszóra annyiszor dobhat a labdával, ahány osztállyal a célba vett játékos tőle lemaradt (hat iskola esetében a hatosra nem dob, az ötösrre egyet, a négyesre kettőt stb. dobhat). Akár talált, akár nem, őt visszadobni nem lehet. Aki újra sorra kerül, az a dobást arról a vonalról folytatja, ahol az előző menetben hibát követett el. A büntetődobások után a játékot új sorsolással előlről kezdik.

1.4. SZABÁLYJÁTÉKOK KÜLÖNBÖZŐ MOZGÁSOS FELADATOKKAL

44. Váltó

8–12	tom	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Teremben, színpadon, udvaron egyaránt játszható játék, melyben a mozgásos feladatok mellett fontosak a megjelenítő mozdulatok, jelzőeszközök. A gyerekek körben helyezkednek el. Egy játékost kiküldenek a teremből, egyet pedig kijelölnek váltónak. A játékban mindenki a váltó mozdulatait utánozza, ügyelve arra, hogy ne feltűnően figyeljék őt. A többiek ugyanezt próbálják utánozni. A behívott játékosnak középre kell állnia, s azt kell kitalálnia, ki a váltó, tehát ki irányítja a többiek mozgását. A mozgás sokféle lehet, taps, számárfül, hosszú orr, kar-, láb-, törzsmozgás, különböző testhelyzetek. A gimnasztikai és torna mozgások közé illesztett mimikai és pantomim mozdulatok rendkívül érdekessé tehetik a játékot.

A kitalálónak azt kell észrevennie, hogy időben hogyan játszódnak le a mozgások, tehát ki az, aki hamarabb cselekszik a többiekhez képest. Ha megnevezi a váltót, akkor a váltó megy ki, és új váltót választanak.

45. Tükörjáték

8–13	tom	kmf	gyg	gia
------	-----	-----	-----	-----

A játékvezető kijelöl egy ügyes gyereket, a „Kisügyest”, aki a többiekkel szemben különböző mozgásos feladatot végez, és testhelyzetet vesz fel. A leggyakoribb mozgásfeladatok: futás oldalt, előre-hátra, felugrások, szökdelések. Testhelyzetek: guggolások, fekvőtámaszok, karlendítések, fekvések,

különböző gimnasztikai alapformájú gyakorlatelemek is lehetnek. A mozgásfeladatokat és a helyzeteket a többi játékosok a leggyorsabban igyekeznek tükörképszerűen utánozni. Előre-hátra mozgásnál az utánzás úgy is történhet, hogy előremozgásnál a többieknek hátrafelé, hátramozgásnál előre kell mozogni.

A kisügyest váltogatni kell.

- Aki téveszt, életet veszít, vagy zálogot ad, amit egy másik játékban visszaszerezhet, vagy kiválthat.
- Akik a legjobban és legszebben utánoznak, átvehetik a kisügyes szerepét.

46. Körfutó

8–11	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

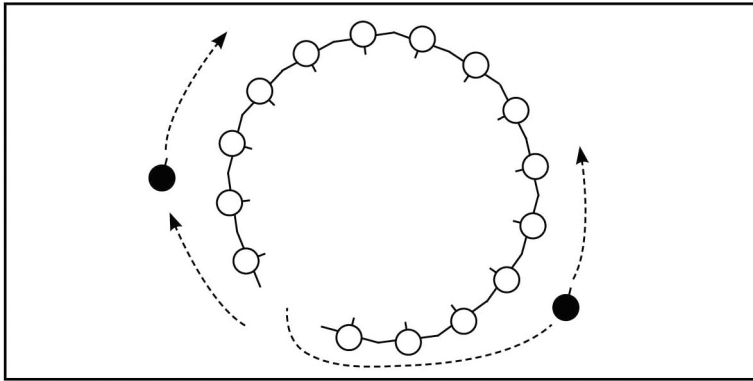
A játékosok négyes csoportokban helyezkednek el egy nagy kör mentén, ülésben. Csoporton belül 2-2 játékos egymással szemben. Van egy játékos, az indító, aki egyik csoportba sem tartozik. A körön kívül haladva körbejár, egyszer valamelyik négyes csoporthoz érve egyiküknek megérinti a vállát, miközben indítja őket: „Fuss körül!” Erre mind a négyen fölugranak, körbefutnak, és igyekeznek visszaülni helyükre. Közben az indító valamelyikük helyére leül, így a visszaérkezők közül egynek nem jut hely, ő lesz az indító.

47. Jöjj velem!

8–11	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Csoportonként 12-15 gyerek körben áll, egymástól kb. 1 m távolságra. A kijelölt játékos, a „hívó” lassan fut körbe a körön kívül, a körben állók mögött, és „Jöjj velem!” kiáltással, valamelyik körben álló játékos vállára üt. Aki hamarabb érkezik vissza, beáll az üresen maradt helyre, a másik lesz a következő menetben a hívó.

- a) Ebben a pillanatban visszafordul, és az érintett (hívott) gyerekekkel együtt – ellenkező irányban – körbefut.
- b) Úgy is lehet, hogy a hívó megtartja menetirányát, a hívott ehhez képest fut ellentétes irányba. Persze ez a hívónak előnyt jelent.



5. ábra: Jöjj velem!

- Körülfutás közben, a találkozáskor a jobb kéz felől kell egymásnak kitérniük. Egymás akadályozása tilos!
- Egy gyereket kétszer egymás után érinteni nem szabad.
- Ha valaki másodszor is hívó marad, a b) feladat szerint cselekedhet.

48. Jöjj velem! – páros forgással

8–11	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Találkozáskor kézfogással körbeforognak, megállapodás szerint az óra járásával egyező vagy ellentétes irányban, majd továbbfutnak.

49. Jöjj velem! – párosával

8–11	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A játékosok kettős körben helyezkednek el, valójában párokban. „Hívó pár” van, akik kézfogással járnak, futnak körbe. A körhöz közelebbi, a belső játékos hív („Jöjj velem!”), megérinti a körben álló külső gyereket, aki párjával kézfogással körbefut, versengve a hívó párral, hogy hamarabb visszajussanak a helyükre.

50. Jöjj velem! – hármásával, négyesével

9-12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A játékosok (hármásával, négyesével, ötösével) egymás mögött állva vagy törökülésben a kerék küllőihez hasonlóan helyezkednek el. A hívó a szokásos jel/ige („Jöjj velem!”) kiáltása után megérinti az utolsó gyereket, aki érinti az előtte lévőt (és így tovább), majd mindnyájan futásnak erednek. Az utolsóként érkezőnek nem jut hely, ő lesz az új hívó.

- Az érkezés sorrendjében foglalják el helyüket az oszlopban.
- Az oszlopban elől álló játékosok hátrányát – hiszen ők indulhatnak legkésőbb – úgy egyenlíthetjük ki, hogy a hívónak kell ellentétes irányban futni.

51. Hagymás, kettő üti egymást!

9-12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Szabadtéren, tornateremben, 15–20 fős csoportokban lehet játszani. A lányok és fiúk lehetőleg külön. A játékosok kézfogással kört alakítanak. A fogó a körön kívül futva megérint valakit. Akit megérintett, elhagyja a helyét, és a fogót megelőzve igyekszik vissza a helyére. Ha úgy látja, hogy nem tudja megelőzni a fogót, akkor ő is ráüt egy játékosra, aki szintén versenyfutással próbálja visszaszerezni elhagyott helyét. Néha az üldözők és üldözöttek egész láncot alkotnak, de az is előfordul, hogy a kör minden tagja mozgásban van. A játékosok közben kiabálják: – Hagymás, kettő üti egymást!

52. Hatozás (Hürézés)

9-12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Hat játékos áll körben, egymástól kb. 6–8 m távolságban. Előttük 1-1 bot a földre szúrva (teremben, keményebb talajon buzogány). A hetedik az őr, aki a kör közepén áll, kezében szalag (zsebkendő). Az őr folyamatosan mondogatja: „Hüre...hüre...hüre...” Közben a kört alkotó játékosok a botokon (buzogányokon) kívül futnak körbe. A közepén álló őr egyszer csak elkiáltja magát: „Hat szegre!” Ekkor mindenki – a közepén álló is – igyekszik egy-egy botot (buzogányt) a kezébe venni. Egynek nem jut, a következő menetben ő lesz az őr, megkapja a szalagot. Azok a legügyesebbek, akik nem kerülnek középre. Cél-szerű a futás irányát váltogatni.

53. Helycsere

8–12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A szabadtéri vagy tornatermi játéktér négy sarkában vonalakkal vagy számo-lyokkal, padokkal határolt egy-egy „ház” van. A házakat szőnyegek is jelölhe-
tik. Mind a négy házban van egy-egy csapat, különböző színű jelzéssel. A csa-
patok létszáma lehetőleg egyenlő legyen. A játékvezető két csapatot szólít
színük szerint (pl. piros, kék), és mutatja is a színeket jelzőszalaggal. A hívott
két csapat játékosai – rendszerint sípjelre – kifutnak a ház kapuján, s a leggyor-
sabban helyet cserélnek. Amelyik csapat előbb ér a másik házba, az az ügye-
sebb. A játékvezető a játék folyamán váltogatva, egyenlő arányban szólítgatja
a csapatokat.

- Indulni csak a sípjel elhangzása után szabad.
- A házból kifutni és az új házba befutni csak a kijelölt kapukon keresztül szabad.
- Átfutás közben tilos akadályozni a szemben futókat. Az ütközéseket el kell kerülni!
- Egy csapat akkor fejezte be a versenyt, ha minden tagja a házon belül a meghatározott testhelyzetben (pl. ülésben), „mozdulatlanná” válik.

Első szempont a szabályok pontos betartása. Figyelembe vehető, hogy melyik csapat hányszor volt ügyesebb a másiknál, e szerint lehet pontozni (de nem elsődleges szempont). Inkább csak utalni kell a teljesítményre.

54. Szalagszerzés

9–12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Akár 15–20 gyerek is játszhatja egy csoportban, egy kb. 10 x 20 m-es játékerü-
leten, szabadban vagy tornateremben. A lányok és fiúk inkább külön. Minden
játékos kap egy vállszalagot, amit hátul a nadrágyjukba kell betűzni (tornaöltö-
zékben lévő lányoknál a derékon lévő gumiszalag övbe kell betűzni). A játékve-
zető jelére mindenki mindenkit üldözőbe vesz, hogy szalagot szerezzen, ami
úgy történik, hogy kirántják egy társuk szalagját. A megszerzett szalagot hátul
be kell tűznie a ruhájába.

A szalagot nem szabad elrejteni, legalább fele hosszúságban a nadrágon kívül kell lógnia. A saját szalagokat nem szabad megfogni.

- Erőszakos eszközökkel nem szabad szalagot szerezni.
- Elveszti szalagját az a gyerek, aki a játékterületet elhagyja.
- Célszerű a szalagok viselésével kapcsolatban a következőképpen intézkedni. Legalább egy szalagot kell hátul viselni, a többi lehet kézben. Ha hátul nem marad (mert kivették), a kézben tartott szalagokból pótolni kell.

55. Szalagszerzés két csapatban

9–12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két csapat játékosai kölcsönösen igyekeznek egymás szalagjait megszerezni. Az a csapat győz, amelyiknek a játék végén több szalagja van.

56. Szalagszerző

9–12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen, egy nagyobb méretű téglalap alakú területen. Nagy létszámban, kb. 30-an is játszhatják. Az egyik csapat a fogó, a másik a futó. A futó csapat tagjai az egyik alapvonal mögött állnak, nadrágjukban hátul egy-egy szalaggal. A fogó csapat tagjai középen, a 2 m széles fogósávon helyezkednek el, szétszórtan, háttal a futó csapatnak. Jelre a futó csapat megpróbál átfutni a túlsó térfélre. A fogók, a fogósávon belül az átfutók szalagját igyekeznek megszerezni.

Tehát a következő játszmában mindenki fut, a szalag nélkül maradt futók taktikus mozgással a középsők figyelmét elterelik azokról, akiknek sikerült megőrizniük szalagjukat. Néhány játékmenet után szerepet és helyet cserélnek. Az a csapat győz, amelyik több szalagot szerzett.

- A fogó játékosok a fogósávot nem hagyhatják el, szalagot csak ezen belül szerezhhetnek (aki kilép a sávból, egy játszmából kimarad).
- A fogók a játszma ideje alatt nem nézhetnek hátra (a leelkedő egy játszmából kimarad).
- Akinek a szalagját megszerezték, továbbra is játékban marad.

57. Verseny a babzsákért

7-9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok nagy körben állnak, a körvonalon kívül. Mindegyikük előtt a vonalon egy babzsák van. Az indító a kör közepén áll, előtte a földön egy vállszalag van. Az indító, miután a „Vigyázz!” vezényszóval felhívja a többiek figyelmét, gyorsan fölemeli a földről a szalagot, majd a játékvezető által meghatározott irányban körbefutnak. Amikor az indító a magasba emelt szalagot a földre visszateszi, minden játékos (az indító is) igyekszik egy-egy babzsákot szerezni. A játékosok álljanak a kör vonalára, és a babzsákot emeljék a magasba. Az a tanuló, akinek nem jutott babzsák, a következő játszóban indító lesz.

– Futáskor nem szabad a babzsákra lépni vagy azt átugrani.

58. Verseny a babzsákért – négykézláb

8-9	fut	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----

A körbefutást a játékosoknak négykézláb kell megtenniük.

59. Labdagyűjtő verseny

5-8	fut	kmf	gyg	dob
-----	-----	-----	-----	-----

A játéktér közepén lévő nagy kosárban (felfordított ugrószekrény felső részben) labdák vannak. A gyerekek szétszórta helyezkednek el. A játékvezető (és társa vagy társai) kidobálja a labdákat, a gyerekek pedig összegyűjtik. Rövid idő elteltével jelre megállítják a játékot. Megszámolják, hány labda van a kosárban és azon kívül. Ha a kosárban több van, a gyerekek győztek, ha a játéktéren, akkor a játékvezető. Ha rendre a gyerekek győznek, a játékvezető válasszon segítőtársat magának.

60. Cserélgető

8-11	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két csapat vonalban áll fel egymással szemben, egy kb. 10 x 20 m-es pályán, a két alapvonal mögött, amely egyben induló- és célvonal is. Mindkét sorban számozással (egyes, kettős, hármas stb.) beosztják a játékosokat. Az azonos számozásúak egymással szemben vannak. Az egyik csapat (minden játékosa) kislabdát, a másik babzsákot kap.

A pálya közepén egy 2 m széles sáv van, itt történik a labda cserélgetése. A játékvezető hangosan hív egy azonos számú párt, pl.: „Négyesek!”, majd jelt

ad. Ekkor a négyesek kifutnak középre, kicserélik eszközeiket, és visszafutnak helyükre az alapvonal mögé. Az a csapat kap pontot, amelyik játékosa hamarabb visszaért. Több hibázási lehetőség fordulhat elő, ezért pontosan szabályba kell foglalni, hogy mi legyen a következménye. Hibapontnak számít:

- Ha nem a szólított játékos fut.
- Ha szólították, de nem indult.
- Ha nem a párjával, hanem másik játékosal cserélt.
- Ha a rajtjel előtt indult.
- Ha úgy tesz, mintha cserélt volna, de nem cserélt.

A figyelmességet, a gyors rajtolási készséget és a célszerű futást kell kiemelni elsősorban.

61. Cserebere több csoportban

8–11	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A Cserélgetőhöz hasonlóan folyik a játék, azzal a módosítással, hogy a játékeszközöket, labdákat nem egyszerre, hanem több kisebb csoportban cserélik.

Az indulóvonalon felsorakozó tanulókat mindkét oldalon hármast vagy négyes számozás alapján több csoportra osztjuk. A játék vezetője a szám bemonásával jelöli meg a versenyző csoportokat (pl.: „Négyesek!”, „Egyesek!” vagy „Hármasok!”), majd sípjellel indítja a versenyt. Ezután mindkét sorból csak azok a játékosok futnak középre cserélni, akiknek a száma elhangzott.

62. Cserélgető – akadályokkal

9–12	fut	kmf	gyg	hcs	lgt	mak
------	-----	-----	-----	-----	-----	-----

A sorok elé akadályokat (pl. padot) helyezhetünk, amelyeken (ugrással, kúszással) áthatolva kell a szemből futó társal, a kijelölt sávban cserélni.

63. Cserélgető – labdagyakorlatokkal

9–12	fut	kmf	gyg	hcs	lgt
------	-----	-----	-----	-----	-----

A labdacseré előtt és után labdaterelést, labdavezetést lehet végrehajtani. A két csapat labdái különbözzenek, de csak annyiban, hogy össze ne téveszszék.

1.5. ERŐFESZÍTÉST (KÜZDELMET) IGÉNYLŐ SZABÁLYJÁTÉKOK

64. Sótörés

6–8	gia	kmf	erg
-----	-----	-----	-----

A párok háttal egymásnak, karfűzéssel, terpezállásban helyezkednek el. Az egyik előrehajol, a másikat a hátára emeli. A hajló kérdezi: – Mit látsz, Ignác? A másik feleli: – Eget, földet, vaskarikát, / általugrom a Dunát. – A párbeszéd után néhányszor a hajló felemeli társát, azután szerepet cserélnek.



65. Mit látsz?

6–8	gia	kmf	erg
-----	-----	-----	-----

Amikor karfűzés után az egyik előrehajol és fölemeli a másikat, kérdi: – Mit látsz? – A másik válaszol: – Eget, földet, csillagot, / Papok hátán kalapot, / Sós kenyérbe harapok, / Tegyé le, mert meghalok! – Ekkor az alul lévő lehuppantja a másikat a hátáról.

Ennél a változatnál óvatosnak kell lenni. Amikor a másik beszél, az egyik egy kicsit engedje vissza „nyugodtabb” helyzetbe társát. Inkább a kérdés előtt hajoljon jobban és többször előre.

66. Békaloვazás

7-8	fut	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----

A gyermekeket több csoportra osztjuk. A csoport tagjai derekuknál egy kötéllel össze vannak kötve – ők a békák – egy kivétellel, aki hajtja őket. Azon versenyzőnek, ki ér előbb célba. Amelyik békacsoport leghamarabb átjut a célvonalon, az győz.

67. Kakasviadal

8-12	ugr	kmf	erg
------	-----	-----	-----

Azonos nagyságú és erejű párok egymással szemben, mellső karkulcsolással állnak. Egy pár a többiektől kb. 1,5-2 m távolságra van. Jelre a párok tagjai egy lábon szökdelve, vállal lökdösni kezdik egymást. Aki egyensúlyi helyzetéből kimozdul, s mindkét lábát a talajra teszi, hibapontot kap (vagy ellenfele 1 pontot). Az az ügyesebb, az győz, aki kevesebb hibapontot (több pontot) szerez a másikkal szemben.

- Csak vállal lehet a társat lökni.
- Durvaság esetén a szabályt megsértő játékos hibapontot (társa pontot) kap.

68. Kakasviadal – guggolásban

8-12	ugr	kmf	erg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A pár tagjai guggolásban, páros lábon szökdelve igyekeznek egymást kimozdítani. Aki ülésre kényszerül, hibapontot (társa pontot) kap.

69. Lábvívás

9-12	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

A pár tagjai egymással szemben állnak, haránt-oldalt terpeszállásban, térdük hajlított. Arra törekednek, hogy társuk lábát (térdén alul) kézzel megérintsék. Amelyiküknek sikerül, egy pontot „elkönyvelhetnek” maguknak. A találatot hangosan kell bemondaniuk. A pár tagjai közül az az ügyesebb, aki a vívás ideje alatt több találatot tud társa lábára „bevinni”.

70. Kézvívás

9-13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

A pár tagjai egymással szemben fekvőtámaszban helyezkednek el. Azon igyekeznek, hogy társuk keze fejét megérintsék. Akinek ez sikerül, egy pontot szereztek. A találatot hangosan bemondják, ezáltal „szenvédő” társa nyugtázza a történetet. Az győz, aki több találatot ér el.

71. Húzás-tolás

9-13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

A párok tagjai meghatározott kiinduló helyzetben, a középvonal két oldalán helyezkednek el. Jelre megpróbálják egymást saját térfelükre áthúzni, illetve áttolni. A küzdő feladatokat többféleképpen lehet elvégezni (pl.: jobb vagy bal kézzel, csuklófogással húzás; páros kézzel húzás; hátsó állásban vagy ülésben tolás; vállfogással tolás; derékfogással húzás, tolás). Az győz, aki a játékidő alatt (többször) a határvonal mögé tolja, illetve húzza ellenfelét.

72. Ki a legény a csárdában?

9-13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

A párok 2 m sugarú kör közepén állnak. A feladat az, hogy egymást kitolják a körből. Az győz, aki társát úgy tolja ki a körből, hogy annak mindkét lábfeje a körvonalon kívülre kerüljön. A játékos a társát tolhatja, húzhatja, de nem durváskodhat.

73. Húzd át a határon!

9-13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Két csapat viaskodik egymás ellen, akik egymással szemben, a játéktér felezővonalának két oldalán (arcsorban) állnak fel.

A szemben álló csapattagok megfogják egymás kezét. Jelre mindkét csapat játékosai igyekeznek társukat áthúzni a középvonalon saját térfelükre. Minden áthúzott játékos a csapatnak egy pontot jelent. Győz az a csapat, amelyik a játékidő leteltével több pontot szerzett.

74. Told ki a körből!

9-13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Egymás után három, fokozatosan kisebbedő kört rajzolunk a talajra. A játékosok a legnagyobb körben helyezkednek el. Jelre megpróbálják egymást kitolni a körből. Ha valamelyik játékos mindkét lába a körön kívül érinti a talajt, akkor

kiesik a küzdelemből, és a második körbe áll be. Ha ott már ketten vannak, újra-kezdődik a küzdelem. Aki a második körből is kiesik, az a harmadik körbe kerül, s ha innen is kiszorítják, kiáll a játékból. Az győz, aki a legnagyobb körben utolsónak marad. Második az, aki a középső körben, és harmadik az, aki a legkisebb körben marad.

75. Told be a körbe!

9-13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

A játékosok a létszámtól függően 5-6 m-es sugarú körön kívül szétszórtan helyezkednek el. Jelre a játékosok igyekeznek egymást a körbe betolni. Az a játékos, aki mindkét lábával a körbe lép, kiesik a küzdelemből, és a körben marad. Az győz, aki utolsónak marad a körön kívül.

76. Körbe húzás

9-13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

A játékosok a 3 m átmérőjű kör körül kézfogással (csuklófogással) kört alakítanak. Jelre a játékosok megpróbálják egymást behúzni, betolni a körbe. Azok a legügyesebbek, akiket nem sikerült a körbe húzni.

- Aki a kört jelző vonalra rálép, vagy azt átlépi, a játékból álljon ki.
- Ha a kör elszakad, az a két tanuló, amelyik elengedte a kézfogást, a játékból álljon ki.

77. Botbirkózás

9-13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

A pár tagjai egymással szemben terpeszállásban helyezkednek el, a botot mindketten, hajlított karral, vállszélességben fogják. Az a feladat, hogy a botot egymás kezéből kicsavarják. Az győz, aki társa kezéből kicsavarja a botot, s azt magasra emeli.

- A boton fogásváltást lehet végezni.
- Lehet egymást húzni, tolni, a botot csavarni, de a másik lábára lépni nem.

78. Vadszamár

9-13	erg	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Ketten játszanak egymás ellen. Egyikük térdelőtámaszban helyezkedik el, ő a vadszamár. A másik, a vadszamár csípőjén lovaglólülésben – karját oldalsó középtartásban tartva – helyezkedik el. A vadszamár igyekezzen társát a csípőjé-

ről lefordítani. Ha ez sikerült, szerepet cserélnek. A vadszamar győz, ha sikerül lefordítani – meghatározott idő alatt – „lovását”.

- A lovas a vadszamarat nem ütheti, nem rúghatja.
- A lovas a talpát nem teheti le a földre.

79. Hordódöngetés

9-13	erg	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Két csoport játszik egymás ellen. Az egyik csoport a „hordó”, a másik a „döngető” szerepében játszik. A hordó legerősebb játékosa középre áll, majd a többiek kézfogással, csigaszerűen köréje tekerednek. A másik csoport a hordó körül helyezkedik el. Jelre nyomják, döngetik, megpróbálják „feldönteni” a hordót. Ha sikerül, helyet cserélnek.

80. Adj király katonát!

9-13	fut	kmf	erg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A két legerősebb játékos egy-egy csapatot szervez. A két csapat egymással szemben 12–15 m-re, kézfogással egysoros vonalban helyezkedik el. A fogás erős legyen.

A kezdő sor „királya” átkiált az ellenfélhez: – Adj király katonát! – Felelet: – Nem adok! – Király: – Akkor szakítok! – Felelet: – Szakíts, ha bírsz!

Ekkor a király megnevez a sorból valakit, aki nagy erővel nekiszalad az ellenfél sorának, és megpróbálja a kézfogást elszakítani. Ha sikerül, magával viszi azt a két játékost, ahol a lánc elszakadt. Ha a kísérlete nem sikerül, ő marad fogoly. Ha a szakítás sikerült, ismét az előbbi királyé a szakítás joga. Sikertelen próbálkozás esetén, a párbeszéd elhangzása után a másik sor királya küldhet valakit szerencsét próbálni. Mindig az a csapat folytatja a játékot, amelyiknek tagja foglyot szerzett. A foglyok félreállnak, és a további játékokban nem vesznek részt. Győz az a csapat, amelyik a játékidő alatt több foglyot ejtett.

A játékban könnyen fordulhat elő sérülés. A kezdő játékosok figyelmét fel kell hívni erre. Pl.: ha nem szakad el a lánc, könnyen áteshet rajta, megütheti a gyomrát a láncnak futó játékos.

81. Láncszakítás

9–13	fut	kmf	erg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két csapat egymással szemben, vonalban helyezkedik el, kézfogással, kb. 10-15 m távolságra. A csapatok játékvezetője egy-egy játékosát (később kettőt-kettőt) jelöli ki a lánc szakítására. A kijelölt játékosok a másik sorhoz futnak, ott testük súlyával igyekeznek elszakítani a láncot. Ha fél perc alatt a láncszakítás nem sikerült, a támadó fogoly lesz, és a sor végére áll. Ha sikerült, az a két játékos, akiknél a lánc elszakadt, a támadó foglya lesz, s a támadó játékos sorának a végére áll. Az a csapat győz, amelyik a játékidő alatt több foglyot szerez.

82. Körszakítás

9–13	erg	kmf	all
------	-----	-----	-----

A játzó csoport kéz- vagy csuklófogással kört alakít, s adott jelre kifelé húzzák a kört. Ahol elszakad, ott ketten kiállnak. Ilyen módon a kör egyre kisebb lesz. Páros létszám esetén az utolsó két játékos volt a legerősebb, páratlan létszámánál az utolsó három.

- Csak kifelé szabad húzni a kört, a rángatás tilos.
- A meghatározott fogásmódtól eltérni tilos.

83. Küzdelem a körért

9–13	erg	kmf	all
------	-----	-----	-----

Egy kb. 5–8 m átmérőjű körben két csapat helyezkedik el. A csapatok csuklófogással (karfűzéssel, derékfogással) egy-egy kört alkotnak. Jelre a két csapat – összefogódzva – megpróbálja egymást a körből kitolni. Amelyiknek sikerült, az a győztes.

- Az a csapat, amelyik a fogást elereszti, elveszíti a játszmát.
- Az ellenfelet nem szabad gáncsolni, rúgni.

84. Halak menekülése

9–13	erg	kmf	all
------	-----	-----	-----

Két (10–20 fős) csapat küzd egymás ellen. Az egyik kézfogással kört alkot, a másik csapat játékosai a körön belül szétszórtan helyezkednek el, ők a halacs-kák. A halak igyekeznek kitörni a hálóból, azonban csak a körön álló játékosok kézfogása alatt menekülhetnek. A körön állók ezt igyekeznek megakadályozni. A játékidő leteltével megszámlálják, hogy hány hal menekült ki a hálóból. A kö-

vetkező menetben szerepcserével folyik a játék. Az a csapat győz, amelyiktől a játékidő alatt több hal menekült el.

- A kézfogást durvasággal nem szabad elszakítani.
- A kézfogás fölött átlépve menekülni nem szabad.

85. Dombra szaladós

9–12	fut	kmf	erg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Dombos területen emelkedős részen lehet jól játszani. Elsősorban 9–12 éves fiúknak való. A játékos az emelkedő alján helyezkednek el. Valaki felszalad a dombra, és elkiáltja: – Pap vagyok, prédikálok, / Nincsen székem, csak úgy állok! – Egy másik, hasonló erejű erős játékos megpróbálja lerángatni a dombról. Ha sikerül, ő áll a helyére, és mondja a szöveget. Nem sokáig, mert egyszerre minden játékos felfut, és azért küzd, hogy minél hosszabb ideig maradjon fenn a dombtetőn. Párok egymással, vagy mindenki mindenkivel birkózik, s csak akkor hagyják abba, ha kifáradnak.

86. Fogolyszabadító

9–12	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Két, megközelítőleg azonos képességű csapat küzd egymás ellen. Az egyik arc-cal kifelé fordulva kézfogással zárt kört alakít úgy, hogy csak a vállukkal érinthetik egymást. A másik csapat a körön kívül, elszórtan helyezkedik el. Ebből a csapatból 4-5 fő álljon a kör közepébe. Ők lesznek a foglyok. Jelre a körben állók megpróbálnak a körből kijutni. A kört alkotó tanulók ezt igyekeznek megakadályozni. A kívülálló hűzhatják a belsők kezét. Ha a játék szerepcserével is véget ér, összehasonlítják, melyikük szabadított több foglyot: az győz.

- A fogoly csak testével végzett tolással szabadulhat.
- A kört alkotó játékosok a menekülési kísérletet a testük súlyával megakadályozhatják.
- A körön kívül állók csak a foglyok kezét kaphatják el, és csak így segíthetnek. Egyidejűleg egy fogolynak csak egy körön kívül álló játékos segíthet.

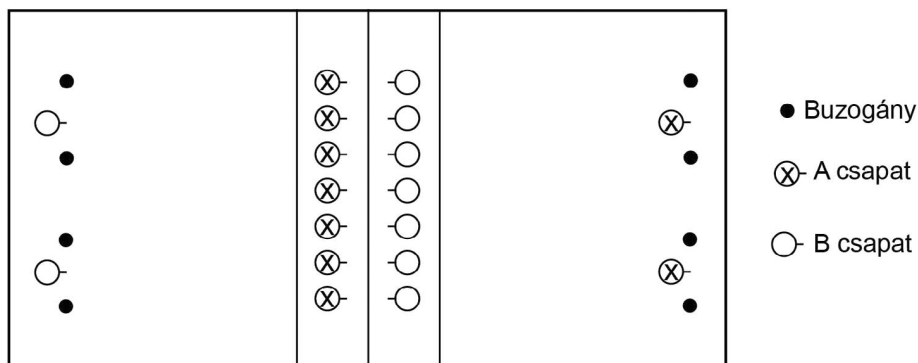
87. Buzogánydöntés

9–13	erg	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Több játékos csoport egyidejűleg kézfogással egy-egy kört alakít. A kör közepére elhelyeznek egy-egy buzogányt. Jelre a kör tagjai – a kézfogás megtartásával –

egymást húzogatva igyekeznek valakit a buzogány elé húzni. Aki eldönti a buzogányt, kiáll. A játék addig tart, amíg csak egy – páros létszám esetén kettő – tanuló marad a körben. A játék innen tovább folytatható. A körönként győztes játékosok döntő küzdelmet vívnak. Új kört alkotnak, s új menetet vívnak. A végző győztes az, aki itt sem döntött buzogányt.

– Tilos a rángatás, a lökdösés és minden durvaság.



6. ábra: Buzogánydöntés

88. Kötélhúzás

9–13	erg	kmf	all
------	-----	-----	-----

A kötelet a földre fektetik, s a rajta lévő három jelet a talajon is meghúzzák. A két csapat a kötélt két végén helyezkedik el. Egy csapaton belül a játékosok felváltva állnak az egyik és a másik oldalán. Első vezényszóra („Elkészülni!”) a csapatok kézbe veszik a kötelet – a kötélt középet mutató jelzés a talajon lévő középső jelzés fölött maradjon. „Vigyázz!”-ra megfeszül a kötélt, s „Rajta!” vezényszóra elkezdődik a húzás. Az a csapat győz, amelyik a kötelet annyira elhúzta, hogy az ellenfél jelzése a földön húzott középső vonal fölé kerül. A mérkőzést a csapat három győzelemmel nyerheti meg.

- A kötelet a „Rajta!” vezényszó előtt nem szabad húzni.
- Tilos a kötélt rángatása.
- Csak a meghatározott fogással lehet a kötelet megfogni.

A játék eredményét meghatározza ugyan a két csapat közötti testsúlyarány, de a jó együttműködés, az erők összhangja sikert biztosít.

89. Kötélhúzás – nekifutásból

9–13	erg	fut	kmf	all
------	-----	-----	-----	-----

Kezds előtt a játékosok a kötéltől távol állnak, s jelre futnak a kötéhez. A jó együttműködés feltétele, hogy előre megbeszéljék, pontosan ki hol ragadja meg a kötelet.

90. Halazás

9–13	erg	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Kötetlen számban fiúk, lányok külön játszhatják. Két sor úgy áll fel szemben egymással tűzoltófogással, hogy mindkét oldalon terpeszállásban a külső lábélük összeérjen. A sor egyik végén az összefogott kezekre egy kisebb gyerek ráhasal. A párok néhányszor meglengetik a halat, aztán hirtelen előrelendítéssel feldobják a levegőbe. A dobók előtt álló párok a repülő halat a tűzoltófogás elengedése nélkül az alkarjukra fektetve elkapják, és továbbcsúztatják. Ha a sor végéről a párok előrefutnak, végtelen tartó lánc keletkezik.

91. Haldobás

9–13	erg	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

A halazást úgy is végre lehet hajtani és folyamatossá tenni, hogy a halat a sor elején egy társa talpra segíti, majd a sor elején csatlakoznak a kétsoros lánchoz. Ezalatt a sor végéről egy pár – egyik az egyik oldalról, másik a másiktól – kiválik a láncból, egyikük ráhasal a kezekre, a másik előrefut a sor elejére, és ott várja társát, akit majd talpra segít és így tovább.

92. Csillagugrózás

9–13	erg	kmf	gyg	tom
------	-----	-----	-----	-----

Szabadban, 5–8 fiú játssza. Négy játékos páronként szemben egymással terpeszállásban törzsdöntést végez előre. A fejüket összedugják, és erősen megmarkolják egymás vállát. Az ötödik játékos nekifutással átbukfencezik a tartó társak túlsó oldalára. Az ugrók egymást cserélgetik.

93. Csillagrúgás

9–13	erg	kmf	gyg	tom
------	-----	-----	-----	-----

Fiúk páros játéka, ahol az egyik fiú hanyatt fekszik, két kezét a feje mellett kinyújtva, tenyérrel felfelé a földre helyezi, két lábát magasba emeli.

A másik játékos a fekvő tenyerébe lép, hasát a fekvő felemelt talpához szorítja, kezével a felemelt lábakat fogja. A fekvő játékos tenyerével nyomva, lábával lendítve elrúgja társát, aki terpszállásban ér földet.

94. Bakugrás

9–13	fut	kmf	tom
------	-----	-----	-----

Inkább fiúk játéka, de egyszerűbb végrehajtással kisebbek is végezhetik. A játékosok egymás mögött állnak fel 8–10 lépésre, elöl a legerősebbek. Az utolsó kivételével mindenki nagy terpszállásban „bakot tart” (bal támadóállásban mindkét tenyerét a bal combjára helyezi, fejét lehajtja, testsúlyát a két láb közé helyezi). Kisebbségnél a bakot tartó guggolásban helyezkedik el.

A sor utolsó két játékos a nekifutás után a bak előtt két lábbal átugrik a bak felett. Így halad folyamatosan előre. Ha végigugrott a sor felett, beáll a sor első baknak. Őt követik hátulról sorban a többiek úgy, hogy folyamatos ugrás után bakot tartanak.



2. FELADATJÁTÉKOK

A feladatjátékokban más felosztási alapokat kell alkalmaznunk, a fogó- és a találatra menő játékok sajátos szerkezete indokolja ezt.

2.1. FOGÓJÁTÉKOK

2.1.1. Fogójátékok kör alakzatban

95. Ne nézz hátra, jön a farkas!

7–8	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

A játékosok zárt körben állnak, válluk érintkezik. Kézfejüket hátrateszik, keresztcsontjuk tájkára, tenyerüket hátrafelé fordítva. Jön a farkas, kezében egy kendő. A körön kívül járva mondogatja: „Ne nézz hátra, jön a farkas!”

A farkas a kendőt észrevétlenül valamelyik játékos kezébe teszi. Aki kézbe kapja, a kendővel ütögesse a jobb oldali szomszédját, akinek pedig menekülnie kell, körbefut. Ha a játékos visszaáll a helyére, a fogó már nem ütheti. A farkas álljon az új fogó helyére, az új fogó farkasként megy körbe, mondókájával folytatódik a játék.

- A körben állók nem nézhetnek hátra.
- A fogó félkörnyi kergetés után továbbadhatja a kendőt (ezáltal a játék lendületességét is elősegítheti).
- A farkas, aki leadta a kendőt, fusson egy kört, és akkor álljon az új fogó helyére. Azok a legügyesebbek, akiket a fogó kerget, de a fogótól ütleget nem kapnak.

96. Béka a körben

7–8	fut	kmf	hcs	tom
-----	-----	-----	-----	-----

A gyerekek kézfogással nagy kört alakítanak. Közülük kerül a kör közepébe – kiszámolás vagy kijelölés után – a béka. A gyerekek kézfogással körben ugrálnak, és incselkednek a békával: „Béka, béka, brekeke, / Megfognál, ha lehetne?”

A béka – törökülésben – egy ideig túri a bosszantást, de aztán hirtelen felugrik, és igyekszik valakit megfogni. Mindenki menekül a játéktér egy távolabbi sarkában kijelölt házba. Ha a békának sikerül valakit megérinteni, akkor az a játékos lesz a következő menetben a béka. De ha senkit nem tud utolérni, akkor vissza kell mennie a körbe, és továbbra is ő marad a béka.

- Menekülés közben a kijelölt játékkerületet nem szabad elhagyni, mert ez megfogásnak számít.
- Üldözni csak a ház határvonaláig szabad, a menekülő megfogása csak a házon kívül érvényes.
- Ha a menekülő egyik lábával már a házba lépett, érvénytelen a megfogás.
- Az érintés megfogást jelent.

97. Őr bácsi

7–8	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

A játéktér közepén, zsámolyon ül az „Őr bácsi”. Fején sapka, úgy tesz, mintha aludna. A többi játékos szabadon szétszóródva futkározik a játéktéren, melynek mindkét végében 3-4 m széles sáv jelöli a „házat”. A játékosok közel merészkednek az alvó őrhöz, ingerlik, piszkálják, s közben mondják: „Őr bácsi, fogjon meg!” Az őr váratlanul felébred, felpattan, és igyekszik valakit megfogni a játékosok közül, még mielőtt azok a házba szaladnának. Ha sikerül, a megfogott játékos lesz az Őr a következő játékban. Ha senkit sem tud megérinteni, akkor ő marad a fogó.

Változat:

- Az Őr bácsi és a többiek is törökülésből indulnak.
- A játék négykézláb helyzetből kezdődik, és négykézláb futással történik.
 - A menekülő megérintése megfogásnak számít.
 - Csak a házon kívüli megfogás érvényes.
 - Ha a menekülő játékos egyik lábával már belépett a házba, a megfogása nem érvényes.
 - Az őr nem mehet a házba.

98. Őr bácsi – párosával

7–8	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

Két őr bácsi van, a többiek kézfogással párokat alkotnak.

99. Sánta róka, gyere ki!

6–8	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

A róka a talajra rajzolt körben áll, a többiek a körön kívül énekelnek a rókának: „Sánta róka, gyere ki!” A róka, amikor a többiek nem is gondolják, váratlanul kiugrik, és elkap egy gyereket, vagy ha tud, akkor többet is. Akit elkap, az is róka lesz, és beáll vele a körbe.

100. Páratlan bíró

9–12	fut	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Szabadban, teremben kötetlen számú játékos játszhatja. Régen a leányok kedvelt játéka volt. A játékosok kettős körben arccal befelé állnak. Választanak egy bírót, akinek a párja egyedül marad. A bíró a seprűvel odamegy a páratlanhoz, aki megsúgja a bírónak, hogy kit verjen meg. Amikor a bíró a megnevezettet eléri, megüti a seprűvel, aki erre futva menekül, majd beáll a páratlan játékos elé. A továbbiakban mindig a páratlan súg egy nevet a bírónak. Három, négy menet után új bírót választanak.

101. Bárányka

6–9	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

Udvaron, teremben kötetlen számú leány és fiú együtt játszhatja. A játékosok kör alakban leguggolnak. A kijelölt kezdő játékos a körön kívül szalad, és valakinek ráüt a vállára vagy hátára. A megérintett játékos üldözni kezdi a futót. A futó igyekszik beállni az üldözője helyére. Ha nem ér be, mert közben a fogó megérinti, továbbra is ő fut körbe, ha beért, üldözője folytatja körbefutással a játékot.

102. Ószfogó

7–10	fut	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Kezdekör kört alakítanak. A játékvezető középre áll, behunytt szemmel néhányszor megfordul a saját tengelye körül, végül rámutat valakire. Akire rámutatott, az lesz a fogó, a többiek szétszaladnak. A fogó üldözi a futókat, és akit megérint, az is fogó lesz. A további játék alatt már minden menekülőre háromszor kell ráütni, hogy fogó legyen.

Aki utoljára marad, az állhat a kör közepére, és megmutatja, hogy ki legyen a fogó.

103. Pecsenyeforgatás

8–11	fut	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Szabadban, teremben csoportonként 15–20 leány és fiú külön játszhatja. Választanak két fogót és két forgatót, a többiek a pecsenyék. A pecsenyék kézfogással nagy kört alakítanak, majd elengedik a kézfogást. A forgatók bemennek a körbe, a fogók a körön kívül egymástól távolabb állnak. A forgatók a körön

belül mozognak, a fogók a körön kívül követik őket. Ha valamelyik forgatónak sikerül messzebb kerülni a fogótól, a pecsenyék közül egyet derékon kap, és fel-emelve úgy forgatja meg, hogy utána ő a körön kívül maradjon. A forgató most már a körön kívül fut a fogó elől. Ha a fogó megközelíti, akkor a legközelebbi pecsenyét ismét megforgatja úgy, hogy a fogó elől visszakerüljön a körbe. Ha a fogó a forgatás befejezése előtt megérinti a forgatót, átveszi annak szerepét. A régi forgató beáll a pecsenyék közé, annak a helyére, akit új fogónak jelölnek ki.

- A forgatót bármelyik fogó megérintheti mindaddig, amíg a pecsenye lába a levegőben van.
- A forgató annyi pecsenyét forgathat meg, amennyit tud, de a forgatás befejeztével mindig a kör ellenkező oldalára kell kerülnie, mint ahol a forgatás előtt állott (ha belül volt, kívül futhat, és fordítva).

A játék érdekesebb, ha a forgatók bevárják a fogót, és csak az utolsó pillanatban végzik el a forgatást.

104. Kecske van a kiskertben

6–10	fut	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Választanak egy kecskét és egy gazdát. A többiek kézfogással kört alakítanak. A kecske a körön belül, a gazda azon kívül áll. A játékot énekkel kezdik: „Kecske ment a kiskertbe, / A káposztát megette, / Siess kecske, ugorj ki, / Jön a gazda megfogni.”

Az ének után a gazda és a kecske párbeszéde következik. A gazda kezdi:

– Kecske, kecske, mit csinálsz a kertemben? – Kecske: – Káposztát ennék, ha volna. – Gazda: – Kapáltad? – Kecske: – Most is kapálom. (A lábával a kapálást utánozza.) – Gazda: – Öntözted? – Kecske: – Most is öntözöm. (Kezével a locsolást utánozza.) – Gazda: – Nem félsz, hogy megfoglalak? – Kecske: – Itt is luk, ott is luk, én meg azon kibújok.

A gazda a játékosok keze alatt átbújva igyekszik megfogni a kecskét, aki menekül a körből. A kör tagjai a kecske előtt felemelik a kezüket, hogy a menekülést megkönnyítsék, a gazda előtt leeresztik, elzárják az útját. Sikeres fogás után kecskéből gazda lesz, a gazda beáll a játékosokhoz, és új kecskét választanak. A játékot énekkel folytatják.

105. Benn a bárány, kinn a farkas

6–9	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

A játékosok kézfogással kört alkotnak. Közülük kerül ki – kiszámolással vagy kiválasztással – a farkas (a fogó) és a bárány (menekülő). Kezdekor a bárány a körön belül, a farkas azon kívül helyezkedik el. Jelre a farkas kergetni kezdi a bárányt. Próbál bejutni a körbe. A kört alkotó játékosok karjuk leengedésével akadályozzák a farkast. Amikor végre bejut a farkas a körbe, a bárány igyekszik kifelé. A többi játékos – karjuk felemelésével – segíti a bárány menekülését.

A játék meghatározott ideig tart. Ügyes a farkas, ha a meghatározott játékidő alatt megfogja a bárányt. Ha nem, a bárány érdemel dicséretet és a körben álló játékosok, akik segítették őt. Az új játékmenetben a korábban kiszámolt vagy újonnan választott két játékos lesz a bárány és a farkas.

106. Benn két bárány, kinn két farkas

6–9	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

Nagyobb létszám esetén mozgalmasabb a játék, ha két bárány és két farkas (kézfogással vagy anélkül) szerepel.

107. Medvetáncoltató

6–9	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

A zsámolyon ül a medve, kezében az ugrókötél egyik vége. A kötélmásik végét a medvetáncoltató tartja. A többiek a medve körül helyezkednek el.

Jelre a többi játékos futni kezd a medve körül és ingerlik őt: „Medve, medve, fogjál meg!” A medvetáncoltató a kötélmásik végét fogva, próbálja a körben futók egyikét megfogni. Ha sikerül, az a játékos lesz a medve, akit megfogott. A medvéből legyen medvetáncoltató, a medvetáncoltató pedig álljon a többi játékos közé. Azok az ügyesek, akiket nem fogtak meg a játékidő alatt.

- A medvetáncoltató és a medve a kötélmásik végét nem eresztetik el.
- A medve a zsámolyt nem hagyhatja el.

108. Kötőfékecske

8–12	fut	kmf	hcs
------	-----	-----	-----

Szabadtéren 15–20 fiú és leány együtt is játszhatja. Kiszámolással választanak egy fogót. A játszók számához mérten egy kört rajzolnak, melynek közepébe a fogó beszurja a karót (udvaron, pályán tornateremben felállít egy magasugró

mércét, melynek talpára egy játékos guggol). Majd a karó tetejére köti a zsinetget, a kötőféket. Mindenki egy-egy tárgyat, ruhadarabot helyez el a körben, azután 2 m-re hátralép a körtől. A fogó a zsineg végét állandóan fogva a körön kívül mozog, és üldözőbe veszi azt a játékost, aki a zálogtárgyát a körből ki akarja venni. Ha megérinti, helyet cserélnek. Ha a fogó lassú, és minden zálogot kiszedtek, vagy ha a fogás közben elengedi a zsinetget, 1 éves lesz. Ha három menet alatt senkit sem tud elkapni, 3 éves lesz és kiházasítják. Kiházasításnál a fogó kivételével minden játékos egymás mögé áll fel terpeszállásba. A fogónak a lábak alatt négykézláb kell végigfutnia, közben a játékosok megpaskolhatják. Kiházasítás után új fogót választanak, berakják a zálogokat, és tovább játszanak.

109. Üsd a harmadikat!

8–12	fut	gyg	kmf	hcs	erg
------	-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok kettős körben helyezkednek el. Az egymás mögött állók párt képeznek. Kiválasztunk egy párt, egyikük lesz a fogó, a másik a menekülő. A párok egymástól való távolsága kb. 2-3 m. A belső körben állók előtt célszerű körvonalat rajzolni, hogy közben ne tolódjék el a kör. Jelre a fogó üldözi a menekülőt, mindketten a körön kívül futnak. Úgy tud megszabadulni üldözőjétől, ha sikerül a körben bármelyik pár elé beállnia. Ilyenkor a hátul álló „harmadik” köteles tovább futni, a fogó most már őt kergeti. Ha a fogó megérinti a menekülőt, szerepet cserélnek.

Változat: Láb között átbújással kell beállni a pár elé.

- A fogó és a menekülő is csak a körön kívül futhat.
- Menekülés közben nem szabad beállni úgy egy pár elé, hogy egy másik pár előtt is elhalad (megfogásnak számít).
- Az új menekülő azonnal beállhat a saját helyén az első helyre vagy közvetlenül a szomszéd pár elé.
- A visszaadás érvényes.
- A fogó és a menekülő is irányt változtathat üldözés közben.

110. Üt a harmadik

9–12	fut	gyg	kmf	hcs	erg
------	-----	-----	-----	-----	-----

A játékot az Üsd a harmadikat! szerint játsszák. A fogó hasonló módon kergeti a menekülőt, de amikor a menekülő hirtelen beáll egy pár elé, szerepcsere történik. A hátul lévő „harmadik” lesz hirtelen a fogó. A fogó menekülővé válik. A menekülőnek a fogótól távolabbi oldalról kell beállnia a pár elé. A fogó rendszerint elég közel van a menekülőhöz a beállítás pillanatában, s már csak akkor észleli azt, ha már túlfutott a „harmadik” játékoson. Ekkor a harmadik játékos a másik irányba kezd el futni. A megtorpanó újdonsült fogóval szemben a menekülő egy kis egérutat tud nyerni. A fogó üldözés közben irányt változtathat és a menekülők is. A fogónak óvatosnak kell lenni, mert éppen a szerepcsere pillanata előtt, közel kerülve a menekülőhöz, áldozatul eshet. Lehet ugyan taktikázni, de célszerű bevezetni egy sajátos szabályt.

111. Fogó váltással

9–12	fut	gyg	kmf	hcs	mak
------	-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok kézfogással kört alakítva terpeszállásban helyezkednek el, majd elengedik a kézfogást. Jelre a fogó kergeti a menekülőt. Az lesz az új fogó, akinek a lába között a menekülő (előlről vagy hátulról) átbújt, a régi fogó menekülő lesz.

- Határozzuk meg, hogy a játékosok csak a körön kívül, vagy a körön belül is futhatnak-e.
- Ha a menekülő a társa lába között átbújt, annak helyére álljon terpeszállásban.

Azok a legügyesebbek, akik viszonylag hosszú ideig voltak menekülők, de nem fogták meg őket.

112. Fekvő fogó

8–12	fut	gyg	kmf	hcs	tom
------	-----	-----	-----	-----	-----

Kijelölnek egy fogót és egy menekülőt. A többiek kézfogással kört alakítanak, majd a kézfogást elengedve hátralépéssel megnagyobbítják a kört, és hasonfekvésben helyezkednek el, fejük a kör közepe felé. Jelre a fogó – az óra járásával ellenkező irányban – kergetni kezdi a menekülőt, a körön kívül. A menekülő úgy talál oltalmat, ha az egyik fekvő bal oldala mellé fekszik. Az a játékos, aki

mellé feküdtek, felugrik, ezután már ő lesz a menekülő. Ha a fogó eléri a menekülőt, szerepet cserélnek.

- Csak a körön kívül szabad futni.
- A fekvők fölött átlépni tilos.
- A játék megindításakor és a megfogás utáni jeladáskor a fogó és a menekülő között kb. kétembernyi távolság legyen.

A futás irányát bizonyos időközönként vagy játékmenetenként változtatni kell a lábak arányos terhelése céljából.

113. Fekvő fogó – szerepcserével

9–12	fut	gyg	kmf	hcs	gia
------	-----	-----	-----	-----	-----

Másik változat szerint az lesz a fogó, aki mellé a menekülő lehasalt, és a fogó menekülő lesz. Ilyenkor a menekülő a fekvő játékosnak a fogótól távolabbi oldala felől hasal le.

114. Körfogó

9–12	fut	kmf	hcs	gyg
------	-----	-----	-----	-----

A játékosok kettős körben állnak. A belsők arccal a kör közepe felé, a külsők a kör középpontjának oldalt fordulnak. A külsők egymástól való távolsága kb. 6–8 m. Jelre a külső kör játékosai körben futva kergetik egymást.

- Akit a mögötte futó társa megfogott, a kör közepébe megy.
- A belső kör tagjai törökülésben tartják a körformát, helyükről elmozogni nem szabad.
- A játék három külső játékos versenyben maradásáig tart.
- A legügyesebbek, akiket egyszer sem, vagy kevesebbszer fogtak meg.

115. Angol körfogó

9–12	fut	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

A játékosok nagy kört alakítanak, majd a körvonal irányába (mindannyian egy irányba) fordulnak. Jelre a kör kerületén egyszerre elkezdenek futni, s igyekeznek utolérni az előttük futót. Akit a mögötte haladó utolér, kiesik a játékból. Újabb sípjelre a játékosok hirtelen megfordulnak, s elkezdenek ellenkező irányba futni, s szintén próbálják az előttük lévőket megfogni.

2.1.2. Fogójátékok oszlop alakzatban

116. Hol a szita?

7-9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Szabadtéren 10–15 leány és fiú együtt játszhatja. A játékosok egyes oszlopban helyezkednek el, velük szemben áll a fogó, kezében pálcával. A fogó megkérdezi az első játékost: – Hol a szita, komámasszony? – Hátulról kereskedjen! – jön a válasz. A fogó kergetni kezdi a leghátsó játékost a sor körül, s ha megközelíti, gyengéden megüti a pálcával, majd mindketten visszamennek eredeti helyükre. Ha a fogó nem bírja megütni a futót, akkor a sor elejére áll, a menekülő pedig átveszi a pálcát, és a játékot párbeszéddel tovább folytatják.

117. Héjázás

7-9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Kijelölünk egy héját és egy kotlót. A többiek a kotló mögé állnak, oszlopban egymás vállát fogva. A héja és a kotló egymással szemben kb. 5 m távolságra állnak. A következő párbeszéd játszódik le közöttük: – Mit csinálsz, héja? – Gödröt ások. – Minek a gödör? – Tüzet rakni. – Minek a tűz? – Csirkét kopaszítani. – Kiéből? – Tiédből. – Anya vagyok, nem hagyom! – Héja vagyok, elkapom. Ekkor a héja a csirkékre veti magát, és a kotlót megkerülve egy csirkét a sorban meg akar érinteni. A csirkék a vállfogást megtartva, kigyózza igyekeznek a héjától távolabb kerülni. Akit megérintett, elviszi magával a gödörhöz, s tovább ás. Így folytatódik a játék. A játékidő leteltével (kb. 3-4 perc) az új játszmahoz új szereplőket választanak. A foglyok beállnak a sor elejére, a héja kotló lesz, s az utolsó csirke lesz az új héja.

- Egymás vállát elereszteni nem szabad. Aki elereszti, fogoly lesz.
- A fogoly a játszmaiban nem vesz részt.

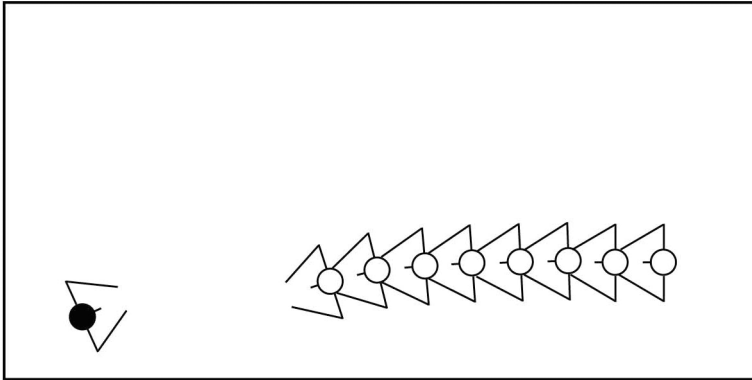
Megdicsérhetjük a legjobb szerepjátszókat is.

118. Kotló és kánya

7-9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Kijelölünk egy kotlót és egy kányát. A többiek a kotló mögött oszlopban vállfogással helyezkednek el. A kotló és a kánya egymással szemben áll, kb. 5 m távolságra. A kányának az a célja, hogy az utolsó csirkét elkapja. A kotló szárnyai alól ő látszik ki, őt vette észre a kánya a magasból. Jelre a kánya

gyors jobbra-balra cselező mozgással, irányváltoztatásokkal próbál az oszlop mögé kerülni, és megérinteni az utolsó csibét. A kotló kiterjesztett szárnyakkal védi csibéit, a csirkék a kotlóval ellentétesen mozogva igyekeznek menekülni. A játékmenet ideje – amely alatt a kányának el kell fognia az utolsó kiscsibét – 15 másodperc.



7. ábra: Kotló és kánya

- Ha a kánya az utolsó csirkét megérintette, ő lesz az új kotló. A régi kánya az új kotló mögé áll. A sor végén levő csirke pedig az új kánya lesz.
- Ha a kánya a játékidő leteltéig az utolsó csirkét nem fogja meg, akkor a régi kánya kotló, az utolsó csirke pedig az új kánya lesz.
- Ha a csirkesor a vállfogást elereszti, a játékvezető megállítja a játékot, és elrendezi a sort. Ezután folytatódik a játék.

119. Utolsó pár, előrefuss!

9–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A játékosok kettes oszlopban állnak, az egymás mellett állók kézfogással. A fogó az első pár előtt kb. 2 m-re áll, középen, háttal a többieknek. Jelre a fogó elkiáltja magát: – Hátulsó pár, előrefuss! – Erre az utolsó pár mindkét tagja – egyikük az egyik oldalon, a másik a másikon – előreszalad az oszlop elé, s ott megfogják egymás kezét. Amikor a futók a fogó vonaláig értek, a fogó igyekszik egyiküket megfogni. Ha sikerült, a megfogott játékos lesz a fogó az új menetben. Ha nem, akkor a régi fogó az új játszmaiban is fogó marad.

2.1.3. Fogójátékok vonal alakzatban

120. Árokciázás

9–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Eredetileg az út mentén húzódó vizesárok mentén 20–30 leány és fiú játszott együtt. A vizesárok egy szakaszát megjelölték, itt folyt a játék. Udvaron, terebben két párhuzamos – megfelelő széles – vonal jelöli az árkot. A kiválasztott cica az árokban áll, a játsszók az árok két oldalán szétszóródva helyezkednek el. Megbeszélte jelre a játsszók az árokreszen átugrálnak, átszaladgálnak, a cica pedig igyekszik valakit megérinteni. Akit megérint, azzal helyet cserél. Aki üldözés közben az elhatárolt részen túlmege, cica lesz.

121. Egyesek, kettesek

9–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A két csapat tagjai – egymással szemben – egy-egy középső vonal mögött helyezkednek el. Az egyik az egyes, a másik a kettes csapat. Jelre, az „Egyesek!” vagy „Kettesek!” szó elhangzása után, a szólított csapat a másik csapat tagjait kergeti a határvonalig. Akit megérintenek, az a fogó foglya lesz. A foglyok az alapvonal mögé állnak. Az a csapat győz, amelyik a játékidő alatt több foglyot szerzett.

- Ha a menekülő az oldalvonalon kifut, kergetőjének a foglya lesz.
- Ha olyan játékos lesz fogly, akinek egy vagy több foglya van, a foglyok fel szabadulnak, és a játékot az eredeti csapatukban folytatják.

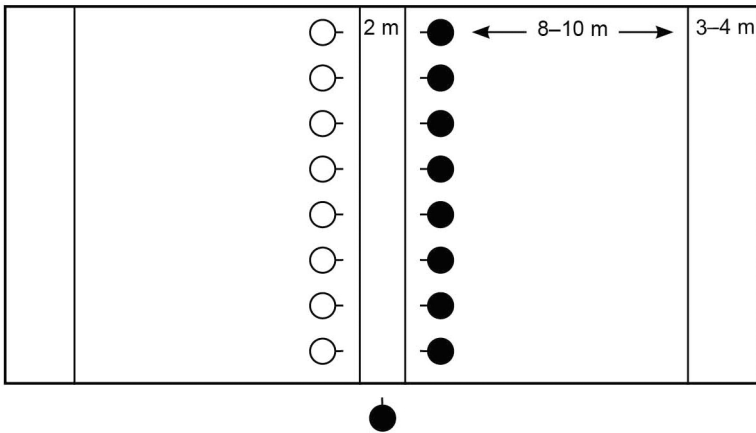
A játékot különféle helyzetekből lehet indítani. Állásból, terpezállásból, egy lábról, guggolásból, ülésből, törökülésből, fekvésből, fekvőtámaszból, egymásnak háttal, az előbbi testhelyzetekben.

122. Fekete, fehér

7–9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Tornateremben vagy nagyobb, kb. 15 x 30 m-es pályán játszható. A játékosok két csapatban helyezkednek, egymással szemben, a középvonalnál lévő 2 m-es sáv két oldalán. A játékvezető meghatározza a kiinduló helyzetet, minden játékmenet során (pl. állórajt, guggolórajt, vigyázzállás, törökülés, hanyatt fekvés). A játékvezető – középen, kívül állva – hangosan mondja az egyik csapat nevét: „Fekete!” Ők lesznek az üldözők. A fehérek igyekeznek a mögöttük lévő házba menekülni. A feketék arra törekednek, hogy még a határvonal előtt érintsék

meg a fehéreket. Akit megfogtak, az érintés helyén marad, a játékező pedig minden játékmenet után megszámlolja az elfogott játékosokat. Az eredményt folyamatosan összesítik, majd minden játékos ismét beáll a csapatába.



8. ábra: Fekete, fehér

- A játékező mindig az üldöző csapatot szólítja. (Egymás után többször is lehet ugyanaz a csapat az üldöző, de figyelemmel kell lenni arra, hogy egyenlő arányban hívja üldözőnek a csapatokat.)
- Ha a menekülő az oldalvonalon kifut, olyan, mintha megfogták volna. Ha egyik lábával már belép a házba, a megfogás már nem számít.
- Egy üldöző egy menetben több menekülőt is megfoghat.

123. Átfutójáték

7–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A létszám legfeljebb 20, akkor is, ha a játéktér nagyobb 15 x 30 m-nél. A játéktér (vonalakkal elhatárolt) középső harmadában két fogó kézfogással helyezkedik el. A többiek a játéktér egyik alapvonala mögött állnak. Jelre mindenki átfut a másik térfele. Átfutás közben a fogók igyekeznek a menekülők közül minél többet megfogni, és akiket megfogtak, a következő átfutásnál már fogók lesznek.

- A fogók csak a kézfogás megtartásával ejthetnek foglyot. A megérintés csak a középső sávon belül érvényes.
- Amikor a fogók száma eléri a hatot, új fogópárt jelölünk ki azok közül, akiket egyszer sem fogtak meg.

2.1.4. Fogójátékok szétszórt alakzatban

124. Nyulak és a sas

6–8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Választanak egy sást, a többiek a nyulak. A sas a sasfészekben ül vagy áll, innen indul gyűjteni áldozatait. A nyuszik a sas elől menekülnek a vonallal jelölt házba. Akit megfognak, kiesik a játékból, vagy ő is sas lesz. Utóbbi esetben, akkor van vége a játéknak, ha három sas van, és megint megfognak valakit.

125. Mackók a barlangba!

6–7	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Választanak egy vadászt, aki elbújik a játékvezető háta mögé. A gyerekek mászással mozognak (kúszás, négykézlábon járás, sánta róka járás) a játéktérre. Amikor a vadász előbújik, mászással menekülnek az előre megadott barlangba, mert a vadász igyekszik egy medvét megfogni. Ha sikerül, a következő menetre új vadászt választanak.

126. Elefántfogó

6–7	fut	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----

A kijelölt (vagy választott) fogó az egyik kezével fogja az orrát (vagy az állát), s ennek könyökhajlatán a másik karját előrenyújtja, ez az ormánya. Ő az elefánt. Akit megfogott, ő lesz az új elefánt.

– A fogó a menekülőket csak az ormányával érintheti.



127. Féltek-e a medvétől?

6-7	fut	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----

A játszók létszáma kb. 20 fő. A kb. 12 x 20 m nagyságú játéktér közepén egy 3 m széles sáv van. Ezen belül sétál a medve. Az egyik alapvonal mögött vannak a többiek. – Féltek-e a medvétől? – kérdi a medve. – Nem félünk! – válaszolnak a többiek. Gyorsan igyekeznek átfutni a másik oldalra. A medve próbálja megfogni az átfutó gyerekeket. Akit megérintett, a következő átfutáskor szintén medve lesz.

- A medve a középterületet nem hagyhatja el.
- Ha már négy medve van, párosával, kézfogással mozogjanak.
- Aki már belépett a középterületre, nem futhat vissza az indulóhely felőli téréltre.
- Az oldalvonalakat a játékosok nem léphetik át. (Különben medvék lesznek.)
- Az a játékos, aki 10 másodperc alatt nem fut át a túlsó oldalra, medve lesz.
- Azok a legügyesebbek, akiket több átfutás alkalmával sem fogtak meg. Ha a medvék száma elérte a 8 főt, rendszerint befejeződik a játék, hiszen ennyien teljesen átérnek a termet keresztben.

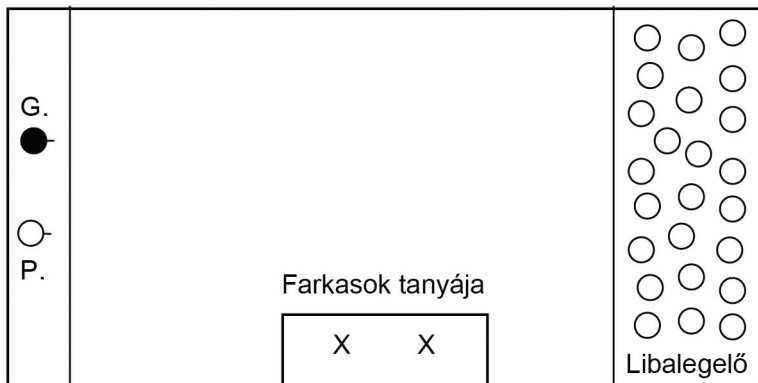
128. Gyertek haza, libuskáim!

6-10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Szabadtéren, tornateremben játszhatja egyszerre kb. 30 gyerek. Választanak egy gazdasszonyt, egy libapásztort és két farkast. A többiek a libák. A gazdasszony és a libapásztor megszámolják a libákat egyenként, magasra emelt kézfogásuk alatt a libák egymás után átbújnak. Minden egyes átbújás után leengedik a kezüket, és hangosan számolnak. Számolás után a gazdasszony a libákkal megbeszéli, hogy milyen indítószóra fussanak haza. Ezután a pásztor a libákat kitereli a legelőre, azaz a játéktér másik végébe. A farkasok pedig a játéktér közepén (a hazafelé vezető utat keresztezve) helyezkednek el, ők nem ismerik a hívójelt. A libák vidám szaladgálása (legelészése) közben egyszer csak párbeszéd kezdődik a gazdasszony (egyik oldalon) és a libák között (a farkasok közepén éhesen nyugtalanoknak).

Gazdasszony: – Gyertek haza, libuskáim! – Libák: – Nem merünk! – A párbeszéd felváltva folytatódik: – Miért nem? – Félünk. – Mitől féltek? – Farkastól. – Hol a farkas? – Bokorban. – Mit csinál? – Mosdik. – Miben mosdik? – Aranytálban. (Aranymedencében.) – Miben törülközik? (Mibe?) – Arany kendőben. (Hímes keszkenőbe.) – Gyertek haza, libuskáim! – Ekkor a gazdasszony néhány

eledelt mond, amire a válasz: – Nem megyünk! – Hirtelen elhangzik a megbeszéltsé jelszó: – Gyertek haza, libuskáim! Búzára! – Erre a libák nagy gágogással hazafelé iramodnak. A bokorból előugrik a két farkas, és igyekeznek minél több libát megfogni (az érintés megfogásnak számít). A megfogott libákat „elcipelik” a farkastanyára, majd ismét elfoglalják helyüket a bokorban. A hazatért libákat a gazdasszony megszámlolja a pásztorral. Ahány liba hiányzik, annyi „verést” kap a pásztor a gazdasszonytól. Az újabb jelszó megbeszélése következik, majd a pásztor őrizetében a libák ismét kiszaladnak a legelőre.



9. ábra: Gyertek haza, libuskáim!

Így folytatódik a játék, amíg a libák el nem fogytak. Ekkor a gazdasszony a keresésükre indul. Találkozik az egyik farkassal, kérdi tőle: – Nem láttál erre libákat? – A farkas hamis irányba küldi: – Láttam arrafelé 10 lépésnyire.

A rejtekhelyen lévő libák ekkor elkezdene tapsolni, a gazdasszony felfigyel a gyanús zajokra. Tovább érdeklődik: – Mi csörög a padláson? – Öregapám veri a diót – válaszol a másik farkas, aki szintén éppen arra jár. Gazdasszony: – Add ide a kulcsot, hadd nézzem meg!

A farkas odaadja a kulcsot (jelképesen), kinyitja a padlás ajtaját, a libák kiszabadulnak, közrefogják a farkasokat, megkergetik, megcsipdesik őket, majd gazdájukkal együtt hazamennek.

Egy farkas több libát is megfoghat egyszerre.

Röviden, de minél több momentumot, szerepalakítási mozzanatot kell kiemelni. Azok a legügyesebbek, akik a szerepeket a legélethűbben játszották el.

129. Farkas a bárányok között

6-7	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

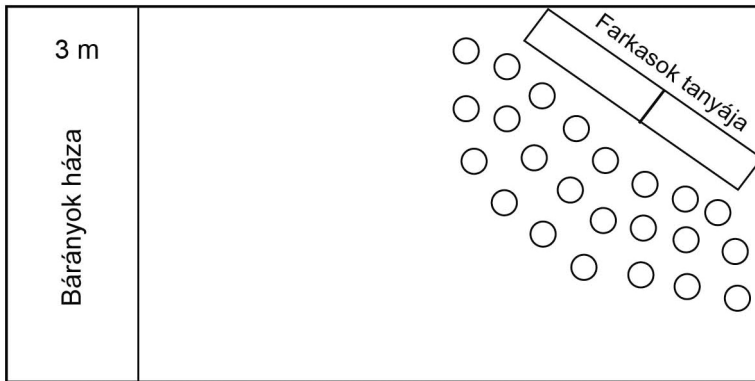
A játéktér egyik sarkában van az „akol”, ahol a bárányok tartózkodnak. A bárányok kimennek az akolból a mezőre legelni. A játékvezető egy kis idő múlva egy gyerek nevét kiáltja. Aki a nevét hallotta, az lesz a farkas, és ő igyekszik az akolba menekülő bárányok közül valakit megfogni. Akit a farkas elfog, az kiesik a játékból.

- A bárányok csak az akol ajtónyílásán keresztül menekülhetnek be.
- A farkas több bárányt is megfoghat.

130. Hány óra van, farkas apó?

6-7	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Kb. 20–25 gyerek játszhatja szabadtéren, tornateremben. A játéktér egyik sarkában van egy padokkal elhatárolt terület, ez a farkastanya. A terem másik végén egy 3 m széles sáv, ez a bárányok menedékhelye. A bárányok a játéktéren vannak, a farkasok a tanyájukon. A bárányok közel merészkednek hozzájuk, és kérdik: – Hány óra van, farkas apó? – A farkas számmal válaszol. Ha az ismételt kérdésre azt válaszolja, hogy „12” (ez az indítójel), kifut a tanyából, s igyekszik megfogni (megérinteni) a bárányokat. A bárányok pedig menekülnek, s ha veszélybe kerülnek, a menedékhelyre igyekeznek. Akit a farkas még a játéktéren megérintett, a következő játszmaiban farkas lesz. Ha több farkas van, azok a bárányokat párosával, kézfogással kergetik. Az utolsónak maradt bárányok a leggyesebbek.



10. ábra.: Hány óra van, farkas apó?

131. Szembekötősdí

6-7	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

A játékvezető kijelöl egy fogót, akinek beköti a szemét kendővel. A többiek szétszórta helyezkednek el körülötte. A játékosok különböző irányba mozognak, tapsolnak, és közben ezt mondogatják: „Erre csörög a dió, erre meg a mogyoró!” A fogó igyekszik megfogni valakit. Akit megfogott, az lesz a fogó.

Változat: a fogó és a menekülő páros lábon szökdelve közlekedhet.

- A fogó közelében se leguggolni, se lefeküdni nem szabad.
- A fogót tilos akadályozni mozgásában.
- A mondókat folyamatosan mondani kell mindenkinek.
- Meg kell pontosan határozni, hogyan lehet közlekedni, pl.: csak járással lehet haladni.

132. Erre csörög a dió

6-7	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

Mielőtt a bekötött szemű fogó kezdené megfogni a többieket, háromszor megforgatják a tengelye körül. A következőképpen csalogatják: „Erre csörög a dió, amarra a mogyoró!”

133. Nyomon kergess!

9-10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A játékosok kézfogással, körben helyezkednek el, terpeszállásban. Kijelölnek egy fogót és egy menekülőt. Jelre a fogó kergetni kezdi a menekülőt, aki különféle utakon (a többiek lába között átbújva) és különféle mozgásformával (pl. egy lábon szökdelve, négykézláb futva, nyúlugrással, gurulóátfordulással, cigánykerékkel) próbál menekülni, s a fogónak ugyanazt kell végrehajtania. Meghatározott ideig tart a játékmenet.

Változatok:

- A fogó és a menekülő páros lábon szökdelve közlekedhet.
 - A fogó rendszeren, a menekülő egy vagy páros lábon szökdelve haladhat.
- Ha a fogó a menekülőt érintette, akkor új játszma kezdődik, új fogót és menekülőt jelölnek ki.
 - Ha a fogó a menekülő mozgását nem utánozza pontosan, a játékvezető új fogót jelöl ki.

Azok a legügyesebbek, akiket a fogó nem tudott a játékidő alatt megfogni.

134. Majomfogó

8–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A fogónak nemcsak a menekülő által járt útvonalat kell követnie és utánoznia a mozgásformákat, hanem minden mozdulatát le kell másolnia.

135. Fészekfogó

8–9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok a játéktéren egyenletesen szétoszolva, páronként egymással szemben, mindkét kézzel kézfogással (fészket alkotva) helyezkednek el. A fészkek egymástól 3-4 m-re vannak. Egy fészek tagjaiból – választással vagy kijelöléssel – lesz a fogó és a menekülő.

A játék megindításakor a menekülő a fogótól megfelelő távolságra áll. Jelre a fogó elkezd kergetni a menekülőt, aki a fészkeket kerülgetve, azok között futva menekül, de be is bújhat a fészkekbe. A fészkekbe történő bebújáskor előrehajlik, s a fészek tagjainak keze alatt lép be. Az egyikkel szembefordul, megfogja mind a két kezét. Ekkor, akinek háttal áll, tovább kell futnia, a továbbiakban ő lesz a menekülő. Ha a fogó a fészkek között futva megérinti a menekülőt, szerepcsere történik. Természetesen úgy, mint kezdéskor, a menekülő megfelelő „egérutat” kap a fogótól.

- Csak a fészkeken kívüli fogás érvényes.
- A menekülőt nem szabad akadályozni, hogy a fészkekbe bújjon.
- A visszabújás érvényes.
- A szerepeket váltogatni kell, hogy mindenkinek legyen alkalma az üldözésre és a menekülésre.

A fészket úgy is el lehet készíteni, hogy a játékosok mellső rézsútos magastartásban összeérintik a tenyereiket. Ebbe a fészkekbe könnyebb bebújni.

136. A fészek a fogó

9–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Ebben a változatban a fészkekbe bújás után a menekülő háta mögé kerülő játékos veszi át a fogó szerepét, a régi fogó pedig menekülő lesz.

137. Nyúl a bokorban

7-8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok négyes csoportokban szétszórtan helyezkednek el a játéktéren. Hárman kézfogással kört alakítanak – ez a bokor, egy beáll a körbe, ő a nyúl. A játékvezető választ egy vadászt és még egy nyulat. A vadász kergeti a nyulat, aki úgy próbál menekülni, hogy befut egy bokorba. A továbbiakban az ott lévő nyúlnak kell menekülnie. Ha a vadász a nyulat megérintette, szerepet cserélnek. Azok a legügyesebbek, akik csak nyulak voltak. Időközönként (a játékidőt négy részre osztva) a bokrokat szimbolizáló játékosok cseréljenek a nyulakkal. Sorban kövessék egymást nyúlként a négyes csoportok tagjai.

138. Nyúl a bokorban – párosával

7-8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A vadász és a nyulak is párt alkotnak, és kézfogással futnak.

139. Nappal, éjszaka

7-8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játéktér kb. 20 x 20 m-es terület, mindegyik sarkában 3 x 3 m-es házzal. Az egyik csapat a „Nappal”, a másik az „Éjszaka” nevet kapja. A csapatok a játéktéren az egymás melletti kijelölt házban tartózkodnak. Az egyik csapat jelzőszalagot visel. A játékvezető hangos hívószavára – pl. „Nappal” – a felszólított csapat valamennyi játékosa házát elhagyva az átlósan szemben lévőhöz igyekezik átfutni. Ezalatt a másik csapat tagjai is elhagyják házukat, és igyekeznek az ellenfél futó játékosait megfogni. Ha ez sikerül, akkor a megfogottakat saját házukba viszik. A győztes az a csapat, amelyik a játékidő alatt több foglyot ejtett.

- A játékosok a kijelölt játékterületet nem hagyhatják el.
- Ha egy játékos egyik lábával már érintette a ház területét, a megfogása nem érvényes.
- Az érintés megfogásnak számít.
- A foglyok a felszólított csapattal nem futhatnak ki.

140. Házás fogójáték

6-7	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

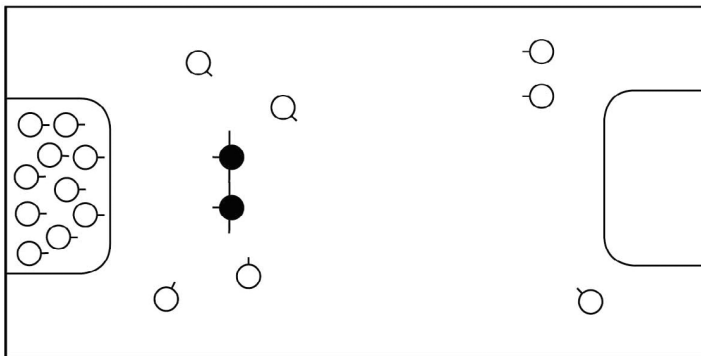
A terem egyik végén lévő kis körben áll a cica. A játéktér másik végén van egy kötéllel (kb. 80 cm magasságban) elkerített terület, ez a ház. A gyerekek a cica közelében mozognak, incselkednek, mígnem a cica hirtelen kiugrik a körből. A többiek menekülnek a ház felé, s igyekeznek a kötél alatt bebújni a házba, mielőtt a cica megfogná őket. Ha ügyes a cica, megfog valakit, de többet is megfoghat. Az újabb játékmenetnél új cicát választanak.

141. Kecskézés

8-9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Szabadtéren és nagyobb tornateremben egyaránt játszható. A játéktér két átellenes sarkában egy-egy területet kell elhatárolni. Nagy játékterületen, sok résztvevő esetén mind a négy sarokban lehet házat létesíteni. A házépítés úgy történik, hogy a sarkot átlós irányban egy magasugró állványokra helyezett magasugró léccel elválasztjuk a játéktértől. Ezek a helyek a kecskék házai.

Két játékost választanak, vagy kijelölnek farkasnak. A többiek a kecskegidák, akik szétszóródva futkároznak a játéktéren. Jelre a farkasok üldözni kezdik a kecskegidákat, akik úgy menekülhetnek meg, hogy a léccel fölött átugorva, a védelmet biztosító karámba húzódnak. A farkasnak nem szabad a karámba bemennie, de a gidák sem maradhatnak ott sokáig. Amint a farkas más játékost kezd követni, ismét ki kell ugrniuk a léccel fölött a játéktérre. Akit a farkasok megfognak, az kiáll a játékból. Egy játékmenet addig tart, míg végül két kecskegida marad, a következő játékmenetben ők lesznek a farkasok.



11. ábra: Kecskézés

- A lécz fölött átugró játékos már nem lehet megfogni. A farkas a karámba nem mehet be.
- A lécz leverése megfogásnak számít. Ez a szabály a bemenekülésre és a kiugrásra egyaránt vonatkozik.
- Tilos a magasugró léczet megkerülni, s így jutni a házba és onnan ki. Ez esetben a vétkes játékos megfogottnak számít.
- Amikor már csak kevés gida van szabadon, és sokan a karámban húzódnak meg, a farkas szólítsa fel őket a következő kiáltással: „Kecskegidák! Ki a házból! Egy, kettő, három!” A számlálás közben minden gidának el kell hagynia a karámot, ki kell futniuk a játéktérre.
- Egymás után kétszer nem szabad ugyanabba a karámba beugrani.
- Annyi farkas legyen, ahány karám.
- A gidák nem tartózkodhatnak egyfolytában a karámok közelében.

142. Pár a ház

7–8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Kijelölnek egy fogót és egy menekülőt, a többiek párosával, kézfogással helyezkednek el. A fogó kergeti a menekülőt, aki úgy talál menedéket, ha valamelyik pár mellé harmadiknak áll. Ekkor a másik szélső játékosnak menekülnie kell.

143. Kézfogás a ház

7–8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok szétszórtan helyezkedve menekülnek a fogó elől. Amikor valakit a fogó a megfogással veszélyeztet, az egyik játékos megfogja a kezét. A kézfogás védett helyzetet jelent számukra.

- A játékosok nem maradhatnak sokáig kézfogáshelyzetben. A veszélyhelyzet elmúltával rögtön szét kell válniuk.
- A fogó nem időzhet a pár mellett, ha megtörtént előtte a kézfogás, rögtön irányt kell változtatnia.

144. Guggolás a ház

7–8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok a fogó elől menekülve – ha megfogás veszélyezteti őket – hirtelen leguggolnak. Ebben a helyzetben nem lehet őket megfogni. A fogó természetesen másokat kezd kergetni, a guggoló játékos továbbfut.

145. Kullázás

7-8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A fogó neve „kulla”. Ha a menekülő leguggol, nem lehet megfogni. Ha lassú a „kulla”, a többiek ezt kiabálják: „Ilyen kulla mellett, aludni is lehet!”

146. Kör a ház

7-8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A fogó kergeti a menekülőket, akik közül, ha valaki szorult helyzetbe kerül, a játéktér közepén lévő, kb. 3 m átmérőjű körbe menekül. Ha a fogónak a körön kívül sikerül valakit megérintenie, ő lesz a fogó.

147. Két ház

8-9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Kb. harmadannyi ház van elhelyezve a játéktéren, mint amennyi a játékosok létszáma. A ház lehet karika vagy kb. 60–80 cm átmérőjű rajzolt kör. A fogó kergeti a többieket. Akit üldözőbe vesz, úgy tud megmenekülni, ha közben két házon átfut. Ilyenkor a fogónak mást kell kergetni.

- Elég, ha egyik lábával lép csak be a házba.
- A házban csak egy pillanatig tartózkodhat a menekülő. Ha nem így tesz, olyan, mintha elfogták volna, s a fogó szerepét kell vállalnia.
- Akit nem kergetnek közvetlenül, nem léphet be egyik házba sem. Ha ez történik, az ok nélkül házba lépő figyelmeztetést kap. Ismételt esetben fogó lesz.

148. Függs a ház

7-8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Amikor a fogó kerget, a menekülők valamilyen arra alkalmas szeren végezzenek függést. Ekkor nem foghatók meg.

A menekülők a függés helyzetben ne tartózkodjanak sokáig. Ha elmúlt a közvetlen veszély, fussanak tovább.

- A fogó ne várakozzon a függőszer közelében az üldözött játékosra. Fusson tovább, másfelé.
- A függés helyzetben lévő játékosnak fel kell emelnie a tédét vízszintesig, csak ez esetben mentesülhet a megfogástól.
- Ha a fogónak kb. 15 másodpercig nem sikerül valakit megfognia, új fogót választanak.

Célszerű a játékot úgy kialakítani, hogy a játéktér több pontján legyen füg-
gési lehetőség, ugyanakkor egyszerre csak néhány menekülő juthasson me-
nedékhez.

149. Fekvőtámasz a ház

7–8	fut	kmf	gyg	gia
-----	-----	-----	-----	-----

A fekvőtámaszhelyzet jelent oltalmat a megfogás ellen. Szabályos fekvőtá-
maszhelyzet jelent csak védettséget. A hasalás, a hajlított kar, a csípő leejtése
nem elfogadható helyzet.

150. Cigánykerék a ház

9–11	fut	kmf	gyg	hcs	tor
------	-----	-----	-----	-----	-----

Csak nagy tornateremben vagy szabadtéri füves térségen javasolt játszani
olyan gyerekekkel, akik tornászos ügyességgel rendelkeznek.

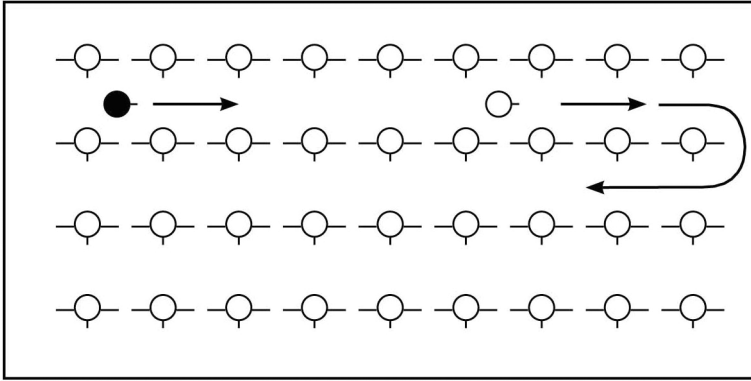
- Csak olyan cigánykerék fogadható el oltalmas helyzetnek, ahol a láb a csípő-
nél magasabb helyzetbe kerül.
- A rosszul kivitelezett cigánykerék megfogásnak számít, végrehajtójának a
fogó szerepet kell vállalnia. Ezt a játék vezetője dönti el.
- Ha a menekülő a cigánykerék mozdulatát elkezdte, a fogónak mást kell ker-
getni a továbbiakban. Nem várhatja meg, míg befejezi a menekülő a cigány-
kereket.

Dicséretet érdemelnek azok, akiket nem fogtak meg, de azok is, akik gya-
korta szép tornamozdulatot végeztek.

151. Folyosófogó

9–11	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A játékosok 1-1 m tér- és távközben négyes, hatos oszlopban, kézfogással áll-
nak. Kijelölnek egy fogót és egy menekülőt. Jelre a fogó kergeti a menekülőt.
Kettőjük útvonala a kézfogással alkotott folyosók között húzódik. A játékve-
zető újabb jelére a sorokat alkotó játékosok egyszer csak elengedik egymás
kezét, majd – az adott jelzésnek megfelelően – balra vagy jobbra negyedfor-
dulatot tesznek. Az új arcvonaltan ismét kezét fognak. Így a folyosók iránya
megváltozik. Ügyes a fogó, ha az adott idő alatt (20–30 másodperc) megfogja a
menekülőt. Megfogás után vagy a játékidő leteltével a játékvezető új fogót és
menekülőt választ.



12. ábra: Folyosófogó

- A fogó a menekülőt csak a folyosóban foghatja meg.
- Sem a menekülőnek, sem a fogónak nem szabad a sorokon átbújni, a kézfogást elszakítani.
- A sorfalba kapaszkodni tilos.

152. Folyosófogó – párokban

9–11	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Fogó pár és menekülő pár van. A pár tagjai kézfogással alkotnak folyosót.

153. Cikázás

7–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Szabadtéren, nagy tornateremben egyaránt játszható. Választanak egy bolhát. A párok egymástól 10–15 lépésre állnak fel. A bolha közöttük helyezkedik el. Tapsjelre a párok elengedik a kézfogást, és a bolha két oldalán egymás helyére futnak. Akit a bolha megfog, ő lesz az új bolha. Nagyobb létszám esetén több bolhát is lehet választani. A két szélső játékos a helycserét csak a bolha egyik oldalán végezheti el. Ha újra kezdetre fogják, a bolha már nem foghatja meg őket. Azok a leggyűsebbek, akiket a bolha egyszer sem fogott meg.

154. Hatos futás

8–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Szabadtéren, teremben eredetileg három pár és egy fogó játszott. Ha megfelelő nagy terület áll rendelkezésre, akár 25 fő is játszhatja. Nagyobb létszámnál több fogót is lehet választani. A játéktéren egymástól 10–15 m-re egymással párhuzamos két vonal van. A két sor egymással szemben, a vonalak mögött áll föl. A szembenálló párok azonos számot kapnak. A fogó a két sor között helyezkedik el, és hangosan kiált egy számot. A számot viselő pár középre fut, és megfogják egymás kezét. Akit a fogó megérint, annak a helyére áll be az új fogó számával.

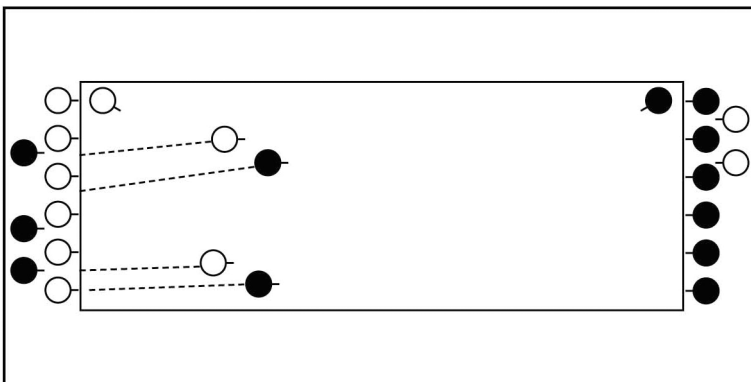
- Futni csak előre és oldalt szabad.
- Lehet cselezni és visszafutni.
- Kézfogás után a fogó érintése érvénytelen.

Azok a legügyesebbek, akiket a fogó nem fogott meg egyszer sem.

155. Csalogató

9–12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két 12–15 fős csapat játsza egymás ellen. Mindkét csapat választ magának kapitányt. Az egyik csapat a játékterület egyik alapvonala mögött, a másik a másik alapvonal mögött helyezkedik el. A csapatok tagjai egymástól kb. 1 m távkozra állnak. A csapatkapitány csalogatót küld, aki átfut a másik csapathoz, ahol minden játékos úgy áll, hogy az elől lévő keze csípőmagasságban, nyitott tenyerrel felfelé néz, a hátul levő keze meg ütésre készen fejmagasságban van. A csalogató játékos a sor előtt futkosva alkalmas pillanatban belecsap valakinek a tenyerébe, majd azonnal visszairamodik a saját sorához a helyére. A meg-



13. ábra: Csalogató

érintett ellenfél próbálja utolérni. Ha eléri a menekülőt, mielőtt az visszaállna a sorba, foglyul ejti, ha nem éri utol, ő marad a csalogató foglya. A sorok minden kísérlet után felváltva küldenek csalogatót az ellenfélhez.

Az a csapat győz, amelyik a rendelkezésre álló idő alatt több foglyot ejt, vagy az ellenfél minden játékosát foglyul ejti.

- Aki kezét az ütés elöl elkapja, első esetben figyelmeztetik, második esetben átmegy fogolynak.
- A csalogató egymás után többször cselezhet ütést színlelve. Üldözéskor az érintés a visszafutó játékos sorának vonaláig érvényes.
- A fogoly csak annak a háta mögé állhat be, aki foglyul ejtette. Ha a gazdája szintén foglyul esik, felszabadul, és újra részt vehet a játékban.

156. Csalogató – kidobással

9–12	fut	dob	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

A „csalogatott” csapat kapitánya a sora mögött sétál labdával. Amikor egyik játékos kezére ütnek, a labdát gyorsan odaadja ennek a játékosnak. A játékos a labdával a kezében vagy labdavezetéssel üldözőbe veszi a csalogatót, s igyekszik őt eltalálni. Akkor ejti foglyul, ha sikerül neki megdobni, ha nem, ő lesz fogoly.

157. Egyszerű fogó

8–14	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A játékvezető kijelöl egy fogót, de választással is eldönthetik, hogy ki kezdje fogóként a játékot. A fogó igyekszik megfogni valakit a többi játékos közül, akik futva menekülnek.

- Akit a fogó megérintett, megfogottnak számít, és a továbbiakban ő lesz a fogó, a fogó menekülve játszik tovább.
- A játékterületet meg kell jelölni.
- Az a játékos, aki a játékteret elhagyja, megfogottnak számít, és a fogó szerepét kell vállalnia.
- Azok a játékosok a legügyesebbek, akiket nem, vagy a legkevesebbszer fogtak meg.
- Kisebбекnél célszerű bevezetni azt a szabályt, hogy a fogó karfelnújtással jelezze, és hangosan mondja: „Én vagyok a fogó!”
- Nagyobbaknál ez a szabály éppen nem szükséges. A játékosok mozgásából kell következtetni, ki a fogó.

158. Fogó két (vagy több) fogóval

8–14	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Nagyobb létszám esetén célszerű két fogót választani. Akit a fogó megfogott, fogó lesz, a fogó menekülőként játszik tovább.

Ebben a játékban nehezebb észrevenni, ki a fogó, ezért a fogók viseljenek vállszalagot. Szerepcsere alkalmával a szalag is cseréljen gyorsan gazdát. A szalagot a fogók a kezükben is vihetik, de ilyenkor meg kell határozni, hogy nem csapkodhatnak vele, s „lasszóként” ne használják.

159. Szöcskefogó

8–10	fut	kmf	gyg	hcs	ugr
------	-----	-----	-----	-----	-----

A fogó csak akkor foghat meg valakit, ha közvetlenül a megfogás előtt egy lábon szökdel háromszor. Lehet a szökdelések száma kettő is, de lehet háromnál több is. Bizonyos idő elteltével a lábat cseréltetni kell. Meghatározhatjuk, melyik kézzel lehet csak megérinteni a menekülőt.

160. Fogó egy lábon

10–14	fut	kmf	gyg	hcs	ugr
-------	-----	-----	-----	-----	-----

A fogók és a menekülők is egy lábon közlekedhetnek csak. Térdben behajlított, felemelt lábuk lábfejét azonos oldali kézzel fogják meg hátul. A fogó természetesen csak a másik kézzel érinthet meg valakit a menekülők közül. Adott idő elteltével vagy minden megfogás (fogócsere) alkalmával cseréljék meg a lábat.

161. Fogó négykézláb

10–14	fut	kmf	gyg	hcs	tom
-------	-----	-----	-----	-----	-----

A fogók és a menekülők is négykézláb közlekednek. A fogó viseljen vállszalagot. Amikor az új fogó átveszi a szalagot, a többiek ülésben pihenhetnek.

162. Sántaróka-fogó

10–14	fut	kmf	gyg	gia	ugr	hcs
-------	-----	-----	-----	-----	-----	-----

A fogó és a menekülők is „három lábon” – két kezükön és az egyik lábukon – közlekedhetnek. Tehát egyik lábukat a játék során felemelve kell tartaniuk. Megfogáskor vagy adott játékidő eltelte után a játékosok cseréljék meg a lábat, a másik láb legyen felemelve. Pár másodperces pihenőidőt is be lehet iktatni pl. a megfogások alkalmával.

163. Érintőfogó

7–10	fut	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Amikor a kijelölt (vagy választott) fogó megfog valakit, ő lesz a fogó, és egyik kezével azt a testrészét kell fognia (érintenie) – mindvégig –, ahol őt megérintették.

A játék Fogd ott, ahol megfogtak! és Méregfogó néven is ismert.

164. Növekvő fogó

7–10	fut	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

A fogó – vállszalagot öltve – kergeti a többieket. Akit megfog, szalagot vesz, s ő is fogó lesz. A fogók száma így állandóan nő, a menekülőké csökken. A játék már akkor is befejeződhet, amikor még több (pl. három-négy) menekülő van.

Azok a legügyesebbek, akiket nem fogtak meg, illetve akik több menekülőt megfogtak.

165. Keresztező fogó

10–14	fut	kmf	gyg
-------	-----	-----	-----

Nagyméretű játéktéren, elsősorban szabadban lehet jól játszani. A játékot Keresztesfogónak is nevezik. A kijelölt fogó elkezd kergetni valakit. Mindaddig őt kergeti, míg egyszer a fogó és a menekülő között valaki keresztül nem fut. Ha ez megtörtént, a fogónak ezután a keresztülfutott játékost kell tovább üldöznie. A játékosok a keresztülfutást nyilvánvalóan segítő szándékkal teszik, hogy megmentsék társukat, bizonyos kockázatot vállalva és izgalmat keltve. Célszerű, ha a keresztülfutó játékos karfelemeléssel egy időben hangosan bemondja: „Engem kergess!”

- A fogó addig mást nem kerget, amíg újabb keresztezés nem történt.
- A szerepcseré után a visszaütés érvényes.
- Meg lehet határozni, hogy a játék megindításakor, illetve megfogáskor a fogó mondja be hangosan, kit kergessen.

166. Keresztező fogó – párosával

10–14	fut	kmf	gyg
-------	-----	-----	-----

A két fogó és a menekülők párokban kézfogással párokat alkotnak.

167. Macska

10–14	fut	kmf	gyg
-------	-----	-----	-----

Ebben a francia eredetű keresztező fogóban a fogó induláskor előnyt ad a menekülőnek. A játéktéren néhány házat helyeznek el, amelyet ha a menekülő elfoglal, nem lehet megfogni. Ilyen ház (oltalmas helyzet) itt a függeszkedés is.

168. Félperces fogó

9–13	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A játékot Fogó fogó néven is emlegetik. A kijelölt fogó kergeti a többieket. Akit megérintett, azonnal leül törökülésbe. Az ülő játékosok természetes akadályt képeznek a játéktéren. A fél perc leteltével a játékező megállítja a játékot, s ekkor megszámlálják, hogy hányan ülnek, azaz a fogónak hány játékost sikerült megfognia. A következő menetben mást jelölnek ki fogónak. Elsősorban a fogók ügyessége, teljesítménye mutatkozik meg a játék alkalmával, de a menekülők célszerű, taktikus cselekvései (pl. az ülő játékosok kerülgetésével) is kiemelhetők.

- Akit megfogtak, annak azonnal – s a „tett helyén” – le kell ülnie.
- Az ülő játékosok nem változtathatják a helyüket, s nem is akadályozhatják a fogót mozgásában.

169. Félperces fogó – átbújással

9–13	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Akit megérintett a fogó, terpeszállásban vár mindaddig, amíg egyik menekülő társa a lába között át nem bújik. Ekkor a menekülő felszabadul, és újra játékos lesz.

170. Terpeszfogó

6–8	fut	kmf	gyg	gia	hcs
-----	-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok szétszórtan futkároznak a játéktéren. Egyikük a fogó, s akit megérintett, annak terpeszállásban kell állnia azon a helyen, ahol megfogták. A még játékban lévő többiek „visszavarázsolhatják” a megfogott gyerekeket a játékba úgy, hogy hátulról átbújnak a lábuk alatt. Így ezek a játékosok újra játékba kerülnek.

171. Fészekrakó

6–8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Minden játékos – a fogót kivéve – belebújik egy karikába, s derékmagasságban két kézzel fogva menekül a fogó elől. Akit megfognak, azon a helyen leül, s leteszi a karikáját a földre (beleül a fészekbe).

172. Lepkeháló

6–8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Két játékos kézfogással lepkehálót alakít, s igyekeznek a szétszórtan futkározó társaik közül valakit a lepkehálóba bezárni. A lepkeháló „úgy működik”, hogy a fogó játékosok valakit bekerítenek, mindkét kézzel megfogják egymás kezét, miközben karjaik közé „szorul” a menekülő. Akit megfognak, a játékvezetőhöz megy. Ha már két megfogott gyerek van, a játékvezető elengedhet egy másik lepkehálót is. Azok a legügyesebbek, akik a hálók elől el tudnak menekülni.

173. Fogó párokban

9–12	fut	erg	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok párokban kézfogással helyezkednek el a játéktéren, melynek mérete viszonylag nagyobb, mint a fogójátékoknál általában szokásos. A kijelölt vagy választott fogó pár igyekszik érintéssel megfogni valakit. A megfogott pár lesz az új fogó pár.

- A fogó pár bármelyik tagja megérintheti a menekülőket, de csak akkor érvényes a megfogás, ha párban maradtak. A kézfogás nem szakadhat szét.
- Menekülni is csak párokban szabad. Amelyik pár menekülés közben elengedi a kézfogást, fogó lesz.

174. Párokat kergető fogó

9–12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Egy játékost kijelölnek, vagy választanak fogónak, a többiek párosával, kézfogással, szétszórtan helyezkednek el a játéktéren. A fogó kergeti a párokat, és ha egy tanulót megérintett, azzal cseréljen.

- Menekülés közben a kézfogást nem szabad elengedni.
- Akik a kézfogást elengedték, egy-egy hibapontot kapnak, s ez úgy számít, mintha megfognák volna őket.

175. Páros fogó

9–12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két játékos kézfogással párt alkot, a többiek egyenként, szétszórta helyezkednek el a játéktéren. A páros fogó kézfogással kergeti a többieket. Akit megfogtak, kézfogással csatlakozik hozzájuk harmadiknak. Ha már négy fogó van, kettéválnak, így már két fogó pár van. Ilyen módon növekszik a fogó párok száma, s csökken a menekülőké. Könnyű megismerni a játékosokat, a fogók párokban kézfogással, a menekülők egyenként futkároznak.



- A fogók a kézfogást nem engedhetik el. Ha elengedik, érintésük érvénytelen.
- Aki a játéktérrel elhagyja, hibát követ el. (Fogóvá kell válnia.)
Azok a legügyesebbek, akiket nem, vagy legkésőbb fogtak meg.

176. Balatoni halászkok

8–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A játékvezető kijelöl két halászt (fogót), akik a halásztanyára mennek. A többiek (a halak) a játéktéren szétszórtan helyezkednek el. Jelre a két halász kézfogással kifut a játéktérre, s igyekeznek halakat fogni. Akiket sikerült megfogni, azokat beviszik a halásztanyára. Újabb kifutás ismét jelre történik. Ha a halásztanyán párosan vannak, kézfogással szintén halásznak. Kettős sípjelre a halászkoknak vissza kell térniük a halásztanyára, még akkor is, ha nem fogtak halat.

Azok a legügyesebbek, akiket utolsónak fogtak el.

- A halászkok a kézfogást nem engedhetik el, különben az érintésük érvénytelen.
- Az érintett hal fogoly lesz, és a halásztanyára kell mennie. A fogoly tovább szerepel mint halász.
- Kettős sípjel a „húzás” végét jelenti, elhangzásakor a halászkok a tanyára menjenek vissza.

Úgy is lehet játszani, hogy kezdéskor egy halász van, fogóként üldözi a halakat. Akit megérintett, kézfogással csatlakozik hozzá, így gyarapodik a háló. Ha a fogók hatnál többen vannak, két csoportot alakítanak. Addig tart a játék, míg mindenkit meg nem fogtak.

177. Balatoni halászkok kerítőhálójával

8–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A kijelölt két halász a játéktér egyik alapvonalán, míg a többiek a játéktér másik alapvonalán helyezkednek el. Jelre a halászkok elindulnak, s megkezdik a „húzást”. A halak fussanak át a túlsó alapvonalra. Azokat, akiket a halászkok megérintettek, foglyok lesznek, s kézfogással csatlakoznak a halászkokhoz, nő a kerítőháló. A következő húzást a másik oldalról kell végrehajtani.

- Halat csak a két szélső halász foghat.
- Ha a háló elszakad (a játékosok a kézfogást elengedik), a halfogás nem számít.
- A halászkok csak átfutással foghatnak halat. Tehát a futás irányával ellenkező irányba – visszafelé – nem keríthetnek.

Az a három játékos a legügyesebb, akiket nem tudtak megfogni.

178. Halászás

8–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A Balatoni halászkok kerítőhálójával játékváltozathoz hasonló, a következő különbséggel: amikor már hárman halásznak, az érintés helyett itt már be kell keríteni a halakat.

- Amíg a két szélső halász a hálót be nem „zárta”, a halak a hálóból kibújhatnak.
- Ha elengedik egymás kezét, a fogás érvénytelen.

Ilyenkor a futók a következőt kiabálják: „Nem ér a fogás, lyukas hálójával nem lehet halat fogni.”

179. Láncfogó

7–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

A kijelölt fogó jelre üldözni kezdi társait. Akit megérint, ő is fogó lesz, s kézfogással csatlakozik a fogóhoz. A megérintett játékosok mindig csatlakoznak a fogó lánchoz, így a fogók száma állandóan nő, a menekülőké pedig csökken.

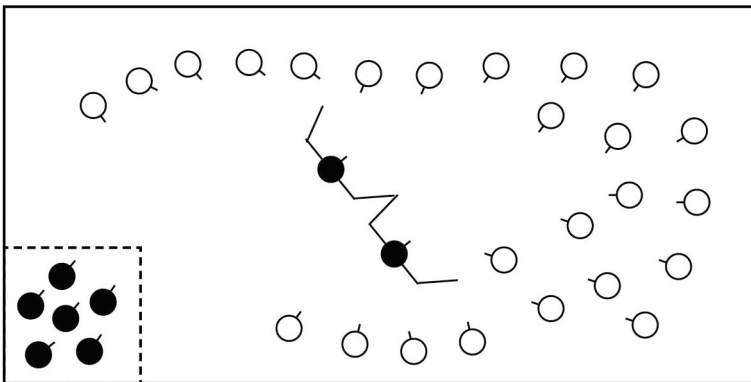


180. Szarvasvadászat

8–10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két vadászt jelölnek ki, akik a vadásztanyán tartózkodnak. A többiek (szarvasok) szétszórta helyezkednek el a játéktéren. Jelre a két vadász kézfogással – a szabadon maradt kézzel kürtölést tetteve) kezdi a játékot, s futva üldözik a menekülő szarvasokat. Akit szabadon levő kezükkel megérintenek, a vadásztanyára kell menniük. A játékidő leteltével a foglyul ejtett szarvasokat a játékvezető megszámlolja, majd új vadászpárt jelöl ki. Az a vadászpár a legügyesebb, amelyik a játékmenet ideje alatt több szarvaszt ejt. A szarvas szerepét betöltő játékosok közül pedig azok győznek, akiket a vadászok nem tudnak elfogni.

- A szarvasok a határvonalon nem szaladhatnak át. A szabálysértő fogoly lesz.
- A vadászok a kézfogást nem engedhetik el. Ha elengedik, érintésük érvénytelen.



14. ábra: Szarvasvadászat

181. Csendő – zsvány

8–12	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Elsősorban fás, bokros, dombos természeti környezetben játszható, kirándulások alkalmával 10–30 fő is játszhatja. Fiúknak való játék. Meg kell határozni először a játéktérület határait. A következőképpen választják meg, hogy ki lesz csendő, ki zsvány. Egy idősebb fiú minden jelentkező kezét egymásra helyezi tenyérrel lefelé, majd felülről kezdve egymás után úgy szedi le a kezeket, hogy nem néz oda, és rámondja: „ez csendő, ez zsvány”. Mindkét csapat választ

magának egy kapitányt. Kapitányuk parancsára a zsványok szétszaladnak, majd megbeszélte jeladásra (pl. három füttyjelre) a csendőrök üldözőbe veszik őket. A zsványok árkon-bokron menekülnek, de a kijelölt határokon túl nem mehetnek. Közben el is bújhatnak. Ha a csendőrök a zsványok közül hármat elfognak, véget ér a játék. Minden fogoly elfogását hangos kiáltással tudatják egymással. A csendőrök a foglyokkal visszatérnek a kiindulás helyére, szerepet cserélnek, és a játékot előlről kezdik.

182. Testőrség

9-13	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Választanak egy ördögöt, akit a többi játékos üldöz. Ha egyikük eléri és megfogja, ő lesz az ördög. Az ördögnek három testőre van, akik igyekeznek megvédeni őt úgy, hogy a veszélyeztető játékost megérintik, s most ő köteles a testőr után futni.

183. Csőszjáték

9-13	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Füves térségen, kiránduláson, táborban 10-30 6-11 éves korú fiú-lány külön vagy együtt játszhatja. A játéktér határvonalait meg kell jelölni. Számolással választanak egy csősz és egy kutyát, akik középen vannak. A többiek szétszórva helyezkednek el a játéktéren. A csősz úgy tesz, mintha aludna, mellette a kutyája, négykézláb. A játékosok szőlő- vagy fűszedést utánózva csalogatót mondanak: – Lipem-lopom a szőlőt, / Elaludt a pásztor. / Álom szállt a szemére, / Vaskalap a fejébe, / Huhu, bagó... – Amíg a játszó a füvet, szőlőt szedik, a kutya morog, ugat. A csalogató elhangzása után a csősz futva, a kutya négykézláb szaladva üldözőbe veszi a tolvajokat. Akit megfognak, az is kutya lesz, és segít a csősznek a fogásban. Hasonló szerepet kap, aki a játéktérrel elhagyja.

Az a legügyesebb, akit utolsónak fognak meg, a következő menetben ő lesz a csősz.

184. Hess, ki a rétről!

8-9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A kb. 30 x 12 m nagyságú játéktér három egyenlő (10-10 m széles) részre van osztva. A középső rész a rét, a két szélső az ugar. A választott két csősz középen a réten áll. A többiek a két ugaron páronként kézfogással helyezkednek el. A párok ugrándoznak, és ingerlik a csőszet: „Csősz bácsi, tapossák a rétet!” Közben be is

ugranak a rétre, úgy tesznek, mintha taposnák a rétet. A csősz zavarja őket: „Ki a rétről!” – mondja, és meg akarja fogni őket. Erre a játékosok kiugranak az ugarra. Ha a csősz megfogja (elég, ha megérinti) valamelyik párt, az a pár lesz az új csősz.

- Amelyik pár elengedi a kézfogást, csősszé válik.
- A csőszök csak a réten foghatják meg a többieket.
- Amennyiben a csőszök kevés párt fognak meg, vagy ha a többiek eléggé bártortalanok, a rét nagyságát megnövelhetjük, az ugarokét csökkenthetjük.

185. Hajsza a kendőért – két csapatban

7–9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A menekülő csapat tagjai egymásnak adják át a kendőt. Ha a fogó csapat valamelyik játékosa megszerzi a kendőt, utána ők válnak menekülőkké. Az a csapat győz, amelyik hosszabb ideig volt menekülő, azaz tovább birtokolta a kendőt.

186. A tolvaj

7–9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Két csapatkapitány kiolvasása után a kapitányok csapatot választanak. A két csapat egymástól 14 m távolságra áll fel egymással szemben, a vonalak mögött. A két csapat közti játéktér közepére egy tárgyat tesznek (kendőt, szalagot, sapkát, buzogányt stb.).

A kapitányok kiválasztanak egy-egy főt. Ők a játékvezető jelére előrefutnak a középig, s igyekeznek megszerezni a tárgyat. Akinek ez sikerül, annak még haza is kell futnia saját csapatához anélkül, hogy az ellenfél megfogná. Ha vissza tudott futni, szerzett egy foglyot, mégpedig az üldözőjét, aki átmegy hozzá a másik csapatba. Ha a kendővel (pl.) nem sikerült hazajutnia, mert megfogták, akkor ő lesz a fogoly.

187. Seregfogó (egyszerű csapatfogó)

9–14	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két csapat játszik egymás ellen. Az egyik csapat tagjai mind fogók, a másik csapat tagjai mind menekülők. A fogók célja minél hamarabb megfogni a menekülőket. Akit megfogtak, leül, ahol megérintették őt, kiesett a játékból. Ha minden menekültöt megfogtak, megméri, mennyi idő alatt sikerült. A következő menetben a két csapat szerepet cserél. Az a csapat győz, amelyik rövidebb idő alatt fogta meg a másikat.

A seregfogó játékhöz hozzátartozik, hogy a fogók mozgása korlátozott. A fogók mozgása a játéktéren sokféleképpen történhet. A fogókra vonatkozó legfőbb mozgásszabályok a következők lehetnek: *a)* fél lábon szökdelés; *b)* négykézlábon járás; *c)* futás labdával az egyik kézben; *d)* két kézben tartott labdával kell futni és megérinteni a menekülőt; *e)* tömött labdával a kézben kell haladni; *f)* fejen babzsákkal; *g)* labdatereléssel; *h)* labdavezetéssel; *i)* labdavezetés lábbal.

A menekülők általában szabadon, korlátozás nélkül futhatnak, de számukra is meghatározhatók a fogókénál könnyebb mozgásfeladatok. Egy játék alkalmával célszerű meghatározni 5-6 mozgásformát, melyek egy-egy játékmenetet jelentenek.

2.1.4. Fogójátékok eszközzel

188. Mókusfogó

7-8	fut	kmf	hcs
-----	-----	-----	-----

A játéktéren különböző megemelt és talajra fektetett szereket helyezünk el (padok, szőnyegek, zsámolyok, ugrószekrény felső részek, gerendák stb.). Jelre 2-3 menekülő játékos menetirány szerint elindul, s halad végig a szereken, a lábuk nem érintheti a talajt. A fogó ugyanezt teszi, tőlük meghatározott távolságban ugyanekkor indul. Célja, hogy valakit megfogjon.

Úgy is lehet játszani, mint az egyszerű fogót, csak a talajt nem érinthetik. Ilyenkor nagy hely, sok szer kell, és többen is játszhatják. Nincs kötelező haladási irány, a szereket úgy kell elhelyezni, hogy azokról több irányba is lehessen menni, irányt változtatni.

189. Sapkás fogó

7-8	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A fogó sapkát visel. Akit a fogó megérintett, ő lesz a fogó, és a fejére teszi a sapkát. A Kendőfogó néven ismert játék szerint a fogó kezében kendő van. (Lehet kispárna is.) A fogó kergeti a többieket, s arra törekszik, hogy valakinek a vállára tegye a kendőt. Ha sikerül, az a gyerek lesz a fogó.

190. Kígyóüldözés

8-10	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

8-10 fős csoportok játéka. A „kígyóbűvölő” a kötél egyik végét fogja, s lépegetve, futva húzza, rángatja a kötelet a földön. (A kötél egy 3-4 m hosszú lengőkötél vagy két összekötött ugrókötél.) A többiek a földön kígyózó kötélvéget

igyekeznek megfogni. Akinek ez sikerül, helyet cserél a kígyóbűvölővel. Az a legügyesebb, aki a legtöbbször volt kígyóbűvölő.

- A kötéltre nem szabad rálépni.
- A kötélnak csak a végét szabad megfogni.
- A kígyóbűvölő nem hagyhatja el a játékteret.

191. Csapd agyon a szúnyogot!

7–9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A fogó a többiek közül csak azt kergetheti, akinél egy bizonyos tárgy van. Rendszerint buzogány, de lehet szalag is. Ha a tárgy „birtokosa” veszélyes helyzetbe kerül, továbbadhatja vagy dobhatja azt valamely társának. Ezáltal a megfogás elől felszabadul, ezután már az „új tulajdonost” kell kergetni tovább. Ha mégis megfogja azt, akinél a buzogány van, akkor természetesen ő lesz a fogó, és a régi fogó a tárgy birtokosa.

192. Labdaérintő fogó

8–9	fut	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----

A Csapd agyon a szúnyogot! játéknak megfelelően kell játszani. Jelre a labdát tartó tanuló menekül a fogó elől, és annak közeledtével valamelyik társának adja át a labdát. Ha a fogó valakinek a kezében megérintette a labdát, helyet cserél vele.

- A labdát nem szabad dobni, csak kézből kézbe lehet átadni.
- Ha valaki dobja vagy elejti, hibát követ el. (Büntetésül a fogóval helyet kell cserélnie.)

Az a legügyesebb, aki nem volt fogó, és a labda többször volt nála.

193. Fogó fejen babzsákkal

7–9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

Minden játékosnak babzsák van a fején, a fogónak is. Akit a fogó megérint, ő lesz a fogó. A játékot több fogóval is lehet játszani.

- Aki a babzsákját leejtette a fejről, köteles azt leggyorsabban visszatenni.
- A fejen lévő babzsákot nem szabad fogni.
- A fogó a fejről leesett babzsákot is érintheti. (Ekkor is szerepet cserélnek.)
- A fogó a menekülőt vagy annak babzsákját csak akkor érintheti, ha a sajátja a fején van.

194. Buzogányfogó

8–14	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Tornateremben vagy szabadtéri pályán egyaránt játszható. A játéktéren egyenletesen elosztva buzogányok vannak, melyek természetes akadályt jelentenek az egyszerű fogóként játszott játékban. A menekülőnek és a fogóknak is vigyázniuk kell, nehogy buzogányt döntsenek.

- Akit a fogó megfog, az lesz a fogó.
- A buzogány ledöntése szempontjából két változat lehetséges.
 - a) Azáltal is fogóvá válik egy menekülő, ha ledönt egy buzogányt. Ilyenkor a régi fogót nem szabad üldözni, ő állítja vissza a ledöntött buzogányt.
 - b) Ha egy időben többen döntenek buzogányt, a játékvezető megjelöli, ki lesz az új fogó.
- Ha ledönt valaki egy buzogányt, köteles felállítani. Nem válik fogóvá, ha ezt úgy teszi, hogy a fogó nem fogja meg közben.
- Ha fogó dönt buzogányt, előbb vissza kell állítania, s csak akkor kergetheti a többieket.
- A játékosok indokolatlanul nem foghatják meg a buzogányokat.

Sok fogójátékban lehet alkalmazni buzogányokat. Az egyes játékváltozatokban mindig szabályba kell foglalni a buzogány ledöntésének a tényét.

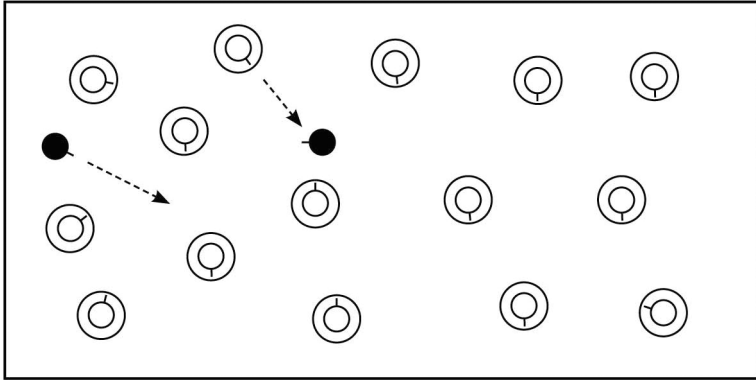
2.1.5. Fogójáték labdával

195. Nyúl és vadász

7–9	fut	kmf	gyg	hcs
-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok szétszórtan helyezkednek el a kb. 15 x 20 m-es játéktéren, egymástól kb. 3 m-re. A menekülő nyúl és a vadász kivételével mindenki (nyulak) egy 1 m átmérőjű körben (bokorban) áll. A vadász a bokrok között üldözi a menekülő nyulat. Arra törekszik, hogy a kezében levő kislabdával megérintse, vagy megdobja. A menekülő nyúl bármelyik körbe beállhat, ekkor a már ott tartózkodó játékosnak kell továbbfutnia. Ha a vadásznak sikerül a menekülőt eltalálnia, szerepcsere következik.

- Egy körben csak egy nyúl lehet. Mindig a korábban ott tartózkodó nyúlnak kell továbbmenekülnie.



15. ábra: Nyúl és vadász

- A kifutó nyúl közvetlenül ugyanabba a bokorba nem futhat be.
- Sikertelen dobáskíséret után a vadásznak kell a labdát visszahoznia. Ha azonban a dobás talált, a szerepcseréből adódóan az új vadász megy a labda után.

2.1.6. Küzdelmet, erőfeszítést igénylő fogójátékok

196. Kakas az ülőn

8–10	fut	ugr	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

A játékosok két párhuzamos vonal mögött helyezkednek el. A két vonal között a kakas egyik lábát felhúzva figyeli a többieket. A játékosok közül valamelyik megindul, szintén fél lábon igyekszik elérni a másik vonalat. Ha ez sikerül anélkül, hogy a kakas megérintené, ügyes volt, ha nem, azaz a kakas utolérte, összeütözköznek. Ilyenkor összefont karral igyekeznek egymást egyensúlyukból kibillenteni. Ha a kihívó győz, akkor továbbmehet, ha pedig a kakas győz, azaz ledönti a lábáról a másikat (felhúzott lábával lelép a talajra), akkor ő is kakassá változik, s ketten lesznek fogók. Ezután újabb játékos próbál átjutni és így tovább. A játék addig tart, amíg végül csak egyetlen játékos marad „életben”, ő a nyertes.

- Ha a kakas vagy valamelyik játékos mindkét lábával a talajon áll, elveszítette a viadalt. Ha kakassal történik, az ellenfele szabad utat kap, ha a pályára lépő játékosal, akkor kakassá válik.
- Ha több kakas van, egyszerre több játékos is próbálkozhat átjutni a másik oldalra (a számukat pontosan meg kell határozni).

197. Kígyó

8–12	fut	erg	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Elsősorban fiúk játéka, mivel test test elleni küzdelem szerepel benne. Az egyik gyerek a sas. A többiek együtt egy nagy kígyót alkotnak, úgy hogy mindenki az előtte lévő vállát fogja. Régen úgy játszották, hogy egymás ruháját vagy öltözetük egyik gombját fogták. A kígyó sora hosszú. Legelől a legnagyobb áll, a többiek nagyság szerint vannak mögötte. A legkisebb a kígyó farka. A legnagyobb szemben áll a sassal, s a következő párbeszédet folytatják. A sas kezdi: – Hol jön fel a nap? – Itt! – Nem itt! – A vitából harc lesz. A sas meg akarja kaparintani a kígyó farkát, illetve a legkisebb fiút, aki a sorban az utolsó. Ha sikerül neki, a következőt próbálja. Nemcsak ő veszélyezteti a kígyó farkát, hanem a kígyót alkotó játékosok is őt. Ha a kígyó körülzárja a sast – a fejénél és a farkánál összezáródik –, akkor a sas a vesztes. Ha el tudja fogni a kígyó tagjait, mielőtt bezárul a kör, a sas győz.

A párbeszéd minden egyes zsákmányszerzés után megismétlődik. Ügyes a sas, ha a kígyó nagy részét megszerzi. Ügyesek a kígyó tagjai, ha hamar bekerítik a sast.

198. Lovasfogó

8–12	fut	erg	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Valamivel kisebb terület szükséges, mint általában a fogójátékokhoz. A játékosok páronként helyezkednek el. A pár egyik tagja a ló, a másik a lovas. A játékvezető jelére a lovasok felugranak a lovak hátára, és a fogónak kijelölt lovas pár üldözni kezdi a többieket. Akit megfognak vagy megérintenek, az a pár lesz az újabb fogó.

Győz az a lovas pár, aki a játék ideje alatt a legkevesebbszer fogtak meg.

- A lovasok lába nem érhet le a talajra. Ha megszegik a szabályt, a fogó szerepét kell vállalniuk. Ha fogóknál történik a szabálysértés, a megfogás ilyenkor nem érvényes.
- Csak megérinteni kell a menekülő pár lovasát. Erősen meglökni tilos.

199. Talicskafogó

8–14	fut	erg	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Kiseb területen páronként helyezkednek el a játékosok, a közismert talicska helyzetben. A pár egyik tagja terpesz fekvőtámaszban helyezkedik el – ő a talicska. Társa – bokájánál fogva – mindkét lábát fölemeli, s teste két oldalán megfogja. A társ foghatja a „talicska” lábát egy kicsit följebb is, a térd alatt, ezáltal a talicska gyorsabban tud „gurulni”. Kijelölnek egy párt, akik a fogók lesznek. A talicskafogó párnak az a feladata, hogy a többiek közül valakit megfogjanak. Természetesen a talicskát játszó gyerekek kell megérinteni valakit a menekülő párok közül. Ha ez sikerül, a megfogott pár lesz a fogó. Ilyenkor szerepcseré is történhet, a talicskákból talicskatolók lesznek, a talicskázókból talicskák. Egyébként, ha kb. 15 másodperc elmúltával nem történik megfogás, célszerű szerepcserét elrendelni. Ha további 15 másodperc után sincs megfogás, új fogópárt kell kijelölni.

- A „talicskának” egyik kézzel kell végrehajtani az érintést. Közben lehasalni, lábat leejteni nem szabad.
- Ha a menekülő talicska lehasal, letérdel, vagy lábát leejti a talajra, a fogó szerepét kell vállalnia párjával együtt.
- A talicskafogó a többi pár akármelyik tagját megfoghatja.
A talicskát tolók ügyeljenek a talicskák keze épségére.

2.2. BÚJÓJÁTÉKOK

200. lpiapacs

6–14	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Elsősorban természeti környezetben, fás, bokros területen akár 30-an, lányok, fiúk együtt játszhatják. Meghatározzák pontosan a játéktér határvonalait, az „apacsoló” (vagy lekopogó) helyet, ami egy jól látható nagy fa, kerítés, ház sarka. Kiszámolják a hunyót, és megállapodnak, hogy a hunyó meddig számol (pl. ötvenig). A hunyó becsukott szemmel a kijelölt lekopogó hellyel szemben hangosan számol, ezalatt a többiek elbújnak. A számolás után elindul, hogy megkeresse a bújókat. Ha valakit meglát, visszafut, és a kijelölt helyen lekopogja: „lpiapacs, egy, kettő, három, Kiss Pista (pl.)!” Kiss Pista szintén a lekopogó helyre fut, s ha előbb ér oda, mint a hunyó, akkor a következő játékban újra búj-

hat. Ha a hunyó a játékosoknak több mint a felét lekopogja, akkor a következő játékban az lesz a hunyó, akit először lekopogott. Játoszható úgy is, hogy egy lekopogott játékos után mindnyájan előjönnek, és a felfedezett játékos átveszi a hunyó szerepét, a többiek pedig újra elbújnak.

2.3. TALÁLATJÁTÉKOK

2.3.1. Bombázóversenyek

201. Bombázó céltárgyra

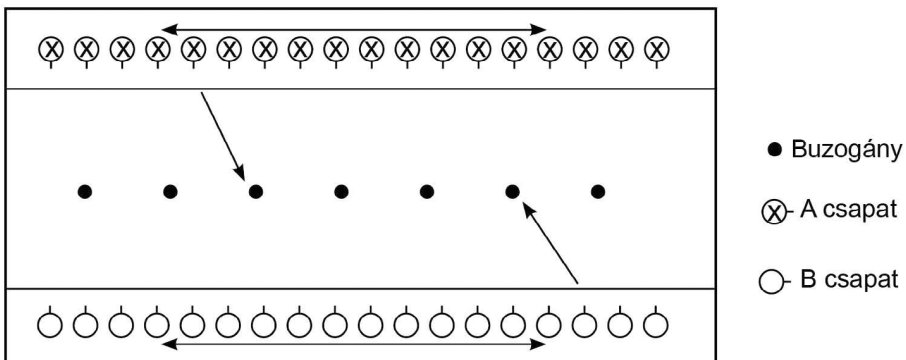
8–10	dob	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

A céltárgyat fal elé állítják, a játékosok képességeiknek megfelelően meghatározott dobótávolságról igyekeznek eltalálni a tárgyat. A céltárgy lehet zsámoly, buzogány, konzervdoboz, mosóporos flakon stb., és egyéni vagy csapatverseny formában is szervezhető. Aki talált, pontot kap.

202. Bombázó két csapatban

9–14	dob	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

A két csapat egymástól a 10 x 10 m-es pálya egy-egy alapvonala mögött helyezkedik el vonalban. Mindenkinek van egy kislabdája. A középvonalra kb. 10-10 buzogányt helyeznek el. A középvonalakat padok is helyettesíthetik. Jelre mindenki dob a buzogányokra. Az a csapat győz, amelyik több buzogányt dönt adott idő alatt vagy mindegyik ledőléséig.



16. ábra: Bombázó két csapatban

- Az alapvonalat átlépni, a labdákért a buzogányok elé menni csak akkor szabad, ha a játékvezető szünetet rendel el.
- Az alapvonalon átdobott és elgurult labdákat természetesen össze lehet szedni, s azokkal is lehet dobni.

203. Bombázó buzogányokra, gurítással

9–14	lgt	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Az előbbi játékváltozat szerint kell játszani, csak itt a labdát gurítani kell. Kislabda helyett nagylabdával folyik a játék.

204. Bombázó guruló labdára

9–14	dob	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

A szemben álló csapatok a középén elhelyezett labdára dobnak. A labda ide-oda gurul. Az a csapat győz, amelyik a labdát úgy találja el, hogy az eljut a másik csapat alapvonaláig. A Bombázójáték változatai gazdag formai lehetőségek szerint valósíthatók meg. Ilyen változatok még pl.: Bombázó buzogányokra, két körben két csapattal; Bombázás várra; Bombázás várra két labdával; Bombázás várra két térfélen; Bombázás várra labdarúgással.

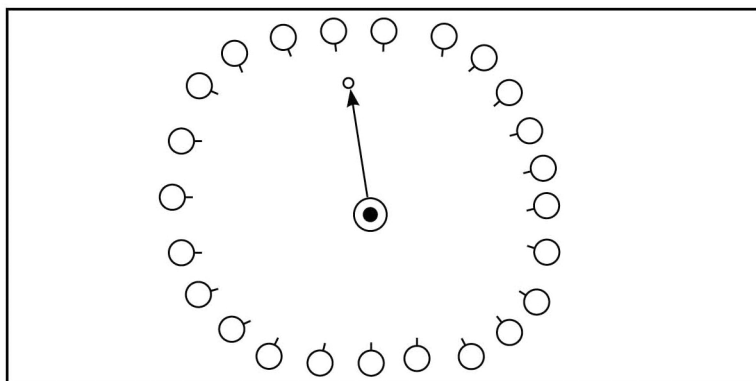
- A játékosok a labdáért mehetnek, de dobni csak a dobóvonal mögül dobhatnak.
- A labdát adhatják táraiknak.
- Dobáskor a dobóvonalra lépni, illetve belépni tilos. Ha a játékvezető ilyet észlel, érvénytelenítheti a találatot. Sorsdöntő esetben – pl. gurulólabdánál – játszavesztést is ítélhet, vagy a céltárgyat máshová helyezheti.
- A játékvezető rendelkezhet úgy is, hogy csak kijelölt játékosok lehetnek labdaszedők.

2.3.2. Célzás társakra

205. Jancsi a körben

7–9	fut	kmf	gyg
-----	-----	-----	-----

10–15 fős csoport játszhatja. A játékosok kört alakítanak, maguk előtt körvonalat rajzolnak. Egyikük a kör közepére, egy kisebb körbe áll, ő „Jancsi”. Jancsinál kislabda (vagy gumilabda) van. A labdát (tetszés szerint) adogatni kezdi a körön álló játékosoknak, akik visszapaszolják neki. Néhány átadás után Jancsi várat-



17. ábra: Jancsi a körben

lanul valakit megpróbál eltalálni, miközben mindenki igyekszik szétfutni. Ha eltalált valakit, pontot kap, s továbbra is a kör közepén marad. Ha nem, helyet cserél azzal, akire dobott.

206. Védj a társad!

9-12	dob	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Csoportonként 10-15 fő játszhatja. A csoportból két játékos egy nagy kör közepére áll, a többiek a körvonalon kívül állnak. A kör közepén lévő számolyra feláll az egyik benti játékos. A körben lévő másik játékosnak az a feladata, hogy társát megvédje a körön álló játékosok dobásaitól. A kört alkotó egyik (kinti) játékostól indul a játék. A labdát adogatják egymásnak a kintiek, majd váratlanul valaki megpróbálja megdobni a számolyon állót. Ha sikerül valakinek, helycsere történik. A számolyon álló kívülre megy, a védő a számolyra áll, a találatot elérő pedig védő lesz.

Azok a legügyesebbek, akik többször voltak védők.

- A számolyon álló játékos a labda elől elhajolhat, a számolyról azonban nem léphet le.
- A védő a számolyon álló felé tartó labdát kézzel-lábbal védheti.
- Változat: A számolyon lévő játékos ül. Lehet két labdával is játszani.

207. Kilenc élet

9–12	dob	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Csoportonként 10–15 fő játszhatja. A játékosok egy megrajzolt kör vonalán állnak fel. A választott hívó a kör közepére megy a labdával. A hívó magasra feldobja a labdát, s hangosan kiáltja valakinek a nevét. A szólított játékos igyekszik elkapni a visszahulló labdát, közben a többiek a hívóval együtt futásnak erednek. Ha a kapónak sikerül a labdát elkapni, „Állj!”-t kiált. Erre mindenkinek azonnal meg kell állnia. A kapó megpróbál valakit megdobni. Akit eltaláltak, egy életet veszít a kilencből (mindenkinek ennyi van). Viszont, ha nem talált, a kapó vesz egy életet. Aki minden életét elveszítette, kiáll. A labdát mindig az a játékos dobja fel középen, akit eltaláltak, vagy a kapó, aki rosszul célzott. A dobáskíséret után visszaállnak a körbe. A játék győztese az, akinek a legtöbb élete maradt. Ő kezdi a következő játékot.

208. Nemzetesdi (Nemzetes)

8–12	fut	dob	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Csoportonként 10–15 fő játszhatja. A játékosok kört alkotnak. Minden játékos választ egy-egy nemzetnevet, amit a játékvezető felír a játékos neve mellé. A játékosok a kör közepén lévő labda fölé hajolnak, s várják, hogy a játékvezető valamelyik nemzetnevet mondja. A labdát szabadtéren lyukba is helyezhetik, teremben, szabadtéri pályán zsámolyra vagy a felfordított zsámolyba is lehet helyezni a labdát. A labdának kislabdát, de inkább kisméretű gumilabdát célszerű alkalmazni.

A hívás így kezdődik: „Jöjjön az a híres, nevezetes: ...” s itt hangzik el egy nemzetnév. A szólított játékos felkapja a labdát, és a szétfutó társai közül igyekszik valakit megcélozni. Akit eltalált, a neve mellé hibapontot kap. Ha nincs találat, a dobó kap hibapontot.

Az a legügyesebb, az győz, akinek a játékidő leteltével a legkevesebb hibapontja lett. A labdával 3 lépésnél többet nem szabad tenni. Hibapontot kap az, aki szólításra nem veszi fel a labdát, hanem menekül, és az is, aki szólítás nélkül kapja fel a labdát.

209. Nyúl és vadász labdával

8–10	fut	dob	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

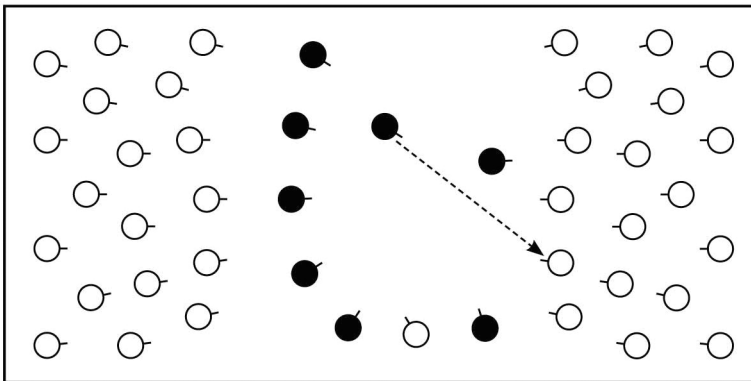
A kijelölt vadásznál van a labda, egy másik játékos nyúl lesz (akinek nincs bokra). A többiek a játéktéren szétszórtan, egy-egy karikában helyezkednek el. A vadász kergeti a nyulat, a nyúl pedig bemenekül egy karikába. Az ott lévő nyúlnak azonnal ki kell futnia. A vadász dobhat a menekülő nyúlra. Ha talál, fut a labdáért, és újra dobhat. Ha nem talál, helyet cserél a menekülővel. A labda az új vadászé lesz. Az a legügyesebb, az győz, aki mint vadász a legtöbb találatot érte el.

- Amikor a nyúl belép az egyik körbe, az ott lévő játékosnak menekülnie kell.
- A bokorból kifutó nyúl a szomszéd (esetleg a második, de legfeljebb a harmadik) körbe menekülhet.

210. Vadászlabda

8–12	fut	dob	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Van két vadász. A többiek (a vadak) szétszórtan helyezkednek el a játéktéren. A vadászok, egymásnak adogatva egy labdát, igyekeznek valamelyik vad közelebe kerülni, hogy labdával megdobják. Amelyik vadat eltalálták, szalagot ölt, ő is vadász lesz. Azok az ügyesek, akiket csak később tudnak eltalálni a vadászok, s az a legügyesebb, akit legutoljára.



18. ábra: Vadászlabda

- A labdával a vadászok nem léphetnek, s nem is vezethetnek labdát.
- Igyekezniük kell minél hamarabb „lőni” vagy passzolni. Meghatározható, hogy mennyi ideig tarthatják a kezükben a labdát (célszerű 3 másodpercet meghatározni).
- A röptében elkapott labda nem számít találatnak.
- A vadak indokolatlanul nem érinthetik, foghatják meg a labdát. Ha ilyen történik, találatnak kell tekinteni, s a vadnak vadászruhát kell vennie.

211. Vadászlabda két csapatban

9–13	fut	dob	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----

Két csapat játszik egymás ellen, egy kb. 15 x 20 m-es területen (az egyik csapat játékosai vállszalaggal). Az egyik („A”) csapat tagjai szétszórta helyezkednek el a játéktéren, mindegyikük egy-egy kis kört rajzol maga köré. A másik („B”) csapat tagjai az egyik alapvonal mögött egyes oszlopban állnak fel. Adott jelre a „B” csapat első játékosa befut a játéktérre. Az „A” csapat játékosai labdadogtatás közben megpróbálják a játéktéren ide-oda futó ellenfél játékost eltalálni. Ha a játékost sikerül megdobni, kiáll a játékból, és a csapat második tagja fut be a játéktérre. Így folytatódik a játék mindaddig, amíg a „B” csapat utolsó játékost is eltalálják. A második játékmenetben helycsere következik. Mind a két menetben mérik, hogy az egyik csapat mennyi idő alatt dobta ki a másik csapat minden tagját. Az a csapat a győztes, amelyik ideje jobb (kevesebb) volt.

- A célzó csapat tagjai nem változtathatják a helyüket, csak álló helyzetben adogathatnak, illetve célózhatnak.
- Ha a játéktéren a labda elgurul, a célzó csapat egyik játékosa megy érte, aki csak a helyére visszatérve folytathatja az adogatást.
- Csak a levegőben, röptében megfogott labdával lehet célózni. Földről pattant labdát tovább kell adni.
- Ha a menekülő játékos szándékosan labdához ér, találatnak számít, és kiáll a játékból.
- Csak a közvetlen találat érvényes. Földről, falról, társról pattant labda nem találat.

212. Kidobós

9–12	dob	fut	kmf	gyg
------	-----	-----	-----	-----

A játékosok szétszórtnan helyezkednek el. A labda a játékvezető kezéből indul, aki háttal a játéktérnek (pártatlanul) dobja be a labdát, amelyet a játékosok igyekeznek megszerezni. Akinek sikerült, megpróbál valakit eltalálni. A megdobott játékos kiáll. A játék addig folytatódik, amíg egy (vagy néhány) játékos marad benn.

- A felpattanó és a röptében elkapott labda nem számít találatnak.
- A játszó csoport létszámától, illetve a játéktéren lévők számától függően lehet meghatározni a labdakezelés néhány fő szabályára vonatkozóan (hány lépést lehet tenni labdával, lehet-e labdát vezetni, hány másodpercig lehet tartani a labdát stb.) az idevonatkozó szabályokat. Célszerű kiindulni a 3 lépés, 3 másodperc labdatartás és az egyszeri labdavezetés szabályától, amelyekről alkalomszerűen el lehet térni.



213. Kidobós – visszaállással

7–10	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

A játékot Frissítő néven is ismerik. Akit eltaláltak, kiáll a játékból, s miután elvégezte a kiszabott mozgásfeladatot (pl. bordásfalon hátsó függésben térdemelés 10 x), visszaállhat. Azok a legügyesebbek, akiknek nem vagy kevesebbszer kellett kiállniuk.

214. Kidobós – varázslással

8–10	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Az eltalált (elvarázsol) játékosok nem esnek ki a játékból, hanem a találat helyén leülnek. Ha feljűk száll a labda, megfoghatják, felállhatnak, és ők is kidobhatnak bárkit. Ha sikerül, ezáltal visszavarázsolják magukat, folytathatják tovább a játékot.

215. Kidobós – két labdával

9–12	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Két labda van egyszerre játékban.

- A labdát birtokló játékosra nem szabad dobni.

216. Megdobós / Döngető

9–13	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

A Kidobós játék feltételei szerint játszható. Ha egy labdával folyik a játék, a létszám 12–15 főnél több ne legyen. 1, 2 vagy 3 kézilabda nagyságú könnyű, felfújt gumilabda szükséges. A játékosok szétszórta helyezkednek el. A játékevezető által bedobott labdát vagy labdákat a játékosok igyekeznek megszerezni, és azzal valakit eltalálni. Találat esetén az eredményesen célzó egy pozitív, míg a találatot kapott játékos egy negatív pontot „könnyel el” magának. Senki nem esik ki a játékból. A játékmenet idejének leteltével az értékeléskor az összevont pontértékeket bemondják a játékosok. A legtöbb pozitív értéket szerző játékos a győztes, de a további sorrendet is figyelembe kell venni.

- A találatot a kidobós és a fogyasztó játékoknál érvényes szabály szerint figyelembe kell venni. Tehát a test valamely részét közvetlenül érintő, onnan elpattanó labda számít találatnak. A közvetlenül, röptében megfogott labda nem jelent találatot.
- A játéktér (terem) nagyságával és az előképzettséggel arányosan kell meghatározni a labdával történő mozgás módját, a lépésszabályt.
- A több labda használatát rugalmasan kell alkalmazni, a mindenkori játékkép alapján. Egy játékon belül folyamatosan is növelhető, illetve csökkenthető a labdák száma.
- A labdát birtokló játékosra löni nem szabad. A játék helyzetek gyors változásai miatt mégis előfordulhat, hogy labdás játékost éri lövés. Ilyen „véletlen” esetben nem kell ítékezni, a játék folyamatosan megy tovább.

- Egy játékos több labdát nem birtokolhat.
- A labdát 3 másodpercnél tovább nem lehet tartani. Ha figyelmeztetés után is előfordul, büntetőpont (mintha találatot kapott volna) adható.
- Az adott és a kapott találatokat a jobb, illetve a bal kar felemelésével hangosan jelzik. A meglévő ponttal gyorsan összevonnak adott találat esetén egy pozitív, kapott találat esetén egy negatív pontot. Az eredményt kell mondani egyidejűleg.
- Lehetséges egy szemléletesebb, de technikailag nehezebben kivitelezhető megoldás. Az adott és kapott találatokat szimbolizáló kétféle színű válszalagból kell egyet-egyedni venni. (A modern anyagoknak köszönhetően elképzelhető mezre ismételt tapadó matricák alkalmazása is. Ebben az esetben az összevonnás a játék végén történik.)

Az értékelés gyorsan bonyolódik, ha a játék végén a gyerekek a játéktéren állva, egymás után bemondják az összevont értéket. Gyorsan ellenőrizhető is a helyes számolás: az egyes személyek pontjainak összege nulla kell legyen. Apró eltérések előfordulnak még az elején, később egyre pontosabb a számolás.

217. Fogyasztó körben

8–12	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játszik egymás ellen. Az egyik csapat nagy (kb. 12 m átmérőjű) kört alakít. A másik csapat tagjai bemennek a körbe. A körön álló játékosok (a kintiek) a támadók, a körben állók (bentiek) a menekülők. A kinti, dobójátékosok adogatják a labdát egymás között, azon igyekezve, hogy a benti menekülőket eltalálják vele. Akit eltaláltak, kiáll. A támadóknak az a céljuk, hogy a körben lévőket elfogyasszák, azaz mindenkit kiüssenek. Amikor ez sikerül, helyet cserélnek, és új játékmenet következik. A két menet idejét mérik, majd utána az időadatokat összehasonlítják. Az a csapat győz, amelyik rövidebb idő alatt fogyasztotta el a másikat.

- Érvényes találatot csak átadásból és a körvonalon kívülről lehet elérni. Ha tehát a rádobás földről fölszedett labdával történt, vagy a dobójátékos belép a körbe, nem érvényes a találat.
- Az eltalált játékosnak a leggyorsabban el kell hagyni a kört.
- Bármilyen labdaérintés érvényes találatnak számít, ha egyébként a dobás szabályos volt. Földről fölpattanó, elkapott, átadások közben megérintett

labda, sőt egyidejűleg több találat is lehetséges, ha az egyik játékosról a másikkra pattan a labda.

- A körben menekülők semmilyen módon nem érinthetik a labdát.
- A körben bent maradt, illetve a messzire elpattanó labdáért a dobójátékosoknak kell menniük, de az így visszahozott labdát ismét csak átadással lehet játékba hozni.
- A menekülő játékosok bármilyen módon kitérhetnek a labda útjából, de a kört nem hagyhatják el, mert az találatnak számít.

218. Bombakirály

9–12	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

A játék menete a Fogyasztó körben játék szerint történik. Azzal a különbséggel, hogy aki utoljára marad a körben, ő lesz a Bombakirály. Helycsere után eldől, hogy a másik csapatból ki lesz a másik Bombakirály. Ezután a két Bombakirály bemegy a körbe. Kintről mindenki dobálhatja őket, mígnem az egyiket kiütik. Ekkor a bennmaradó Bombakirály csapata nyeri a játékot.

219. Fogyasztó négyszögben

8–10	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

A Fogyasztó körben játékkal azonos, csak itt a kinti csapat játékosai egy négyszögön kívül helyezkednek el. Egyszerű a szervezés akkor, ha a pálya vonalai (pl. röplabdatérfél) adottak.

220. Fogyasztó szétszórta

9–14	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen, egy kb. 10 x 20 m-es játéktéren, ahol a játékosok szabadon mozoghatnak. Az egyik csapat a másik játékosait igyekszik eltalálni labdával – a Fogyasztó körben szabályai szerint –, azaz elfogyasztani. Időre megy a játék, az a csapat győz, amelyik rövidebb idő alatt fogyasztotta el a másikat.

- Földről, falról, valamelyik játékosról pattanó labda nem számít találatnak. Csak a közvetlen találat érvényes.
- Tilos a labdával futni, legfeljebb három, illetve két lépést lehet tenni vele. A megfogott labdát 3 másodpercnél tovább nem lehet kézben tartani.
- A csapat tagjai egymás között adogathatnak.

- Nem számít találatnak, ha valaki az ellenféltől érkező labdát röptében elkapja.
- Ha a labda elhagyja a játékterületet, annak a csapatnak az ellenfele hozza játékba, amelyiktől kiment.
- Teremben a falról visszapattanó labda játékban marad.
- A labdavezetés megengedhető akkor, ha a játékosok száma jelentősen csökken. (A játék kezdete előtt pontosan meg kell egyezni, hogy hány játékos játékban maradása után lép be ez a szabály.)

221. Fogyasztó szétszórta – időig

9-14	fut	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Meghatározott ideig tartanak a játékmenetek. Az a csapat győz, amelyik a játékidő alatt több ellenfelet fogyasztott el.

222. Fogyasztó szétszórta – kölcsönös fogyasztással (Csata)

9-14	fut	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Az előbbi játéktól abban tér el, hogy mindkét csapat megszerezheti a labdát, és célozhat a másikra, felváltva próbálják kiütni egymást. Az a csapat győz, amelyik elfogyasztotta a másikat. A játék megindítása pártatlan („vak”) bedobással történhet, vagy az egyik csapat kezd. Utóbbi esetben páros játékmeneteket alkalmazunk, a csapatok felváltva kezdenek.

223. Kétudvaros döngető

9-14	fut	kmf	gyg
------	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen egy kb. 10 x 20 m nagyságú, két térfélre osztott pályán, ahol középen egy 4 m széles sáv van. Az egyik csapat az egyik, a másik a másik térfélen/udvaron helyezkedik el. Az a cél, hogy a másik udvarban lévő ellenfél játékosait labdával eltalálják. Az a csapat győz, amelyik adott idő alatt több találatot ér el.

- A középen üresen maradt térből az ellenfélre dobni tilos, de az ott maradó labda kihozható.
- A találatokat hangosan kell számolni.
- Nagyobb létszámnál két labdával játszható.

224. Kétudvaros fogyasztó (Tűzharc)

9-14	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen egy kb. 10 x 20 m-es, középvonallal kettéválasztott játéktéren. A két alapvonal előtt 2 m-re egy-egy vonalat húznak. E vonal és az alapvonal közötti sávba kerülnek majd a foglyok. A csapatok egy-egy térfélen szétszórta helyezkednek el. Az egyik csapat viseljen válszalagot. A kezdő csapat egyik játékosától indul a labda (a játék). Ő az ellenfél valamelyik játékosára dob. Az eltalált játékos fogoly lesz, és átmege az ellenfél alapvonalai sávjába, a fogolyterületre. A továbbiakban az a csapat jogosult dobni, amelynek játékosai a saját térfelükön megszerzik a labdát, vagy amelyiknek a határvonalain kimegy a labda. A foglyok is részt vesznek a játékban. Az általuk eltalált játékos szintén menjen át a túlsó oldalon levő fogolyterületre. Ha a fogoly a saját térfeléről az ellenfél térfele fölött átdobott labdát röptében elkapja, megszabadul. Ilyenkor a fogoly kézben tartott labdával visszamehet a saját térfelére, s onnan dobja játékba a labdát. Az a csapat győz, amelyik a játékidő alatt több foglyot szerez.

- A határvonalat nem szabad átlépni. Aki átlépi, fogoly lesz. Nem szabad az ellenfél térfelére átnyúlni labdáért.
- Aki a labdát elkapja, vagy elsőnek szerzi meg, dobjon, a dobás jogát nem adhatja át (szabálysértéskor a találat érvénytelen).
- A labdát ott kell dobni, ahol a játékos elkapta, illetve ahol megszerezte.
- Az alapvonalon túlra dobott labda a foglyoké, aki megszerzi, dobhat.
- Az oldalvonalakon túljutott labdáért az egyik mezőnyjátékos kimehet, és onnan dobhatja, ahol a labda az oldalvonalon kijutott.
- Minden szabálysértéskor az ellenfél kapja meg a labdát.

225. Seregfogyasztó

10-14	dob	fut	kmf	gyg	hcs
-------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen egy kb. 10 x 20 m-es, középvonallal elválasztott játéktéren. A két csapat egy-egy térfélen, szétszórta helyezkedik el, s mindkettőből egy-egy játékos az ellenfél alapvonala mögé áll. Ők a külső játékosok. A mezőnyjátékosok saját külső játékosukkal összejátszanak. A kezdő csapat egyik játékosa dob az ellenfél egyik játékosára. Akit eltalált, fogoly lesz, és az ellenfél alapvonala mögé megy külső játékosnak. Ha nem talált, akkor a labdát,

ha az a játéktéren maradt, az egyik mezőnyjátékos, ha onnan kigurult, az egyik külső játékos veheti kézbe. A földről felvett labdával az ellenfélre nem lehet dobni, hanem azt az alapvonal mögött, az ellenfél fölött a saját játékosnak kell továbbítani. Az a csapat győz, amelyik az ellenfél összes mezőnyjátékosát is eltalálja. A játék vége felé, amikor a mezőnyjátékosok elfogytak, az első külső játékos, a csapatkapitány megy be mezőnyjátékosnak. Akkor van vége a játéknak, ha őt is eltalálják.

- Az eltalált játékos felszólítás nélkül külső játékos lesz.
- Ha a mezőnyjátékos a dobott labdát elkapja, nem számít találatnak, az ellenfél dobhat.
- A játékosok a határvonalat nem léphetik át. Szabálysértéskor a találat érvénytelen, a mezőnyjátékos fogoly lesz.
- Ha a játékban egy mezőnyjátékos maradt, a földről felvett labdával is dobhat.
- Ha az első kinti játékos (a csapatkapitány) kerül (egyedül) a játéktérre, neki két élete van, tehát csak a második találat után esik ki, azaz lesz vége a játéknak.

226. Szabadulás a labdától

9–12	dob	fut	kmf	gyg	hcs
------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat egy-egy térfélen, szétszórta helyezkedik el. A csapatok létszáma 10–15 fő. Mindkét csapatnál legalább 3-3 labda legyen. Jelre a játékosok igyekeznek a labdákat a leggyorsabban átdobni a másik térfélre. A hozzájuk átdobott labdákat is sietnek visszadobni. A csapatoknak az a céljuk, hogy a labdától megszabaduljanak. A játékvezető figyeli azt a pillanatot, mikor az egyik térfélen egyetlen labda sincs, tehát a csapat minden labdától megszabadult. Amikor ilyen helyzet előfordul, sípol, vége a játékmenetnek, s a csapatnak egy pontot ad. Ezután újra elosztják a labdákat, és új játékmenetet kezdenek. Az a csapat győz, amelyik több játékmenetet nyert.

- Csak meghatározott dobásformával lehet dobni. A felezővonalon átlépni, a labdát ütni, rúgni tilos.
- Célszerű a középvonalnál egy olyan sávot létesíteni, ahonnan a labdát nem lehet a másik térfélre juttatni. Be lehet, sőt ajánlatos bemenni ide a labdáért, de onnan előbb ki kell hozni, vagy visszapasszolni valamelyik társnak.
- Néhány labdamenetenként térfélcseré következik.
Igazságos, ha egyenlő arányban játszanak a csapatok mindkét térfélen.

227. Szabadulás a labdától – hálón át

9–12	dob	fut	kmf	elk
------	-----	-----	-----	-----

A labdát a háló fölött kell átdobni a túlsó térfelre. Ha valaki szándékos mozdulattal juttatta át a labdát a háló alatt, a játékvezető sípol, s csapata elveszítette a játékmenetet.

228. Szabadulás a labdától – gurítással

8–10	dob	fut	kmf	lgt
------	-----	-----	-----	-----

A labdának csak gurulva szabad átjutni a másik térfelre. Ha nem így történik, a vétkes csapat elveszíti a játékmenetet. Itt is célszerű középen egy „holtsávot” létesíteni, ahonnan nem lehet átdobni a labdát.

229. Szabadulás a labdától – rúgással

11–14	dob	fut	kmf	lvi
-------	-----	-----	-----	-----

A labdákat csak rúgással szabad átjuttatni a másik térfelre.

230. Szabadulás a labdától – alsó nyitással

11–14	dob	fut	kmf	lvk
-------	-----	-----	-----	-----

Alsó nyitással kell a labdát az ellenfél térfelére juttatni.

3. TELJESÍTMÉNYJÁTÉKOK

Azokat a játékokat soroljuk ide, amelyekben összetett mozgásműveletláncok, bonyolultabb mozgásfeladatok szolgálják a játék eredményességét, a teljesítmény elérését. A teljesítményjátékok komplexitása, bennük a képességek érvényesülésének, a mozgás végrehajtásának, technikájának, taktikájának, sőt stratégiájának összhangja mutatkozik meg. Nagy szerepük lehet a sportjátékok előkészítésében, de nem gondolhatjuk, hogy csupán azok elsajátítására szolgálnak. Önálló játékként sokkal inkább sajátos élményeket biztosítanak, és a bonyolultabb mozgáskészségek kialakulását segítik elő.

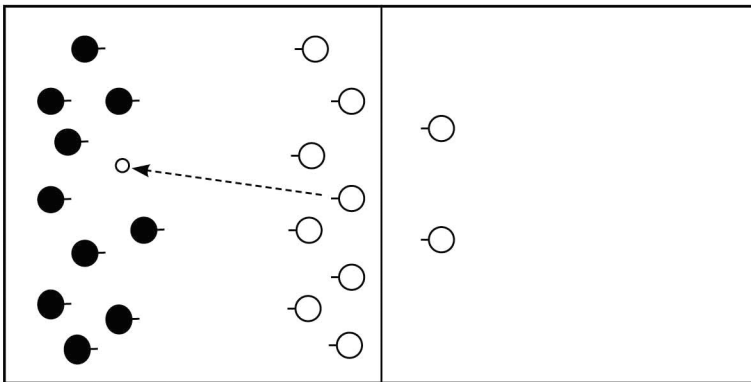
231. Kiszorító

9–14	dob	fut	kmf	elk	lvk
------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen egy kb. 15 x 30 m nagyságú, középvonallal megjelölt játéktéren. A két térfélen, a középvonaltól 6–8 m-re egy-egy 3 m hosszú kezdővonalat húznak. A két csapat saját térfelén szétszórtan helyezkedjen el.

Kisorsolják, hogy ki végezze a kezdődobást. Jelre a kezdőcsapat egyik tagja – a kezdővonalától – a labdát az ellenfél térfelére dobja. Ha az ellenfél játékosa a labdát röptében elkapja, három ugrólépés-forgás végrehajtása után visszadobhatja. Ha nem kapta el, akkor onnan, ahová elgurult, vagy ahonnan előreütötték, az a játékos dobja helyből vissza, aki elsőnek érintette. (A labdadobás jogát tehát másnak átadni nem szabad!) Az ellenfél alapvonalá fölé átdobott vagy átgurított labda gólnak számít. Az a csapat győz, amelyik a két félidőből álló mérkőzésen több gólt dob.

- Hibának számít, ha kezdődobáskor a játékos a kezdővonalat átlépi (ilyenkor a dobás érvénytelen, és büntetésből a kezdődobást a másik csapat egyik tagja végzi).
 - Ha a labda az oldalvonalon kívülre kerül, ott kell bedobni, ahol a pályát elhagyta.
 - Hiba, ha a fogadócsapat játékosa a repülő vagy a guruló labdát előreüti.
 - A gól csak akkor érvényes, ha a labda a játékterületet az alapvonal két sarokzászlója között (repülve vagy gurulva) hagyta el.
- Gól után a gólt kapott csapat kezdi a játékot a kezdővonalától.



19. ábra: Kiszorító

232. Kiszorító – alapérintéssel

11–14	elk	fut	kmf	lvk
-------	-----	-----	-----	-----

Dobás helyett a labdát csak a röplabdázás alapérintése szerint, illetve alsó és felső egyenes nyitással lehet továbbítani.

233. Kiszorító – fejeléssel

11–14	elk	kmf	gyg
-------	-----	-----	-----

A labdát azon a helyen kell feldobni és fejelni, ahol a játékos először érintette.

234. Kiszorító – rúgással

11–14	fut	kmf	lvi
-------	-----	-----	-----

A labdát kapásból kell rúgni. Ha a rúgott labdát a játékos lábával vagy testével állítja meg, az érintés helyétől 5 lépésre, ha kezével állítja meg, 10 lépésre vigye hátra, és onnan rúgja. Könnyítést jelent, ha kezdő játékosoknak nem kell kapásból rúgniuk, hanem megállíthatják az érkező labdát.

235. Adás-kapás

9–12	dob	elk	lvk	kmf
------	-----	-----	-----	-----

Két 10–15 fős csapat játssza egymás ellen. A két csapat egymástól 10–15 m-re, kör alakban áll fel. A kör tagjai között 4-6 lépés távolság legyen. A kezdő az ütő, a másik a kapó kör. A játékeszköz csapatonként egy-egy métaütő és egy kislabda. A kezdő csapat valamelyik játékosa az ütővel magas ívben az ellenfél körébe üti a labdát. A kapó kör tagjai igyekeznek a szálló labdát elkapni. Ha elkapják, kapnak egy jó pontot, és ők üthetik a labdát vissza. Ha a labdát a kapók elejtik, kapnak egy rossz pontot. Ilyenkor a labdát az ütő kör egy másik játékosa hozhatja játékba. A játék folyamán a két csapat hol ütő, hol kapó szerepben játszik. A játékot az a csapat nyeri, amelyiknek a játék végén több jó pontja van.

- Félre- vagy lapos ütés esetén a labdát az ellenfél kapja meg, s az ütő játékos kap egy rossz pontot.
- Ha az ütő játékos a labda mellé üt, még két kísérletet tehet. Három sikertelen kísérlet után a labdát az ellenfél soron következő játékosa kapja meg. Az elkapott, de leejtett labdáért hibapont jár.

236. Adás-kapás – dobással

8–12	dob	elk	kmf	lvk
------	-----	-----	-----	-----

Ütés helyett itt a labdát kézzel dobják. A labda kislabda vagy bármilyen felfújó labda is lehet. Az Adás-kapás játék szabályai szerint lehet játszani.

237. Nyitás-kapás

9-14	fut	kmf	lvk
------	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen egy röplabda- vagy ahhoz hasonló pályán. A csapatok létszáma a röplabdajátéknak megfelelő, de lehet több is. A nyitó csapat az egyik alapvonal mögött, a fogadó csapat a nyitókkal szemben levő térfélen szétszórtan helyezkedjen el. A nyitó csapat játékosai sorban, egymás után nyitást hajtanak végre. Az első játékos kezdi. Ha a nyitás szabályos volt, a játékos a sor végére áll, csapata 1 pontot szerez. Ha egy játékos röptében elkapta a labdát, csapata szintén 1 pontot kap. Ennek megfelelően folytatódik a játék, míg mindenki sorra nem került. Utána szerepet cserélnek. Két játszma alapján – egyikben az egyik, másikban a másik csapat a nyitó fél – az a csapat az ügyesebb, amelyik nyitással és labdakapással több pontot ér el.

- Aki a nyitást nem tudta szabályosan végrehajtani, egyszer megismételheti.
- Nyitásnál a röplabda szabályait kell alkalmazni.

238. Nyitás-kapás – alapérintéssel

9-12	lvk	kmf
------	-----	-----

A nyitással megindított játszmát (1 pont) az ellenfél játékosai alapérintéssel fogadják, és a labdát a nyitó térfélre igyekeznek visszajuttatni. A fogadó ezért szintén 1 pontot kap.

239. Nyitás-kapás – forgással

9-12	elk	lvk	kmf
------	-----	-----	-----

Mindkét térfelet két-két hosszanti és egy-egy szélességben haladó vonallal osszuk 6-6 egyenlő nagyságú területre. Mindegyik területen egy-egy játékos álljon. A nyitást a hátsó jobb oldali játékos kezdje. A háló felett átütött labdát (1 pont) az a játékos kapja el, akinek a területére repült, s dobja vissza a háló felett (1 pont). Minden játszma után minden játékos, mindkét térfélen, az óramutató járásával ellentétes irányban (forgással) cseréljen területet.

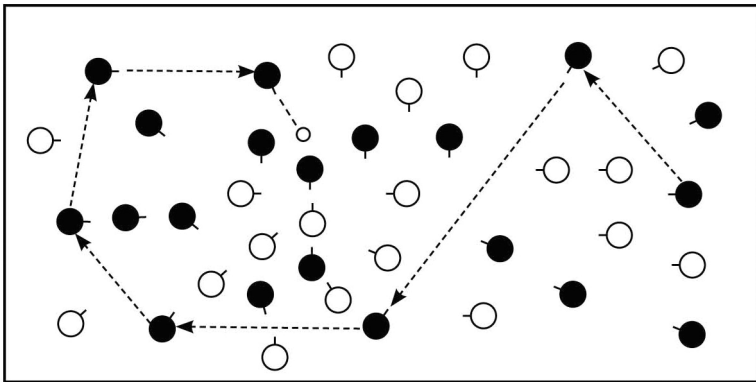
240. Pontszerző

9-14	dob	elk	fut	kmf	lvk
------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen. Az egyik csapat kezdi a játékot egy labdával. A játékosok igyekeznek a labdát csapattársaiknak dobni. Minden átadás egy pontot ér. A másik csapat játékosai (ekkor „védők”) megpróbálják megszerezni a labdát. Ha

sikerül, támadókká válnak, s most már ők passzolgatnak. Amelyik csapat hamarabb eléri mondjuk a 20 pontot, az nyeri a labdamentet. A következő menetet a másik csapat kezdi. Összesítésben az a csapat győz, amelyik több labdamentet nyert meg. Egyenlő játszmagyőzelem esetén a pontarány dönthet.

- A játékosok legfeljebb 3 másodpercig tarthatják kézben a labdát.
- A lépésszabályra vonatkozóan a kézilabda- (3 lépés) vagy a kosárlabda-játékszabályt (sarkazó lépés és kétütemű megállás mozgás közbeni labdaátvételkor) vehetjük figyelembe.
- Képzettebb játékcsoportokban az (egyszeri) labdavezetés megengedhető.
- A határvonalon túljutott labda játékba hozatalakor (bedobáskor) történő első átadás nem számít pontnak.
- Kerülni kell a test test elleni küzdelmet, a lökést, az ellenfél játékosát mozgásában akadályozni.
- Szabálysértés esetén az ellenfél hozza játékba a labdát, szabaddobással (kézilabda) vagy oldalbedobással (kosárlabda).



20. ábra: Pontszerző

A pontszámlálásra vonatkozó szabályok:

- Általában úgy történhet, hogy az ellenféltől visszaszerzett labda esetén a már elért pontszámtól folytatólagosan kell számolni.
- Ha az ellenféltől visszaszerzi a csapat a labdát, előlről kezdik a számolást.
- Hat tiszta (az ellenfél nem ért labdához) adogatás egy pont. Minden pont után a pontot szerző csapatnak át kell adni a labdát az ellenfél játékosának.

A Pontszerző játék kulcsszerepet tölt be a taktikus cselekvőkészség kialakításában, illetve a sportjátékok előkészítésében. A támadó és védő taktikai elemek begyakorlására is kiválóan alkalmas, pl. „Add és fuss!”, „Üres helyre passzolgj!” elvei a támadásban. Emberfogásos védekezés esetén körvonalazható a taktika, annak ellenére, hogy a támadásnak itt nincs kifejezett térbeli iránya. A sportjátékok néhány technikai eleme (pl. átadási formák, szabályhoz kötött lépésforma, sarkazás) és általános szabályai (szabaddobás, bedobás, szabályos védekezés stb.) begyakorolhatók.

241. Kétudvaros pontszerző

11–14	dob	elk	fut	kmf	lvk
-------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen. Teremben, szabadban egyaránt alkalmazható. A játékosok csak a számukra meghatározott térfélen tartózkodnak. A csapatok fele-fele arányban helyezkednek el a két térfélen. A labdát a másik térfélen lévő csapattársnak kell továbbítani, ez jelenti az érvényes pontot. Könnyebb változat szerint a játékosok saját térfelükön tartózkodó társuknak is adhatják a labdát, ez viszont nem jelent pontot, sőt korlátozhatjuk az azonos térfélen való átadások számát is. A játék meghatározott pontszám eléréséig tart, amelyik csapatnak sikerült, az győz. Olyan szabállyal is lehet játszani, amely szerint minden alkalommal a másik térfélre kell passzolni. A játéktér hosszában is kettéválasztható egy hosszanti középvonallal. Ez esetben gyorsabb és nagyobb kiterjedésű oldalirányú mozgásra vannak készítve a játékosok.

242. Négyudvaros pontszerző

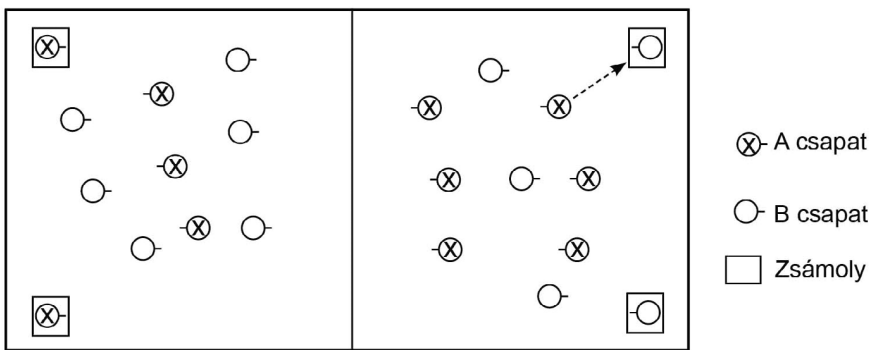
12–14	dob	elk	kmf	lvk
-------	-----	-----	-----	-----

Nagy létszám esetén a kb. 12 x 30 m-es játéktér négy udvarra osztjuk fel. Az udvarok számozása (balról jobbra történik) szerint az 1. és 3. udvarba az „A” csapat játékosai megosztva kerülnek, a 2. és a 4. udvarba a „B” csapaté. A térfelék udvarainak mérete eltérhet egymástól, ebben az esetben a játékosokat az udvarok méretei szerint, arányosan kell elosztani. Ha a csapat tagjai – egymás közt – az egyik mezőnyből a másik mezőnybe dobott labdát röptében elkapják, egy pontot kapnak. A másik csapat igyekszik megszerezni, s ők próbálnak térfélközi átadást végrehajtani. Az a csapat győz, amelyik adott idő alatt több pontot szerez, vagy a meghatározott pontszámot elérte.

- Az udvarokat elválasztó osztóvonalat átlépni tilos. Ha ez történik, a másik csapat kapja a labdát.
- A labdát onnan kell játékba hozni, ahol az oldalvonalon vagy alapvonalon túljutott.
- A csapat csak akkor kaphat pontot, ha a labdát akkor kapják el röptében, amikor azt a másik udvarból dobják.
- A labdát csak érintőmagasságban szabad dobni (más esetben az ellenfél kapja a labdát).

243. Saroklabda

10-13	dob	elk	fut	kmf	lvk
-------	-----	-----	-----	-----	-----



21. ábra: Saroklabda

Két csapat játsza egymás ellen egy kb. 10 x 20 m vagy ennél nagyobb játéktéren. A pálya négy sarkában egy-egy zsámoly, mindegyik előtt, a játéktér felé egy kb. 1,5 m sugarú negyedkörívvel. A köríven belül a zsámolyon álló játékos kivételével senki sem tartózkodhat. A két csapat (szalagos és szalagtalan) játékosai egy-egy térfelén helyezkednek el. A szalagosok térfelén lévő zsámolyokra egy-egy szalagtalan, a szalagtalan csapat térfelén lévő zsámolyokra pedig egy-egy szalagos csapatbeli játékos áll. A csapatok célja az, hogy mezőnyjátékosaik eljuttassák zsámolyon álló társaiknak a labdát. Ha a zsámolyon álló játékos a labdát elkapta, csapata egy pontot kap. A labdát birtokló (támadó) csapat tagjai egymás között passzolgatva közelítik meg zsámolyon álló társaikat, keresve az alkalmat, hogy melyiküknek dobhassák a labdát. Az ellenfél játékosai ugyanakkor igyekeznek megakadályozni az adogatást, és megszerezni a labdát, ez

esetben ők támadnak. Ha gólt kap egy csapat, a saját alapvonaluktól hozzák játékba a labdát. Az a csapat győz, amelyik a játékidő alatt több pontot szerzett. A játékidőt mindig előre meg kell állapítani.

- A zámolyon álló játékos nem léphet le a zámolyról. Ha a labda megszerzése közben a zámolyról lelép, a pont nem érvényes, és az ellenfél kapja meg a labdát, amelyet az alapvonalról hoz játékba.
- A zámoly (negyedkörívvel határolt) előterébe sem támadónak, sem védőnek belépni nem szabad.
- A zámolyelőtér nagysága eltérhet a jelzett mérettől. Ha a labda elhagyta a játékeret, a vétlen csapat hozza játékba oldalbedobással, arról a helyről, ahol kiment.
- A lépésszabályokról célszerű külön intézkedni, a játékosok előképzettségének és a képzési szándéknak megfelelően.
- Egyszeri labdavezetés lehetséges.
- Szabálysértés esetén a vétlen csapat hozza játékba a labdát szabaddobással (kézilabda) vagy oldalbedobással (kosárlabda).

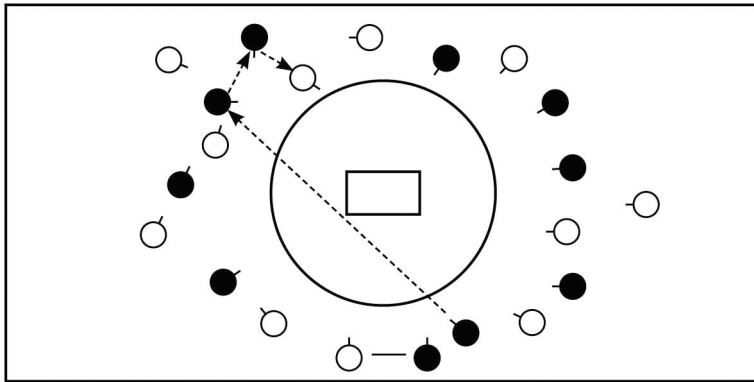
A szabályokat tovább lehet pontosítani, a pedagógiai szándékoknak és a sportjátékbeli alkalmazásoknak megfelelően. A zámolyelőtér nagyságának változtatása mellett pl. olyan szabályt is alkalmazhatunk, amely szerint a védő vagy éppen a támadó térfélen csak meghatározott számú átadást lehet végrehajtani.

244. Zámolylabda

10–14	dob	elk	fut	kmf	lvk
-------	-----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen, egy kb. 10 x 20 m-es vagy annál nagyobb játéktéren. Célszerű a középvonalat is megjelölni. Mindkét térfélen, az alapvonalakhoz közel egy-egy kb. 3 m sugarú kört rajzolunk. A körök középpontjába egy-egy felfordított zámolyt helyezünk. A körvonalaktól 1-1 m távolságra, a középvonal felé eső oldalon, 1 m-es vonallal jelöljük a büntetődobások helyét. A kezdő csapat játékosai egymásnak adogatva a labdát, igyekeznek az ellenfél zámolyát megközelíteni, hogy abba bedobják a labdát. A védők ezt megpróbálják megakadályozni, s ha megszerzik a labdát, ők próbálnak támadni. Ha az egyik csapat pontot szerez, a másik középkezddel hozza játékba a labdát. Győz az a csapat, amelyik a játékidő alatt több pontot szerzett.

- Gólnak számít az a dobás, amelyik a zsámolyba esik, és alul lévő lapját érinti. A gólt akkor is meg lehet ítélni, ha a labda nem marad a zsámolyban.
- A zsámoly köré rajzolt körbe sem támadó, sem védő játékos nem léphet be, sőt a körvonalat sem érinthetik.
 - a) Ha támadó követi el: szabaddobás „kifelé” (a védő csapat javára), a szabálysértés helyéről.
 - b) Ha védő követi el, „enyhébb” esetben a támadó csapat a szabálysértéssel egy magasságban az oldalonról hajt végre bedobást. Ha gólhelyzetben történt az eset, vagy ismétlődik a szabálysértés, büntetőt kell ítélni.



22. ábra: Zsámolylabda

- Büntetődobást lehet még ítélni a gólhelyzetben elkövetett súlyos és ismétlődő szabálytalanságerő.
- A büntetődobást a körtől kb. 3 m-ről dobják. Büntetődobáskor a labda útjába senki sem állhat.
- A labdával való játék szabályai közül inkább a kézilabda szabályait vegyük figyelembe (3 lépés, 3 másodperc, egyszeri labdavezetés).
- A zsámoly előterébe bevetődni, bedőlni, beugrani tilos.

245. Vonalfutball

9–12	lv	elk	fut	kmf	gyg
------	----	-----	-----	-----	-----

Két csapat játszik egymás ellen teremben vagy szabadban egy kb. 10 x 20 m-es vagy ennél nagyobb játéktéren. Az alapvonalaktól 1 m távolságra, azokkal párhuzamosan egy-egy kapuelőter-vonalat húzunk. Ebben a sávban helyezkedik el

a csapatok fele. Ők a vonalkapusok, akik a pálya szélességében ügyelnek arra, hogy a labda ne jusson túl az alapvonalukon. A csapatok másik fele (mezőnyjátékosok) labdarúgó-mérkőzést játszanak. Meghatározott időközönként (2-3 vagy 5 perc) – de félidőben mindenképpen – a csapatrészek szerepet cserélnek. A játékidő 2 x 10 vagy 15 perc, félidőben kapucserével. A vonalkapusok mezőnyjátékosok lesznek, a mezőnyjátékosok vonalkapusként játszanak tovább. Az a csapat győz, amelyik a játékidő alatt több gólt szerzett.

- A gól derék- vagy vállmagasságig érvényes, ha a labda túljutott az alapvonalon.
- A vonalkapusok a kapuelőtér-vonalat nem léphetik át, kézzel nem érinthetik a labdát. Ha megszegik ezt a szabályt, gólt kell ítélni.
- A gólt kapó csapat középkezdéssel hozza játékba a labdát.

Tornateremben az optimális csapatlétszám 6 vagy 8, szabadtéri pályán több is lehet. Célszerű az emberfogásos védőtaktika, kölcsönös emberfogással.

246. Pókfoci

9–12	lvi	kmf	mak
------	-----	-----	-----



Két csapat játszik egymás ellen szabadban vagy tornatermi játéktéren. Az egyik csapat jelzőszalagot visel. A játék futball-labdával is folyhat, de célszerűbb könnyebb, jól pattanó gumilabdát alkalmazni. Mint a labdarúgópályán, itt is van felezővonal és két kapu. A kapu 1,5 m széles, 1 m magas, előtte egy 3 m

sugarú kapuelőtér-vonal van. A játékosok saját térfelükön, csípőben hajlított hátsó fekvőtámaszban, szétszórta helyezkednek el. A kijelölt kapus ugyanilyen testhelyzetben vagy ülésben van a kapu előtti térben.

A játék az egyik csapat középkezdésével indul. A játék folyamán a játékosok a labdát lábbal és fejjel továbbíthatják, s csak hátsó fekvőtámaszban változtathatják helyüket (pókjárás). Ebben a helyzetben kell lenniük akkor is, amikor a labdát továbbítják, vagy kapura rúgják. Győz az a csapat, amelyik a játékidő alatt (2 x 5 vagy 10 perc) több gólt szerez.

- A mezőnyjátékosok kézzel nem érinthetik a labdát. A labda továbbításakor és kapura rúgásakor legalább az egyik kéznek a talajon kell lennie. A kapuelőtér vonalán nem léphetnek be.
- A kapus a kapuelőteren belül kézzel is védhet, és testhelyzete ülés is lehet. Elhagyhatja a kapuelőteret, de ekkor csak a mezőnyjátékosokra vonatkozó szabályok szerint játszhat.
- Teremben a falról visszapatannó labda játékban marad. Nincs bedobás, kirúgás, sarokrúgás.
- Gól után középkezdéssel folytatódik a játék. Minden szabálysértésért szabadrúgás jár a másik csapat javára.

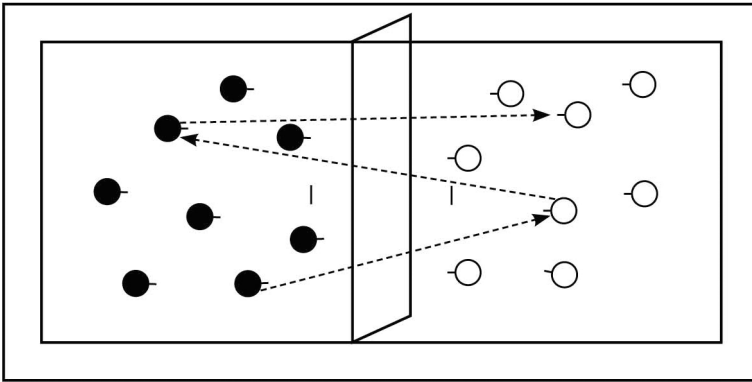
247. Páros foci

12–15	lv	fut	kmf	gyg
-------	----	-----	-----	-----

Két csapat játssza egymás ellen, két kapura, egy kb. kézilabdapálya méretű területen. A kapuk nagysága a csapatok képessége, létszáma és a pálya nagysága szerint határozható meg, általában 2-3 m széles és 1,5 m magas lehet. A csapatok tagjai párokat alkotnak, és megfogják egymás kezét. Egy csapat kb. 4-6 párból áll, kapus nincs. A labdával való játék a labdarúgás szabályai szerint történik.

- A párok a kézfogást nem engedhetik el. Menet közben megcserélhetik a kézfogást, de úgy, hogy közben nem engedik el egymást, azaz lesz egy pillanat, amikor mindkét kezüket fogják.
- Ha elszakad a kézfogás, szabadrúgás jár a másik csapat javára.
- Bizonyos idő után a csapatok megváltoztathatják a párosztatást.
- Olyan szabály szerint is lehet játszani, hogy a párválasztás időközönként kötelező.

Két csapat játsza egymás ellen egy röplabda- vagy ahhoz hasonló méretű vagy nagyobb pályán. A hálót zsinór is helyettesítheti, amelyet kb. 2 m magasságban a középvonal fölött feszítenek ki. Ideális a 6 fős csapatlétszám, de nagyobb pályán lehet több is. A labdát dobással juttatják a másik térfélre, s a csapatoknak az a céljuk, hogy ott talajt érjen. A játék menete más vonatkozásban is hasonlít a röplabdázáshoz, a pontszámítás ugyanaz. Az egyes játékmeneteket meg kell nyitni, ami azt jelenti, hogy az egyik csapat játékosai a saját térfélén lévő kezdővonal mögül (a hálóval párhuzamosan, attól 3 m-re húzott vonal) a másik csapat térfelére dobja a labdát a hálón át. A továbbiakban a játékosoknak el kell kapniuk az átérkező labdát, majd ismét úgy dobják vissza, hogy azt az ellenfél lehetőleg ne tudja megfogni, a labda a térfél határvonalain belül érintse a talajt.



23. ábra: Zsinórlabda

- Pontot kap a csapat, ha ellenfele térfelén talajt ér a labda, vagy ha az ellenfél játékosainak érintése során ér talajt, a pályán belül vagy kívül.
- Hibázik egy csapat, ha labdája a háló (zsinór) alatt megy át a másik térfélre, vagy a határvonalakon túl ér talajra.
- A labdát a játékosok megfoghatják, majd dobhatják. A zsinórlabdajáték oktatásánál és alkalmazásánál több fokozatot alkalmazhatunk.
- A labdát csak a meghatározott dobásmódokkal (egykezes, kétkezes felső, kétkezes alsó stb.) lehet továbbítani.

- A játékosok saját térfélen társaiknak is passzolhatják a labdát. Célszerű a térfelenkénti 3 érintést meghatározni.
- Az átdobást arról a helyről kell végrehajtani, ahol a labda megfogása történt. Tilos az előrefutás, a felugrás.
- Beosztható, hogy a nyitást mindig más végezze.
- Fokozatosan bevezethető a forgás szabálya.

Győz az a csapat, amelyik a 2 x 10 perces játékidő alatt több pontot szerzett, illetve a meghatározott pontig menő két játszmát megnyert.

A háló (zsinór) magassága változtatható. A röplabdás képzés állomásaként előírható a röplabdaérintés. Ennek többféle módja lehetséges, pl. térfelenként legalább egyszer röplabdaérintést kell végrehajtani.

249. Kosárpóló

9-13	dob	ütl	kmf	lvk
------	-----	-----	-----	-----

Két 6–8 fős csapat játssza egymás ellen, egy kb. 12 x 20 m-es területen. Minden játékos kezében egy-egy kosárlabda. A kézben tartott labda a játékban lévő röplabda elütésére, ütögetésére szolgál, melyet az ellenfél kosárlabdapalánkjára vagy kosárgyűrűjébe kell juttatni. Egyszerűbb esetben a kosár lehet pl. egy kb. 1 m magasra elhelyezett és felfordított ugrószekrény felső része. A palánkot, szekrényt érintő labda is gólnak számít, 1 pontot ér. A gyűrűbe, szekrénybe eső labda 3 pontot érhet. Az egyik csapat a pálya meghatározott helyéről hozza játékba a labdát. A másik csapat tagjai ülve figyelik az eseményeket. A játékosok – saját labdájukkal – egymásnak ütik a röplabdát, megközelítve az ellenfél kosarát, szekrényét, majd megpróbálják palánkra, kosárra, szekrényre ütni.

- A támadó csapat elveszíti a labdát, ha az ütögetett labda elhagyja a játéktérrel, ha a labda a megengedettnél többször pattan a földre, vagy ha sikertelen volt a palánkra, kosárra ütés.
- Előbbi esetekben az ellenfél kerül játékba, ő támad, s meghatározott helyről folytatja a játékot.
- Gól után is az a csapat következik, amelyik a gólt kapta.
- Az ellenfél nem akadályozhatja a támadást.
- A kijelölt büntetőterületen (nagyjából a kosárlabda „trapéznek” megfelelő részen) belül nem lehetnek.
- Meghatározható, hogy egy játékos egymás után hányszor érintheti a labdát, s hányszor pattanhat a földre.

250. Kézipóló

9-13	dob	ütl	kmf	lvk
------	-----	-----	-----	-----

A kosárpólóhoz hasonlóan kell játszani, csak itt a két alapvonalra elhelyezett kapuba kell ütni a labdát. Ebben a játékban is a labdát egymásnak ütögetve folyik a támadás az ellenfél kapuja felé. A kapu ne legyen nagy, legfeljebb 2 x 2 m.

Célszerű 3-4 m sugarú körívet rajzolni a kapu elé, melyen belül senki nem tartózkodhat, és csak azon kívülről lehet érvényes gólt ütni.

- Ha a labda elhagyja a játékteret, az ellenfél hozza játékba, s ő támad.
- Gól után az a csapat következik, amelyik a gólt kapta.
- Az ellenfél játékosai 1 m-nél közelebb nem helyezkedhetnek a támadóktól, de fedezhetik kapujukat.

251. Kosárfoci

9-13	dob	ütl	kmf	lvk	lvi
------	-----	-----	-----	-----	-----

Két, 6-7 főből álló csapat játssza egymás ellen egy kb. 12 x 25 m-es vagy ennél nagyobb területen. A csapatok a labdarúgás szabályai szerint játszanak, „fociznak” egymás ellen, egy futball-labdával. Az a céljuk, hogy a focilabdát az ellenfél gólvonalán (az ellenfél alapvonalának középső, kb. 6 m széles részén) rúgással átjuttassák. Az a csapat győz, amelyik több gólt rúg. Közben minden játékosnál egy kosárlabda van, amelyet a játék folyamán folyamatosan kell vezetniük kézzel.

- Ha valamelyik játékos nem vezet folyamatosan a labdáját kézzel, a másik csapat javára szabadrúgás jár.
- Ismételt szabálysértésért szigorúbb ítélet hozható, pl. szabadrúgás veszélyesebb területről.
- Az ítéletkor elhangzó sípszó után a játékosok megfoghatják a labdát.
- A játék megindítását jelző sípszóra el kell kezdeni a labdavezetést.
- A focilabda csak gurulva haladhat, passzolni is csak így lehet.

4. SOR- ÉS VÁLTÓVERSENYEK

A sor- és váltóversenyek a motoros cselekvéses játékoknak egy sajátos csoportját képezik. Nem csupán a gyermeki fejlődés egy bizonyos szakaszára jellemzők, hanem a szabályjátékok időszakától egészen a teljesítményjátékokig jelen vannak, s megmaradnak az érdeklődés középpontjában.

Az 5 éves ugyanolyan lelkesedéssel játszik sor- és váltóversenyt, mint mondjuk a felnőtt. Magyarázata – röviden – az lehet, hogy a különböző korosztályúak más-más szempontok, beállítódás és szemléletmód szerint élik át ezeket a játékversenyekeket. Sok játékbeli tényező együttesen határozza meg, hogy egy sor-, illetve váltóverseny adott helyzetben milyen fejlődési szintűnek tekinthető.

Rendkívül változatos és izgalmas voltuk miatt minden korosztályban közkedveltek. A feladatok és variációk száma végtelen. A közösségi érzés és magatartás, a győzelem különböző minőségű élménye mindig megújuló sikert jelent. A játék megvalósulása során érthető meg igazán kisebbeknél a szabály-, majd a feladatjátékszint, nagyobbaknál, 5–6. osztályosoknál a teljesítményorientált tartalom és attitűd.

4.1. SORVERSENYEK

Jellegzetességük, hogy az egy csapatot alkotó sor tagjai egyszerre végzik a versenyfeladatot.

Formák:

1. *Sorverseny tárgykerüléssel* (egyszer, kétszer), oda-vissza futással, különböző helyváltoztatással (szökdelés, kúszás, mászás, átbújás, gyaloglás stb.).
2. *Sorverseny egymás után futással* (az oszlop utolsó tagja a sor mellett előre-fut, beáll a sor elejére, rögtön követi őt az előtte lévő stb.).
3. *Sorverseny sorkerüléssel* (az oszlop elejéről hátrafelé, hátulról vissza, szökdelve a sor mellett stb.).
4. *Sorversenyek átbújással (alagút)* (terpesz alatt nyolcas átbújással vonalban, térdelőtámasz alatt, fekvőtámasz alatt, hátsó fekvőtámasz alatt stb.).
5. *Átfutó oszlop (vonal)*.
6. *Sorverseny megosztott sorokban*, átfutással egyszerre (helycsere).
7. *Sorverseny szemben lévő oszlop megkerülésével*.
8. *Sorversenyek körpályán*.
9. *Labdaadogató sorversenyek* (egyes vonalban, kettes vonalban, körben, félkörben adogatóval, oszlopban).
10. *Célabdobó sorversenyek függőleges célra, vízszintes célra, szemben álló sorokban, körben: mozgó célra*.
11. *Távolbadobó versenyek* (vonalban, oszlopban).

4.2. VÁLTÓVERSENYEK

Váltóversenyek során a csapat tagjai egymás után, egymást váltva hajtják végre a feladatot.

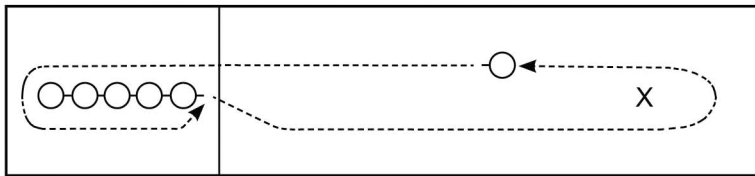
Formák:

1. Tárgykerülő váltók.



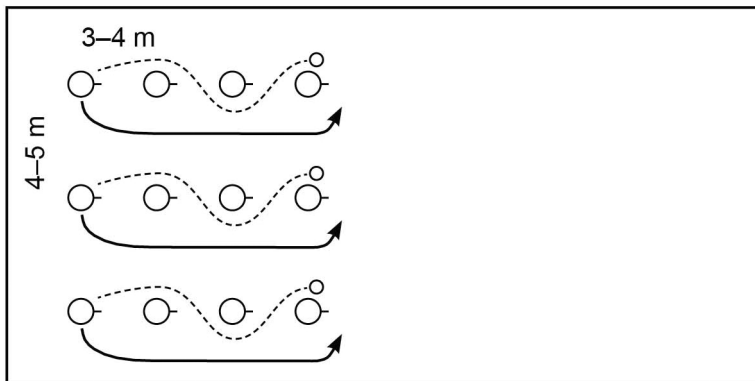
24. ábra: Tárgykerülő váltó

2. Átfutó váltók megosztott sorokban egymás után, egyszerre.
3. Sorkerülő váltók (átfutással megosztott sorokban, tárgykerüléssel egy oszlopban, tárgy- és sorkerüléssel: repülő váltással, saját sor kerülésével, csapatonként külön körben, küllőváltó, küllőváltó repülő váltással).



25. ábra: Tárgy- és sorkerülő váltó

4. Labdaadogató váltók (vonalban, oszlopban).



26. ábra: Labdaadogató váltó

5. *Labdadobó váltók* (vonásban, megosztott sorokban, oszlopban adogatóval, guggoló váltó, félkörben adogatóval, körben adogatóval).
6. *Többes váltó* (Olyan váltóversenyek, ahol csapatonként egyszerre többen versenyeznek.) Ha a csapatok létszáma kb. 10-nél több, és kellő nagyságú terület áll rendelkezésre, 3, esetleg 4 fő is versenyezhet egyszerre csapatonként. A játék kezdetén ez esetben úgy indítsuk a játékosokat, hogy a „versenyáv” egyharmadának vagy egynegyedének megtétele után mehessen a következő. A verseny kezdetén elindítjuk a sorelsőket, majd bizonyos távolság megtétele után (tárgykerülő váltó esetén), ha elérték a kerüendő tárgyat, elindítjuk a következő versenyzőt. Ezután a váltás folyamatosan történik. Az első a harmadik váltja, a másodikat a negyedik és így tovább. Egyszerre ketten versenyeznek, rendszerint egymással szemben közlekednek.
 - Balra forduló tárgykerülés esetén jobbkez-, jobbra forduló kerülés esetén balkéz-szabály érvényesül a közlekedésben.
 - Egy versenyző megelőzheti az előtte lévő, a váltás ennek megfelelően folyamatosan történik.
 - A váltás módját pontosan végre kell hajtani.
A váltótárgy – ha van, pl. labda – mozgatásáról, eljuttatásáról a játék befejezését illetően külön intézkedni kell.
7. *Váltójátékok kombinált feladatokkal* (futó- és labdavezető váltó: labdagurítással, labdahordozással, futó- és dobóváltó, Burgonyaültetés, lovas váltó, zsákhordás, talicskázás, Pincérváltó, öltöző-vetkőző váltó, Ne lépj a vízbe!, építőváltó).

5. JÁTÉKOK VÍZBEN

Ahogy a játékokat, úgy a vízi játékokat is számos szempont szerint tudjuk csoportosítani. Gondolunk itt a didaktikai feladatok, funkciók, résztvevők létszáma, életkora vagy éppen a tudása alapján. Továbbá megszerezhetjük a felhasználandó eszközök vagy éppen a víz mélysége alapján is. A jegyzet terjedelmi korlátai miatt csak pár olyan játékot említünk meg, amelyek a vízhez szoktatás során használhatóak fel. Ezek olyan játékok, játékos feladatok, amelyek segítségével a diákok megismerkedhetnek a víz sajátosságaival, megtanulhatnak otthonosan mozogni a vízben, és segít leküzdeniük az arc vízzel való érintkezésének a félelmét.

252. Vízi testnevelésóra

A testnevelésóra bevezető részében alkalmazott mozgásformák felhasználása a vízi közeg megismerésére. Séta, majd futás a medence egyik oldalától a másikig. Jelzésre különböző irányváltoztatások. Végeztethetünk séta és futás közbeni gyakorlatokat eszköz nélkül (pl. karkörzés) és eszközökkel (pl. eszközök fogása, tolása, dobása). Szökdeléseket, ugrásokat is kérhetünk a gyerekektől.

253. Tisztálkodási játék

Ennél a játéknál az a lényeg, hogy víz érje az arcot. „Képzeld el, hogy felkeltünk, és a fürdőszobában megmossuk az arcunkat. Ki, hogyan szokta megmosni? Ha készen vagyunk, mossuk meg a felsőtestünket is. „Gondold azt, hogy a zuhanyzó alatt állsz. Vegyél a kezébe egy kis vizet és fentről öntsd magadra.” Segíthetünk úgy, hogy a kezünkbe vett vízzel, műanyag pohárból vagy akár úszósapkából a gyerek fejére öntjük a vizet, figyelve arra, hogy ne meglepetésszerűen történjen.

254. Esőjáték

Minden gyerek merjen a tenyerébe egy kis vizet, és dobja fel a levegőbe maga fölé. Ezt a pedagógus is elvégezheti, figyelve arra, hogy ne az arcába kerüljön a víz, hanem a feje fölé.

255. Labdaterelés vízben

A tanulókat a medence széléhez állítjuk, és mindenkinek adunk egy labdát. Terelgessék a labdát fejjel, orral úgy, hogy a fejük vízbe érjen. Ki az, aki a leghamarabb tereli át a labdát a medence egyik partjáról a másik partjáiig?

256. Labdaátadás párokban

A tanulókat párokba állítjuk, és különböző labdaátadásokat végeztetünk (fejjel, víz alól kilökve) velük.

257. Rakétakilövés

Szétszórt alakzatba helyezkednek el a tanulók. Minden gyereknél van egy deszka, amit magukhoz ölelnek, és leguggolnak a víz alá, majd visszszámolás után kiugranak a vízből, mint a rakéta.

258. Bújás karikába

A tanulóknak séta közben (maguktól vagy jelre) át kell bújniuk a karikán úgy, hogy nem érhetnek hozzá kézzel. Fokozhatjuk a játékos jelleget, ha azt mondjuk a gyerekeknek, hogy „Jön a cápa, bújj a karikába! Ott nem kaphat be!”.

259. Alagútbújás

A tanulók párokban egymással szemben állnak fel úgy, hogy az egyik terpeszállásban áll a vízben, a másik tanuló pedig lemerül a víz alá, és átbújik a társ lába között. „Vízi alagút!”

260. Kincskeresés / Gyöngyhalász

A gyerekek kiülnek a medence szélére, addig a pedagógus különböző kincseket (vízbe merülő tárgyak, játékfigurák stb.) helyez a medence aljára. Jelre kezdődhet a kincsek gyűjtése. Az lesz a győztes, aki több kincset tudott összegyűjteni.

261. Papucskeresés

A tanulókat létszámtól függően kis körben, csoportokat (egy vagy több) létrehozva helyezzük el úgy, hogy egy tanuló a kör közepén foglaljon helyet. A középen lévő tanuló becsukja a szemét, amíg a körben lévő társai közül egyvalaki felveszi a papucsot. Ha ez megtörtént, akkor kinyithatja a szemét a középen álló tanuló, és a víz alá merülve keresse meg, hogy ki vette fel a papucsot. Ha eltalálta, akkor helycsere azzal a tanulóval, aki a papucsot viselte.

262. Számfelismerés

A tanulókat párokba állítjuk. A pár egyik tagja a víz alatt mutat egy számot, amit a társnak a víz alá bújva meg kell nézni. Ha kitalálta a számot, akkor szerepet cserélnek.

263. Deszkaszerző

Párokat alakítunk, s minden pár kap egy-egy deszkát. A pár egyik tagja rááll a deszkára, a társ lemerül a víz alá, és megpróbálja azt kihúzni a lába alól. Ha nem tud ráállni a deszkára, akkor teheti a bokája vagy a combja közé.

264. Pingponglabdafújó verseny

A tanulókat a medence szélén, egymástól kartávolságra helyezük el. Minden tanulónál legyen egy pingponglabda (vagy valami könnyű labda, eszköz). Jelre folyamatos fújással minél hamarabb át kell juttatni a labdát/eszközt a medence egyik partjáról a másikra.

265. Motorcsónakverseny

A tanulók szétszórta helyezkednek el a medencében. Minden tanuló motorcsónak, és a szájuk a motorcsónak motorja. Jelre szabadon mozogva sétálnak/ futnak a medencében és versenyeznek, hogy kinek a motorja berreg a leghangosabban.

266. Hajócsata

4-5 fős csoportokat alakítunk ki, akik körben állnak. A kör közepén kis könnyű kupakot vagy labdát helyezünk el. Jelre mindenki egyszerre elkezd fújni a tárgyat úgy, hogy tőle minél távolabb kerüljön. Az nyer, akihez nem került közel a tárgy.

267. Hajócsata – karikával

A játék annyiban különbözik az előzőtől, hogy a labdát közepén egy hulahoppkarikába tesszük. Jelre indul a fújás, figyelve arra, hogy senki nem érhet a karikához és a labdához sem. Cél, hogy a labda minél távolabb kerüljön tőlünk, és lehetőleg megérintse a karikát a társ előtt.

268. Tűz, víz, repülő

A tanulókat szétszórta alakzatba állítjuk. Tűznél le kell merülniük a víz alá, víznél ki kell mászniuk a partra, repülőnél pedig fedezékbe kell bújniuk valamilyen víz tetején lebegő eszköz (pl. deszka) alá.

269. Tornaelemek a vízben, víz alatt

A testnevelésórán tanult tornaelem gyakorlása vízben. Mérlegállás, gurulóátfordulás előre/hátra. Versenyszerűen a kézállást is lehet gyakoroltatni.

270. Labdagyűjtő

A tanulókat két csapatra osztjuk, és kiültetjük őket a medence szélére. A medencébe találomra labdákat dobunk be. Jelre a bedobott labdákért egyesével úsznak a két csapat játékosai. A következő akkor indul, amikor az előző partra ért a labdával. Győz az a csapat, amelyik több labdát gyűjtött.

271. Terpeszfogó

Kijelölünk egy fogót, aki üldözi a menekülőket. Akit megfogott, az terpeszben áll a vízben. A terpeszben álló játékosokat fel lehet szabadítani, ha a többi menekülő közül valaki átbújik a lábai között. Fontos meghatározni az átbújás irányát (pl. előlről hátra) a baleset elkerülése miatt.

6. ALTERNATÍV ÉS SZABADIDŐS JÁTÉKOK

Ebben a fejezetben olyan játékokat, játékos feladatokat gyűjtöttünk össze, amelyeket nemcsak testnevelésórán játszhatunk a gyerekekkel.

272. Három testrész

Előre meghatározott jelekre (pl. 1 taps: egy kéz – két láb; 2 taps: egy láb – egy térd – egy könyök) a tanulóknak a kijelölt három testrészükkel kell megérinteni a talajt, mialatt mozdulatlanul maradnak. A feladatot helyben futás, szökdelés vagy egyéb lassú helyváltoztató mozgás közben is végeztethetjük. A játékot nehezíthetjük vagy könnyíthetjük a testrészek számának növelésével, csökkentésével.

273. Alkossatok betűket/számokat!

A tanulók szabad vagy kötött mozgással haladnak a tornateremben, szabadban kijelölt területen. Jelre párokat vagy maximum háromfős csoportokat alkotva különböző, a tanár által bemutatott számot/betűt alakítanak ki a testükből. Nagyobb létszámú csoportok esetén akár szavakat (rövid) is kérhetünk a tanulóktól.

274. Számos csoportalakítás

A tanulók szabadon mozognak a tornateremben vagy a szabadban kijelölt területen. A tanító jelre (taps, sípszó) felmutat egy számot, amire a játékosoknak a felmutatott számnak megfelelő létszámban egymás kezét megfogva kört kell kialakítaniuk, lehetőleg minél rövidebb idő alatt. Fontos, hogy a játék során ne maradjon egyedül senki. Ezért ha a játék végén már nem alakulhat ki a megadott létszámú csoport, akkor kevesebb létszámú is elfogadható.

Változat: A két kéz által mutatott szám összege/különbsége/szorzata is adhatja a csoportok létszámát.

275. Létszámszabadító

Kijelölünk egy fogót, aki igyekszik minél több menekülőt megfogni egy kijelölt területen belül. A megfogott játékost fel lehet szabadítani úgy, ha egy meghatározott létszámú (pl. 3 fős) csoport kézfogással körbeállja. A szabadításban részt vevő játékosokat a fogónak nem szabad megfogni.

276. „Simon mondja”

A tanító vagy az egyik tanuló szemben áll a tanulókkal, és utasításokat mond (forduljatok jobbra, ugorjatok előre stb.), amit a tanulóknak el kell végezniük. Azonban a játékosok csak akkor hajthatják végre az utasítást, ha előtte elhangzott, hogy „Simon mondja” (a keresztnévet mindig az éppen játékvezető tanuló nevével kell helyettesíteni). Ha nem hangzott el, akkor mozdulatlanul kell maradni. Aki eltéveszti, az lesz az új játékvezető. Az lesz a játék nyertese, aki egyszer sem volt játékvezető.

277. Kapd el a botot!

A tanulók ülésben (5-6 fő) kört alakítanak. A kör közepén egy tanuló áll, és függőlegesen tart egy botot maga előtt (két keze a bot tetején). Szólít egy társat, és a botról felemeli a kezét. A szóított tanulóknak el kell kapnia a botot, mielőtt a bot földre érne. Ha elkapta, visszaülhet a helyére, ha nem, helyet cserél a kör közepén álló társával.

278. Számoljunk, gyerekek!

A tanulók nagy kört alkotnak (10–12 fős csapat), ahol mindenki mindenkit jól lát. A pedagógus kezdi a számolást, és az a cél, hogy 10-ig hiba nélkül számoljon el a csoport. Bárki folytathatja a számolást, de csak egy tanuló mondhatja a következő számot. Ha ketten akarják folytatni a számolást, akkor nem sikerült a játék, újra kell kezdeni. Hibának számít, ha 10 másodpercnél hosszabb ideig csend van.

279. Add tovább!

A tanulók kézfogással kört alakítanak (5–8 fős csapatok). Az egyik kézfogás két hulahoppkarikán keresztül történik. Az egyik karikat balra, a másikat jobbra kell körbeindítani, a kézfogás elengedése nélkül. Cél, hogy a két karika minél hamarabb újra találkozzon. Neheztésként kérhetünk a tanulóktól hátkört vagy akár azt, hogy minden második tanuló forduljon kifelé.

280. Fababa

A tanulók úgy alkotnak (8–12 fős csapatok) kört, hogy a válluk szorosan egymáshoz ér. Egy játékos beáll középre, fababának. Egyenes testtartással (megfeszített törzsizmazzal) dől neki a társainak, akik elkapják és továbbítják. Mivel ez egy bizalomjáték, megkérhetjük a középen lévő tanulót, hogy csukja be a szemét.

281. Bogozó

A tanulók nagy kört alakítanak ki, karjuk mellső középtartásban. Csukott szemmel elindulnak keresni egy-egy kézfogást. Amikor már egy „üres” kéz sincs, akkor kinyitják a szemüket, és a kézfogás elengedése nélkül megpróbálják kibogozni a csomót.

282. Pókháló

Páronként egy-egy kötélet két végét fogják a tanulók, akik csapattársaikkal együtt egy körben állnak, így a kör közepén a kötelek pókhálószerűen keresztezik egymást. A kötelek mozgásával kell fent tartani és guríztatni a labdát a pókhálón úgy, hogy ne essen le. A labda mérete alig legyen nagyobb, mint a pókháló lyukai. Neheztésként adhatunk mozgásos feladatot (leülés-felállás), vagy megkérhetjük a tanulókat, hogy a talajon (lábbal) egy másik labdát passzolgassanak egymásnak.

283. Utolsó, előrefuss!

A tanulók (10 fő csapatonként) szorosan felzárkóznak egymás mögött a futáshoz. A kijelölt pályán az oszlop utolsó tanulója a többiek mellett előrefut. Amint a sor elejére ért, tapssal (vagy egyéb jellel) indítja a következő, leghátul haladó diáktársát. A cél minél hamarabb visszaállítani az eredeti sorrendet. Ezt akkor lehet a leggyorsabban megvalósítani, ha a tanulók szorosan egymás mögött futnak, így megkönnyítve a hátulról előrefutók helyzetét. Színesíteni lehet a játékot úgy, hogy az elöl lévő tanuló futás közben gyakorlatot mutat be (pl. saroklendítés), amelyet az előrefutó tanulón kívül a többieknek is végre kell hajtani.

284. Lepedőlabda

A 3–8 fős csapat tagjai megfogják a (3 x 3 m méretű) lepedő egy-egy sarkát, és enyhén megfeszítik. A lepedő közepén elhelyezünk egy labdát, amelyet megpróbálnak a tanulók minél többször a levegőbe repíteni a lepedő segítségével. Cél lehet, hogy minél magasabbra juttassák a labdát a tanulók úgy, hogy amíg a levegőben van, addig ők különböző feladatokat tudnak végrehajtani (pl. taps a szomszédal). Növelhetjük a hangulatot, ha két labdát kell folyamatosan (felváltva vagy egyszerre) a levegőben tartani. A sikeres feladat-végrehajtás érdekében hívjuk fel a tanulók figyelmét, hogy a lepedőt egyszerre kell mozgatni összehangolt karmunkával.

285. Színes lepedőlabda

A lepedőt 4-5 különböző színre lefestjük. A csapat tagjainak a középén elhelyezett labdát az előre meghatározott színsorrendben kell továbbítani a lepedőn. Ha nem sikerül, akkor előlről kell kezdeni a feladatot. Nehezíthetjük a játékot úgy, hogy a tanító véletlenszerűen (amikor a lepedőre érkezik a labda, akkor már meg kell mondani a következő színt) irányítja a labdát. Továbbá színesíthetjük a feladat végrehajtását, ha a színek különböző pontokat érnek. Arra kell törekedni a tanulóknak, hogy az érintések pontszámainak összege egy előre meghatározott számmal legyen egyenlő, és 10–15 érintéssel el lehessen érni.

286. Frizbifogó

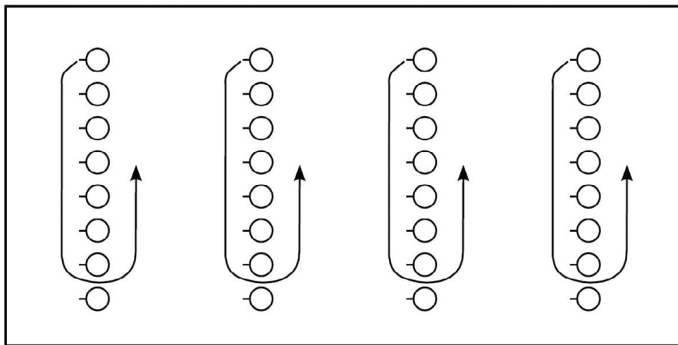
A fogó játékosoknál (2, 3 vagy több) frizbi van. Ők nem futhatnak koronggal a kezükben, csak sarkazhatnak. A fogók egymásnak passzolhatják a korongot. Csak az a fogó foghatja meg a menekülőt, akinél a korong van. Akit megfogtak, az beáll a fogók közé (vagy az őt megfogó tanulóval helyet cserél).

287. Kendős fogó

Párokat alkotunk, és kijelöljük a vezetőket és a látássérült szerepébe kerülő párjukat, akik megfogják a társuk vállát. Kijelöljük a fogópárost, és a látássérült kezébe adjuk a kendőt, és neki kell megérintenie az üldözötteket. Ha sikerült az érintés, akkor átadják a kendőt a megfogott párosnak, és menekülővé válnak. A játék során engedélyezhetjük a verbális kommunikációt, és ne felejtsük el a szerepcserét.

288. Füle-farka

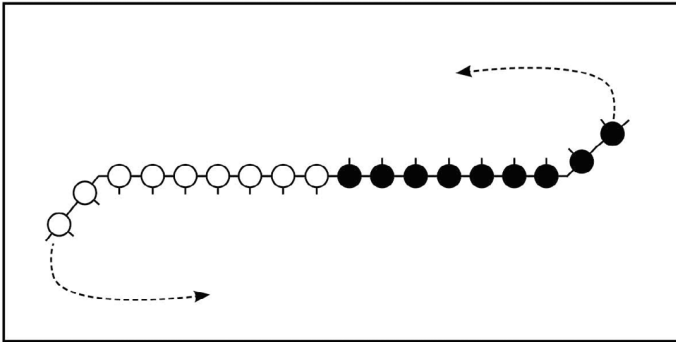
A csapatok (8–12 fős) vonalban kézfogással állnak, egymástól 4 m-es távolságra. A „füle” a sorok jobb-, a „farka” a sorok balszárnyát jelenti. Ha a tanító a „fület” szólítja, akkor a tanulók a jobbszárnyon álló tanulók vezetésével a sor előtt futnak a sor végéhez. Ott a sor kézfogása alatt áthaladva futnak vissza a sor elejére. Ha a tanító a „farkát” szólítja, akkor természetesen a „farka” indul, és teljesíti a feladatot. A „kapu”, a két utolsó tanuló, befelé fordulva követi a sor mozgását. Győztes az a sor, amelyik leggyorsabban áll vissza a helyére. Fontos, hogy futás közben a kézfogást nem szabad elengedni.



27. ábra: Füle-farka

289. Fogd meg a végét!

Az osztályt két csapatra osztjuk. A tanulók egysoros vonalban kézfogással állnak fel úgy, hogy a sor közepén elhelyezkedő tanulótól jobbra lévők arccal előre, míg a balra állók arccal ellentétes irányba álljanak fel. A középső tanuló helyben mozog, a többiek körülötte körben futnak, és a sor két végének a feladata, hogy a sor másik végét megfogja. Az a győztes csapat, amelyiknek a sor végén álló tanulója megfogja a másik sor végén álló tanulót. Futás közben a kézfogást nem szabad elengedni, mert ha igen, akkor azt a fordulót a másik csapat nyerte meg. Szintén vesztes az a sor, amelyik a középső tanulót a helyéről elhúzza.



28. ábra: Fogd meg a végét!

FOGALOMTÁR

Affektív: Érzékeny, külső hatásokra érzékeny.

Algoritmus: Az a folyamat, amikor egy probléma megoldása érdekében meghatározott lépések sorozatát hajtjuk végre.

Anticipáció: Elővételezésen alapuló döntés. (Az egyén mérlegeli a lehetséges megoldásokat, azok végrehajtási valószínűségét, illetve azt, hogy melyik megoldás a legkedvezőbb a játék/verseny sikeres folytatása szempontjából, majd meghozza a döntést.)

Attitűd: Beállítódás, viselkedési mód adott eseménnyel szemben.

Érték: Mindaz, ami számunkra valamilyen szempontból fontos, jelentős, lényeges.

Fogójáték: Azokat a játékokat nevezzük fogójátékoknak, ahol a fogó játékos feladata megérinteni a menekülő játékost. Az érintést követően többnyire szerepcseré történik.

Futójáték: Azoknak a játékoknak az elnevezése, ahol a tanulók futással oldják meg a feladatot.

Játék: A játék szerepe az ember életének kísérőjelensége, a személyiségfejlődés nélkülözhetetlen tényezője.

Képesség: Veszületett adottság és a környezeti hatások együttes felhasználásával szerzett tapasztalatok, amelyek egy meghatározott cselekvésre, teljesítményre való alkalmasságot mutatnak meg.

Készség: Csak a mozgás beindításához kell tudatos parancs, majd a mozgás automatizáltan megy végbe.

Kognitív: Megismerő, megismerésre vonatkozó.

Konstruál: Létrehoz valamit a saját képzelete alapján.

Konstruktív: Alkotó, építő.

Kultúra: Tapasztalatok, tevékenységek és normák rendszere, amelyek a közösséget összetartják, miközben a közösség tagjai a környezet kihívásaira reagál.

Legitimitás: Törvényes, szabályos.

Manipuláció: 1. Kézzelegéssel végzett művelet. 2. Mesterkedés, fondorlat.

Módszertan: Alkalmazási mód, amelyet egy cél elérése érdekében tudatosan felhasználunk, azaz eljárások és módszerek összessége egy adott szakterületen.

Preventív: Megelőző.

Sport: Elsősorban a versenyzéssel, a teljesítmény minél magasabb szintre emelésével jellemezhető.

Szabályjáték: Sok mindenben hasonlít az alkotójátékra, azonban lényegbeli különbség, hogy itt nem a művelet vagy a szerep dominál, hanem a feladat és a szabály.

Szerepjáték: A gyermek a játék során szerepeket vállal fel, amelyek leggyakrabban a felnőttek (apa, anya) tevékenységét tükrözi, vagy valamiféle hivatásbeli (katona, orvos) funkciót ölt magára.

Taktika: A célok elérésének a módját határozza meg.

Tanmenet: A tervszerű, folyamatos nevelő-oktató munkavégzést biztosító tanári dokumentum. Összekötő kapocs a testnevelési tanterv és az óratervezet között, biztosítva ezzel a tanítás, tanulás folyamatosságát, egymásra épülését.

Taxonómia: Görög szó, rendszert jelent, mégpedig egységes elvek alapján létrehozott rendezést.

Természetes mozgások: Ösztönös, velünk született, spontán megtanult kötetlen mozgásformák, amelyek az egész test izomcsoportjait igénybe veszik. Hatásuk változatos, sokoldalú, alkalmazásuk az alapvető mozgáskészségek kialakításában nagy jelentőséggel bír.

Testnevelés: A testkultúra intézményes formában történő művelésének legismertebb formája, iskolai tantárgy. A testi-lelki képességek szervezett, tudatos, kollektív formában történő fejlesztése nevelési feladatokba ágyazottan.

Testnevelési játék: Azok a mozgásos játékok, amelyeket az iskolai testnevelés didaktikai és nevelési feladatainak a megvalósítására használ fel a pedagógus.

ELMÉLETI FORRÁSOK

- BÍRÓNÉ NAGY EDIT (2004): *Sportpedagógia: Kézikönyv a testnevelés és sport pedagógiai kérdéseinek tanulmányozásához*. Dialóg Campus Kiadó, Budapest–Pécs.
- BURKA ENDRE (1972): *Játék és sport. A sport és testnevelés időszerű kérdései*. Sport Kiadó, Budapest.
- BURKA ENDRE (1973): *Játék és tanulás. A testnevelés tanítása 1973/4*.
- BURKA ENDRE (1977): *A testnevelés tanításának korszerűsítése (általános iskola, 1–4. osztály)*, OPI, Budapest.
- CLAUSS, GÜNTER–HIEBSCH, HANS. (1978): *Gyermekpszichológia*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- HEBB, DONALD OLDING (1975): *A pszichológia alapkérdései*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- JUSTNÉ KÉRY HEDVIG (1975): *Ősi és népi játékok élményfolyása és jelentőségük*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- KIRÁLY TIBOR szerk. (2001): *A testnevelés-tanítás módszertana tanítók részére*, Dialóg Campus kiadó, Budapest–Pécs.
- LEONTYEV, ALEKSZEJ NYIKOLAJEVICS. (1964): *A pszichikum fejlődésének problémái*. Kossuth Könyvkiadó, Budapest.
- LEWIN, KURT (1975): *Csoportdinamika*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
- MAKSZIN IMRE (2014): *A testnevelés elmélete és módszertana*. Dialóg Campus Kiadó, Budapest–Pécs.
- MÉREI FERENC (1985): *Lélektani napló II.: Az élménygondolkodás*. Művelődéskutató Intézet.
- MILLAR, SUSANNA (1973): *Játékpszichológia*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
- NAGY GYÖRGY (1978): *Testnevelés és tudomány*. Sport Kiadó, Budapest.
- NÁDASI LAJOS (1996): *Játék és tudomány. A mozgásos játékok elméleti és gyakorlati kérdései*. Kölcsey Ferenc Református Tanítóképző Főiskola, Debrecen.

PIAGET, JEAN (1978): *Szimbólumképzés a gyermekkorban*. Gondolat Kiadó, Budapest.

RANSCHBURG JENŐ–POPPER PÉTER (1978): *Személyiségünk titkai*. RTV-Minerva, Budapest.

RÉTSÁGI ERZSÉBET (2004): *A testnevelés tantárgy-pedagógiája*, Dialóg Campus Kiadó, Budapest–Pécs.

SZABÓ PÁL (1978): *A játéktól az iskoláig*. Kossuth Könyvkiadó, Budapest.

TUNYOGI ERZSÉBET (1990): *A gyógyító játék*. Pannon Könyvkiadó, Budapest.

JÁTÉKFORRÁSOK

- BÉLY MIKLÓS, JANISH GYULÁNÉ (1963): *Testnevelési játékok*. Sport, Budapest.
- BÍRÓ MELINDA, JUHÁSZ IMRE, SZÉLES-KOVÁCS GYULA, SZOMBATHY KÁLMÁN, CSÁNYI TAMÁS, KOVÁCS KATALIN, BORONYAI ZOLTÁN (2014): *Alternatív játékok a mindennapos testneveléshez, testmozgáshoz*. Magyar Diáksport Szövetség – Testnevelés Módszertani Könyvek.
- DETRE PÁL (1985): *Játék*, I. kötet. Tankönyvkiadó, Budapest.
- HAJDU GYULA (1971): *Magyar népi játékok gyűjteménye*. Sport Kiadó, Budapest.
- HAJDUNÉ LÁSZLÓ ZITA, SZENTGYÖRGVÁRYNÉ JUHÁSZ IVETT, TÓTH ÁKOS (2015): *Alternatív környezetben űzhető mozgásformák*. Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar, Sporttudományi és Testnevelési Intézet, Pécs.
- HORVÁTH ZOLTÁN (1999): *Játék és szabadidősport*. Berzsenyi Dániel Főiskola, Szombathely.
- JUSTNÉ KÉRY HÉDVIK (1975): *Ősi és népi játékok élményfolyása és jelentőségük*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- KIS JENŐ, KIS JENŐNÉ (1976): *De jó játék ez, gyerekek!* Tankönyvkiadó, Budapest.
- KISS ÁRON (2000): *Magyar gyermekjáték-gyűjtemény*. Holnap Kiadó, Budapest.
- LÁZÁR KATALIN (1997): *Népi játékok*. Jelenlévő múlt sorozat. Planétás Kiadó, Budapest.
- LUKÁCSY ANDRÁS (1977): *Népek játéka*. Móra Ferenc Könyvkiadó, Budapest.
- LUKÁCSY ANDRÁS (1988): *Játszd újra! A világ 100 alapjátéka*. Szerzői magánkiadás, Budapest.
- NÁDASI LAJOS (1996): *Játék és tudomány. A mozgásos játékok elméleti és gyakorlati kérdései*. Kölcsey Ferenc Református Tanítóképző Főiskola, Debrecen.
- PÁSZTORY ATTILA, RÁKOS ETELKA (1992): *Iskolai és népi játékok. Sportjátékok I.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.
- RAUCHMAUL, SIEGFRIED (1966): *100 kis játék*. Sport Kiadó, Budapest.
- VÁCZI PÉTER (2015): *Mozgásos játékok*. EKF Líceum Kiadó, Eger.
- VARGA PÉTERNÉ (1971): *Az iskolai testnevelés játéka*. Sport Kiadó, Budapest.

