

## Ενότητα: Παιχνίδια με μουσική

---

Ονομασία Παιχνιδιού: **"Ποιος είναι ο γυμναστής"** (αποτελεί παραλλαγή του παιχνιδιού "ποιος είναι ο μαέστρος")

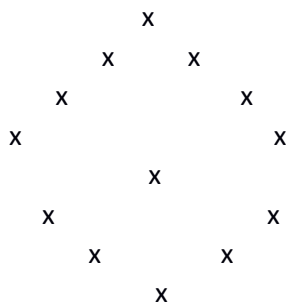
Υλικά: cd player

Τάξεις: από την Γ' δημοτικού και πάνω

### A. Περιγραφή-Οργάνωση

Οι μαθητές σχηματίζουν κύκλο και εκτελούν ταυτόχρονα γυμναστικές κινήσεις τύπου aerobic στον ρυθμό της μουσικής. Ένας από αυτούς έχει οριστεί από πριν μυστικά να είναι ο "γυμναστής". Αυτός ενώ εκτελεί μαζί με τους υπόλοιπους, σε τακτά διαστήματα αλλάζει το είδος της άσκησης. Ένας άλλος βρίσκεται στο κέντρο και προσπαθεί να μαντέψει ποιος είναι ο γυμναστής. Οι μαθητές βλέποντάς τον ακολουθούν κάνοντας την νέα άσκηση και προσπαθούν να μην αποκαλύψουν ποιος είναι ρίχνοντας κλεφτές ματιές. Όταν τον εντοπίσει ο μαθητής που είναι στο κέντρο ορίζεται πρώτα ένας άλλος μαθητής που θα μαντέψει και κατόπιν μυστικά ένας άλλος στον ρόλο του "γυμναστή".

### B. Σχήμα/Εικόνα:



### Γ. Στόχος παιχνιδιού:

- Να βοηθήσει στην βελτίωση της οπτικής αντίληψης, του κινητικού ελέγχου και της ρυθμικής ικανότητας.
- Να βελτιώσουν οι μαθητές την καρδιοαναπνευστική τους αντοχή.
- Να δώσει στον μαθητή που αναλαμβάνει τον ρόλο του "γυμναστή" την ευκαιρία να εκφραστεί δημιουργικά.

## Ενότητα: Παιχνίδια με μουσική

---

Ονομασία Παιχνιδιού: **Μπαλοκονηγητό με μουσική**

Υλικά: σημαδούρες κωνικές, μαλακή μπάλα, cd player

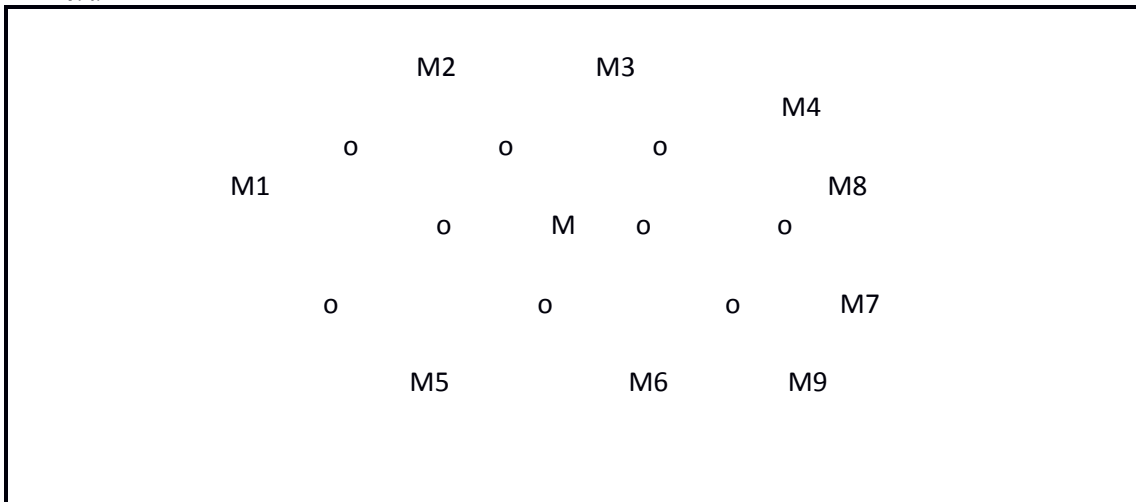
Τάξεις: Β' δημοτικού και άνω

### Α. Περιγραφή-Οργάνωση

Έχουμε διάσπαρτες τόσες κωνικές σημαδούρες μέσα στην αίθουσα όσοι είναι και οι μαθητές.

Οι μαθητές χορεύουν διασκορπισμένοι στο χώρο στον ρυθμό της μουσικής. Ένας από αυτούς κρατάει μια μαλακή μπάλα. Όταν σταματάει η μουσική οι μαθητές τρέχουν στο σημείο που βρίσκεται κάποιος κώνος για να προστατευτούν, ενώ ο μαθητής που έχει την μπάλα στοχεύει προσπαθώντας να πετύχει κάποιον. Όποιος προλάβει να φτάσει σε κάποιο κώνο δεν μπορεί να "καεί". Σε κάθε κώνο πρέπει να πηγαίνει ένας μαθητής. Όποιος "καίγεται" γίνεται κυνηγός.

### Β. Σχήμα/Εικόνα:



### Γ. Στόχος παιχνιδιού:

Να βελτιωθούν οι μαθητές στην ικανότητα γρήγορης αντίδρασης.

Να βελτιωθούν στην στόχευση κινητού στόχου.

Να ψυχαγωγηθούν με ευχάριστο τρόπο.

## Ενότητα: Παιχνίδια με μουσική

---

Ονομασία Παιχνιδιού: **"Καθρέφτης"**

Υλικά: cd player

Τάξεις: όλες

### A. Περιγραφή-Οργάνωση

Οι μαθητές σχηματίζουν ζευγάρια και στέκονται ο ένας απέναντι στον άλλο. Έτσι δημιουργούνται δύο ομάδες η Α και η Β. Ορίζουμε ποια ομάδα θα εκτελεί αποδίδοντας το ύφος της μουσικής με πρωτότυπες κινήσεις και ποια θα εκτελεί μιμούμενη τις κινήσεις της πρώτης. Έτσι το κάθε μέλος της μιας ομάδας θα προσπαθεί να μιμηθεί ακριβώς τις κινήσεις του ζευγαριού του που βρίσκεται απέναντι, σα να βλέπει τον εαυτό του σε έναν καθρέφτη. Μετά από 30 δευτερόλεπτα αλλάζουν ρόλους.

(Παραλλαγή: Να προσπαθήσουν να κάνουν τις συμμετρικά αντίθετες κινήσεις σε σχέση με το ζευγάρι τους).

### B. Σχήμα/Εικόνα:

X X X X X X ΟΜΑΔΑ Α

X X X X X X ΟΜΑΔΑ Β

### Γ. Στόχος παιχνιδιού:

- Να βελτιώσουν οι μαθητές την δεξιότητα κινητικού ελέγχου και συντονισμού.
- Να εκφραστούν δημιουργικά χρησιμοποιώντας ποικίλες κινήσεις.
- Να ψυχαγωγηθούν με ευχάριστο τρόπο.

## Ενότητα: Παιχνίδια με μουσική

---

Ονομασία Παιχνιδιού: **"η σκούπα"**

Υλικά: μια σκούπα με κοντάρι και ένα cd player

Τάξεις: Γ' δημοτικού και άνω

### A. Περιγραφή-Οργάνωση

Το παιχνίδι βασίζεται στον παραδοσιακό χορό Σούστα Δωδεκανήσου "Σκούπα". Οι μαθητές χωρίζονται σε ζευγάρια (αγόρι με κορίτσι) που χορεύουν πιασμένοι, ενώ ένα αγόρι περισσεύει και χορεύει με την σκούπα. Όταν δίνει ο διδάσκων το σύνθημα πρέπει γρήγορα όλα τα αγόρια, μαζί κι αυτός που χόρευε πριν με την σκούπα, να αλλάξουν ντάμα προκειμένου να μην τους μείνει η σκούπα. Όποιος μείνει τελευταίος μόνος του αναγκαστικά χορεύει με την σκούπα. Παροτρύνουμε τους χορευτές να πιαστούν τελικά με όλες τις ντάμες και να προσπαθούν κάθε φορά να βρίσκουν μια νέα.

### B. Σχήμα/Εικόνα:

A diagram illustrating the arrangement of students in pairs (A-K) and one student (A) holding the broom. The pairs are arranged in a circle, with the student holding the broom (A) in the center.

### Γ. Στόχος παιχνιδιού

- Να αναπτύξουν την κοινωνικότητά τους σε σχέση με το άλλο φύλο.
- Να εξασκηθούν στον ρυθμό της Σούστας.
- Να βελτιώσουν της καρδιοαναπνευστική τους αντοχή.
- Να βελτιώσουν την ταχύτητα αντίδρασης και μεταβολής της θέσης τους στον χώρο.
- Να ψυχαγωγηθούν με ευχάριστο τρόπο.