



CILJEVI NASTAVNE JEDINICE

A. TJELESNI razvijati manipulativne sposobnosti, koordinaciju oko-ruka i preciznost kroz niz aktivnosti u domeni kotrljanja lopte

B. PSIHOLOŠKI razvijati samopouzdanje i motivaciju iz iskustava koje proizlaze iz manipulacije objektima, percipirati motorička okruženja kao ugodna i zabavna

C. DRUŠTVENI poticati timski rad, razvijati međusobnu komunikaciju i njegovati međuljudske odnose temeljene na povjerenju u svrhu optimalne izvedbe

D. KOGNITIVNI razvijati znanje i razumijevanje o temeljnim obrascima kretanja, unaprijediti motoričko pamćenje, poboljšati strateško rezoniranje, učinkovito rješavanje problema i fokus

DOBNA SKUPINA: 7-10

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA: Loptice različitih veličina (teniske loptice, spužvaste lopte, lopte na napuhavanje), obruči, čunjevi, označivači prostora, startnih i ciljnih linija

TEŽINA: ● ○ ○

PRIKAZ AKTIVNOSTI

Najtočniji pogodak

Postaviti obruče po unaprijed utvrđenom prostoru za igru na udaljenosti 3 m od linije bacanja. Igrači, raspoređeni u ekipe nastoje ubaciti/otkotrljati što više teniskih loptica u obruče. Tko u tome uspije, uzima obruč i nabacuje ga na čunj svoje ekipe čime se smanjuje broj dostupnih obruča u prostoru za igru. Ako je pokušaj neuspješan treba odmah pokupiti lopticu. Pobjednik je ekipa s najvećim brojem sakupljenih obruča na kraju igre.

Upitati sudionike kako im se sviđela igra te jesu li bili zadovoljni preciznošću svojega kotrljanja. Jesu li našli način kako uspješno otkotrljati lopticu u obruč (naizmjenična ruka/noga, postura, izbačaj)?

Varijante igre:

1- kako bi se igra olakšala ili otežala te prilagodila sposobnostima djece, smanjiti ili povećati udaljenost i veličinu lopti; 2- dodatno, uvesti bodovne i vremenske izazove sukladno sposobnostima.

Trajanje: 10 min

Savjeti za sigurnu igru:

1- osigurati slobodan prostor za igru; 2- dok djeca čekaju red, držati ih na sigurnoj udaljenosti u odnosu na ostale sudionike; 3- uvijek provjeriti potencijalne opasnosti na tlu; 4- loptu je potrebno kotrljati po tlu, nikako bacati po zraku.

Najduža zmija

Rasporediti igrače u četiri ekipe. Označiti 4 staze i pripadajuće startne linije. Svakoj ekipi dodijeliti jednu veliku loptu (glava zmije) i četiri manje loptice (tijelo zmije). Na znak, "svi prvi" trebaju otkotrljati glavu zmije i svoju manju lopticu (tijelo zmije) dok preostale manje loptice potom kotrljaju i ostali iz ekipe. Cilj igre jest svaku od 4 loptice kotrljanjem smjestiti iza prethodne (prvu iza glave zmije). Ekipa s najdužom zmijom pobjeđuje (mjereno od glave do repa ravnom linijom).

Upitati djecu jesu li otkrili nove načine manipulacije lopte koji vode do preciznije izvedbe? Jesu li međusobno surađivali kako bi osmislili plan za kreiranje najduže zmije? Je li se plan pokazao uspješnim?

Varijante igre:

1- kako bi se igra olakšala ili otežala, prilagoditi dimenzije i duljine staza, utvrditi minimalnu udaljenost od startne linije do točke pozicioniranja prve lopte, prilagoditi veličinu lopte i vrstu površine za igru.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1- osigurati prostran radni prostor s više staza; 2- dok djeca čekaju red, držati ih na sigurnoj udaljenosti u odnosu na ostale sudionike; 3- osvijestiti položaje i kretanja objekata te ostalih sudionika; 4- iz sigurnosnih razloga, loptice je moguće pokupiti jedino na znak voditelja. Proizvoljni ulazak u prostor za igru nije dopušten.

Sruši čunjeve

Podijeliti igrače u dvije ekipe i postaviti ih na suprotne strane prostora za igru. Ocrtati 5 paralelnih staza odvojenih oznakama. Postaviti po jedan čunj sa svake strane staze tako da su oba udaljena 2 m od startnih linija (sa svake strane). Na znak, igrači kotrljaju tenisku lopticu (svaki sa svoje startne linije) nastojeći srušiti protivnički čunj na suprotnoj strani. Jednom kada se zakotrljaju, loptice se ne skupljaju. Ekipa koja prva sruši sve protivničke čunjeve smatra se pobjednikom izazova.

Upitati sudionike kako im se sviđela igra te jesu li bili zadovoljni preciznošću svojega kotrljanja. Jesu li primijenili neke uspješne strategije pokušavajući srušiti protivničke čunjeve? Jesu li međusobno surađivali kako bi postigli najbolji rezultat? Jesu li emocije utjecale na izvedbu? Kako? Može li se igra na bilo koji način modificirati? Dopustiti djeci da predlože moguće izmjene.

Varijante igre:

1- kako bi se igra olakšala ili otežala te prilagodila sposobnostima djece, smanjiti ili povećati udaljenost čunjeva i njihovu veličinu, veličinu lopti, broj čunjeva po stazi, duljinu staze; 2- dodatno, uvesti bodovne i vremenske izazove sukladno sposobnostima.

Trajanje: 10 min

Savjeti za sigurnu igru:

Savjeti za sigurnu igru: 1- osigurati prostran radni prostor s više staza; 2- osigurati veći broj radnih stanica dovoljno udaljenih jedna od druge; 3- dok djeca čekaju red, držati ih na sigurnoj udaljenosti u odnosu na ostale sudionike; 4- pripaziti na kretanja objekata po tlu; 5- loptu je potrebno kotrljati, nikako bacati po zraku.

CILJEVI NASTAVNE JEDINICE

A. TJELESNI razvijati sposobnosti manipulacije objektima, koordinaciju oko-ruka i preciznost te unaprijediti vještine gađanja i kontrole lopte u dinamičnim aktivnostima

B. PSIHOLOŠKI razvijati samopouzdanje i motivaciju kroz iskustva kretanja u kontekstu manipulacije objektima, doživljavati motoričko okruženje kao ugodno i zabavno te poticati aktivno sudjelovanje u igri, spremnost na uključivanje i ustrajnost u tjelesnoj aktivnosti

C. DRUŠTVENI poticati timski rad i komunikaciju, izgradnju odnosa i pozitivne socijalne interakcije s vršnjacima te suradnički rad uz uvažavanje doprinosa drugih, različitih mišljenja, perspektiva i iskustava

D. KOGNITIVNI D. razvijati razumijevanje i znanje o temeljnim obrascima kretanja, jačati motoričko pamćenje, unaprijediti strateško razmišljanje, donošenje odluka pod pritiskom i učinkovito rješavanje problema te razvijati prilagodljivost

DOBNA SKUPINA: 10-14

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA: Lopte različitih veličina i tvrdoće, kante, obruči, kutije, čunjevi, gimnastički moduli (sanduci), ravne trake za označavanje, sredstva za razgraničenje prostora

TEŽINA: ●●○

PRIKAZ AKTIVNOSTI

Pogodi metu

Postaviti kante i obruče unutar jasno označenog prostora za igru. Podijeliti učenike u skupine po troje i odrediti udaljenosti u skladu sa sposobnostima učenika. Bacanjem loptice gađati kantu (tri boda) ili obruč (jedan bod) i pritom osvojiti više bodova od protivničkih ekipa. Nakon pet pokušaja igrači zamjenjuju uloge.

Pitati učenike što su tijekom igre radili dobro, što im je slabije išlo i što smatraju da je moglo poboljšati njihovu izvedbu. Jesu li bili zadovoljni preciznošću i položajem samog pogotka? Koju su strategiju koristili kako bi osvojili što više bodova? Jesu li tijekom igre doživjeli neke emocije? Koje?

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja složenosti igre, dopustiti učenicima da loptu prema protivničkoj strani šalju kotrljanjem pothvatom (dlan okrenut prema gore); 2 - radi povećanja složenosti igre, povećati broj pokušaja; 3 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti aktivnosti, smanjiti ili povećati udaljenost gađanja, broj kanti i obruča po igralištu, broj pokušaja, veličinu lopti i njihovu tvrdoću; 4 - dodatno, prilagođavati bodovne i vremenske izazove prema sposobnostima učenika.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrano igralište; 2 - osigurati više radnih stanica s dostatnim razmakom između njih; 3 - uvijek provjeriti površinu za igru i ukloniti moguće opasnosti; 4 - održavati sigurnu udaljenost od drugih učenika; 5 - odabrati lopte primjerene sposobnostima učenika; 6 - lopte pokupiti isključivo na jasan znak učitelja.

Gađanje kutija

Postaviti prostor za igru s tri kutije postavljene na različitim udaljenostima i pod različitim kutovima u odnosu na početnu liniju. Potom postaviti dva učenika na svaku radnu stanicu i svakom paru dodijeliti tri mekane lopte. Za osvajanje bodova učenici trebaju ubaciti lopte u kutije (kotrljanjem, bacanjem ili guranjem), gađajući najprije najudaljeniju kutiju (postavljenu u sredini), zatim onu s desne strane (nešto bližu) i na kraju najbližu kutiju s lijeve strane. Jedan bod dobiva se za središnju kutiju, tri boda za kutiju s desne strane i pet bodova za kutiju s lijeve strane. Igra traje dok se ne osvoji 20 bodova ili do unaprijed dogovorenog broja bodova.

Pitati učenike jesu li bili zadovoljni izvedbom ili bi nešto promijenili. Jesu li tijekom igre prilagođavali tehniku bacanja? Jesu li mijenjali smjer i silu pri svakom pokušaju? Jesu li se drukčije postavljali kod dijagonalnih bacanja? Radi povećanja užitka i motivacije, dopustite učenicima da predlože nove ideje i varijacije daljnjeg razvoja igre.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti aktivnosti, mijenjati udaljenost bacanja i kutove gađanja, veličinu kutija i veličinu lopti; 2 - dodatno, prilagoditi bodovne i vremenske izazove prema dobi i sposobnostima učenika.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrane radne stanice i dovoljan razmak između njih; 2 - u radu s više skupina, osigurati bacanje u suprotnim smjerovima; 3 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje pri bacanju projektila; 4 - osigurati dovoljno vremena za pravilno zauzimanje položaja; 5 - bacanje lopte isključivo na znak učitelja; 6 - biti svjesni položaja i kretanja projektila i ostalih učenika; 7 - lopte pokupiti isključivo na znak učitelja.

Četiri lopte

Obilježiti više pravokutnih prostora za igru. U svakoj sektoru postaviti jedan gimnastički sanduk (modul). Učenike podijeliti u skupine po četvero i odrediti udaljenost linija bacanja u skladu s njihovim sposobnostima. Svakoj skupini dodijeliti četiri lopte (lagana lopta - mini, teniska lopta - mala, spužvasta lopta - srednja, košarkaška lopta - velika). Cilj je igre gađati sanduk i ubaciti što više lopti u metu, odnosno ubaciti sve lopte u sanduk. Bacanja izvodi jedan učenik koji, na znak učitelja, baca sve dostupne lopte jednu za drugom. Nakon četiri pokušaja bacanja, učenici zamjenjuju uloge i pozicije.

Pitati učenike jesu li im se sviđjeli igra i aktivnosti, što su radili dobro, a što slabije, postoji li nešto što bi moglo poboljšati njihovu izvedbu? Jesu li emocije utjecale na njihovo izvođenje i na koji način? Koji im je bio najdraži a koji najlakši hitac? Kako su bacali veće lopte, a kako manje - jesu li koristili različite hvatove? Potaknuti učenike da predlože nove ideje i varijacije za daljnji razvoj igre.

Varijante igre:

1 - radi smanjenja ili povećanja složenosti aktivnosti, izmijeniti udaljenost bacanja, veličinu mete i veličinu lopti; 2 - dodatno, prilagoditi bodovne i vremenske izazove prema dobi i sposobnostima učenika.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrane radne stanice i dovoljan razmak između njih; 2 - osigurati siguran razmak između skupina i među učenicima unutar skupina; 3 - osigurati dovoljno vremena za pravilno zauzimanje položaja; 4 - bacanje lopti isključivo na znak učitelja; 5 - biti svjesni položaja i kretanja projektila te ostalih učenika; 6 - lopte pokupiti isključivo na znak učitelja.

CILJEVI NASTAVNE JEDINICE

A. TJELESNI razvijati motoričke sposobnosti manipulacije, koordinaciju oko-ruka i preciznost pomoću različitih dinamičkih aktivnosti bacanja i gađanja

B. PSIHOLOŠKI razvijati samopouzdanje i motivaciju kroz iskustva kretanja u kontekstu manipulacije objektima, doživljavati motoričko okruženje kao ugodno i zabavno te poticati izražavanje emocija kretanjem

C. DRUŠTVENI poticati timski rad i komunikaciju, izgradnju odnosa i pozitivne socijalne interakcije s vršnjacima te suradnički rad

D. KOGNITIVNI razvijati razumijevanje i znanje o temeljnim obrascima kretanja, jačati motoričko pamćenje, unaprijediti strateško razmišljanje, učinkovito rješavanje problema i sposobnost koncentracije

DOBNA SKUPINA: 9-12

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA: Lopte različitih veličina i tvrdoće (male lagane lopte, teniske lopte, spužvaste lopte, velike lopte), stalci za balone, baloni, čunjevi, sredstva za razgraničavanje i kapice za označavanje

TEŽINA: ● ● ●

PRIKAZ AKTIVNOSTI

Pogodi veliku loptu

Postaviti veliku loptu u središte kvadrata dimenzija 3x4 metra. Označiti više paralelnih kvadrata (jedna velika lopta po prostoru). Postaviti dvije skupine učenika na početnu liniju, svaki učenik s dvije teniske lopte, spremni istodobno gađati veliku ciljnu loptu (svaka skupina u svom prostoru), radeći paralelno i u istom smjeru. Na zadani znak, tijekom tri uzastopne minute, svi učenici bacaju teniske loptice prema velikoj lopti, nastojeći je izgurati preko ciljne linije. Nakon što bace svoje loptice, učenici mogu pokupiti drugu lopticu u svom dijelu kvadrata i ponovno bacati prema velikoj lopti s početne linije (radi skupljanja lopti i dogovora o taktici omogućiti česte kratke pauze). Pobjednik igre je skupina koja prva izgura veliku loptu preko ciljne linije.

Pitati učenike što je, prema njihovu mišljenju, bio najučinkovitiji način održavanja kretanja velike lopte (po pitanju izbačaja / kotrljanja, bacanja ili udaranja nogom/, frekvenciji izbačaja / češće ili rjeđe/, te putanje /vodoravne ili parabolične). Koja vrsta bacanja najbolje funkcionira? Kako možete prilagoditi količinu sile koju proizvodite pri bacanju? Kako to može pomoći vašoj skupini? Je li osmišljen plan kako bi velika

lopta prije protivnika prešla ciljnu liniju? U kojoj je fazi igra bila najzabavnija? Dopustite učenicima da predlože nove varijacije igre kako bi se povećalo zadovoljstvo.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja složenosti igre dopustiti kotrljanje i/ili udaranje nogom; 2 - umjesto pobjede u prvom pokušaju, skupljati bodove; 3 - varirati udaljenost ciljne lopte, udaljenost igrača i udaljenost ciljne linije; 4 - raditi u opoziciji (jedna skupina prema drugoj), umjesto paralelno.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za aktivnosti s dovoljnom širinom između njih; 2 - osigurati dovoljan razmak između skupina i među učenicima unutar skupina; 3 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje učenika pri bacanju rekvizita; 4 - izbacivanje projektila isključivo na znak učitelja; 5 - bacanje prema drugim učenicima ili u njihovu smjeru strogo je zabranjeno; 6 - osvijestiti položaj i kretanja projektila i drugih učenika; 7 - lopte pokupiti isključivo na jasan znak učitelja. Raniji ulazak u prostor za igru nije dopušten.

Bombardiranje balona

Postaviti prostor za igru (označiti tri radne stanice i postaviti stalak sa sedam balona na udaljenosti od dva metra od početne linije). Podijeliti učenike u skupine po pet i svakom učeniku dodijeliti po jednu loptu. Cilj je igre uspješno pogoditi sve balone prije protivničkih skupina.

Kako bacači postupno pogađaju balone, učitelj ih uklanja sa stalka. Svaki bacač ima jedan pokušaj po krugu. Nakon što su sve lopte bačene prema balonima, učitelj zaustavlja igru i dopušta učenicima da pakupe svoje lopte za sljedeći krug. Skupina koja prva pogodi sve balone pobjednik je igre.

Pitati učenike je li izazov bio zahtjevan i zašto. U kojoj je fazi igra bila najzabavnija? Što im je bilo najzabavnije? Dopustiti učenicima da predlože nove varijacije igre kako bi se povećalo zadovoljstvo.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti aktivnosti, podesiti udaljenost cilja, udaljenost igrača i veličinu lopte; 2 - dodatno, prilagoditi bodovne i vremenske izazove prema dobi i sposobnostima.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati više prostora za igru; 2 - osigurati dovoljan razmak između skupina i među učenicima unutar skupina; 3 - osigurati usvajanje i izvođenje pokreta primjenom tehnika promatranja i rukovanja; 4 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje učenika pri izbacivanju projektila; 5 - bacanje izvesti isključivo na znak učitelja; 6 - bacanje projektila prema drugim učenicima ili u njihovu smjeru strogo je zabranjeno; 7 - osvijestiti položaj i kretanje projektila i drugih učenika; 8 - skupiti loptice isključivo na znak učitelja.

Bojni brodovi

Učenici su podijeljeni u ekipe i postavljeni na suprotne strane igrališta, tri metra od središnje linije. Na svakoj strani igrališta postavlja se 10 čunjeva. Na znak učenici pokušavaju pogoditi protivnički čunj bacanjem pothvatom. Ako uspiju, uzimaju čunj i donose ga na svoju stranu igrališta. Pobjednik je ekipa koja na kraju igre ima najviše čunjeva.

Razgovarati s učenicima o najuspješnijem načinu pogađanja čunjeva (hvata, stav / položaj ruku i nogu/, stani-pogledaj-zamahni, usmjeriti pogled ka cilju). Pitati li ih jesu li koristili neke strategije pri gađanju protivničkih čunjeva. Koja im je strategija donijela najviše bodova? Kako su emocije utjecale na izvedbu? Koje su emocije osjećali tijekom igre?

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja složenosti, dopustiti kotrljanje lopte, najprije pothvatom, potom i nathvatom; 2 - kako bi se aktivnost pojednostavila ili otežala, smanjiti ili povećati udaljenost bacanja, broj čunjeva po igralištu, veličinu lopti i njihovu tvrdoću; 3 - dodatno, prilagoditi bodovne i vremenske izazove prema sposobnostima učenika.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati više radnih stanica; 2 - odabrati odgovarajuće lopte prema sposobnostima učenika kako bi se smanjio rizik od ozljeda, povećala upravljivost, smanjio zamor ruke i postigla optimalna, sporija brzina lopte uz minimalan odskok; 3 - u slučaju da zalutale lopte uđu u prostor igre, igru odmah zaustaviti; 4 - sve lopte i čunjevi smiju se skupljati isključivo na jasan znak učitelja. Iz sigurnosnih razloga ulazak u igralište tijekom igre nije dopušten.

CILJEVI NASTAVNE JEDINICE

A. TJELESNI razvijati motoričke sposobnosti manipulacije, koordinaciju oko-ruka i preciznost pomoću različitih dinamičkih aktivnosti bacanja i gađanja

B. PSIHOLOŠKI razvijati samopouzdanje i motivaciju kroz iskustva kretanja u kontekstu manipulacije objektima, doživljavati motoričko okruženje kao ugodno i zabavno te poticati izražavanje emocija kretanjem

C. DRUŠTVENI poticati timski rad i komunikaciju, izgradnju odnosa i pozitivne socijalne interakcije s vršnjacima te suradnički rad

D. KOGNITIVNI razvijati razumijevanje i znanje o temeljnim obrascima kretanja, jačati motoričko pamćenje, unaprijediti strateško razmišljanje, učinkovito rješavanje problema i sposobnost koncentracije

DOBNA SKUPINA: 7-11

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA: Vrećice s pijeskom, gumbi za bacanje, diskovi različitih veličina i boja, sredstva za označavanje prostora

TEŽINA :

PRIKAZ AKTIVNOSTI

Gađanje kvadrata

Postaviti prostor za igru (označiti pet radnih stanica i iscrtati kvadrate dimenzija 1 x 1 metar, postavljene dva metra od početne linije). Podijeliti učenike u skupine po pet, rasporediti ih (po jednog učenika na svaku radnu stanicu) i svakom učeniku dodijeliti četiri vrećice s pijeskom. Na znak učenici bacaju vrećice prema kvadratu ispred sebe, nastojeći ih smjestiti unutar označenih granica. Za svako uspješno bacanje ekipa osvaja jedan bod. Pobjednik je prva ekipa koja osvoji 21 bod. Načini bacanja i položaji u potpunosti su elektivni (bacanje jednom ili obje ruke, bacanje ravno ili bočno) i u potpunosti ovise o sposobnostima učenika.

Pitati učenike koje su strategije koristili kako bi uspješno pogodili kvadrat i kako su surađivali kako bi postigli najbolji rezultat. Što mogu promijeniti kako bi projektil odletio još dalje (npr. zamah, popratiti pokret)? Može li se igra na neki način izmijeniti?

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti igre, uključiti više kvadrata s većom bodovnom vrijednošću, izmijeniti udaljenost i veličinu kvadrata te bodovne i vremenske izazove.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrano igralište; 2 - osigurati više radnih stanica; 3 - osigurati dovoljno prostora za bacanje; 4 - zadržati sigurnu udaljenost među učenicima; 5 - rekvizite pokupiti isključivo na jasan znak učitelja.

Zapovjednici kvadrana

Postaviti pet numeriranih kvadrana u ravnoj liniji, jedan iza drugoga, podijeliti učenike u parove i postaviti ih na liniju bacanja. Svakom učeniku dodijeliti dva gumba za bacanje. Na zadani znak učenici naizmjenično bacaju svoje rekvizite u kvadrante (bodovi se linearno povećavaju s udaljenošću). Svaki učenik izvodi sedam krugova (frameova), nakon čega se dodjeljuju bodovi: 1. kvadrant - 2 boda, 2. kvadrant - 4 boda, 3. kvadrant - 6 bodova, 4. kvadrant - 8 bodova, 5. kvadrant - 10 bodova) Pobjednik izazova je ekipa s najvećim ukupnim brojem bodova nakon sedam krugova.

Je li igra bila izazovna? Zašto? U kojoj je fazi igra bila najzabudljivija? Što ste učinili kako biste upravljali svojim emocijama (npr. usredotočeni ste /usmjereni na metu/ne gledate druge igrače itd.)? Koje biste varijacije mogli postaviti da ste nastavnik?

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti igre, uključiti više kvadrata s većom bodovnom vrijednošću, izmijeniti udaljenost i veličinu kvadrata te bodovne i vremenske izazove.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati više radnih stanica s dovoljnim razmakom između njih; 2 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje učenika pri bacanju projektila; 3 - bacanja izvoditi isključivo na znak; 4 - osvijestiti položaj i kretanje projektila te drugih učenika; 5 - rekvizite pokupiti isključivo na znak učitelja. Iz sigurnosnih razloga ulazak u prostor za igru tijekom trajanja igre nije dopušten.

Križić-kružić

Izraditi mrežu 3 x 3 s devet praznih polja u svakom prostoru za igru. Postaviti dva učenika po stanici te osigurati dovoljan broj diskova za bacanje različitih boja. Učenici se naizmjenično izmjenjuju u postavljanju diskova na mrežu, nastojeći poravnati tri u nizu (okomito, vodoravno ili dijagonalno), istovremeno blokirajući protivnika. Pobjednik je prvi igrač koji složi tri diska u nizu; ako to ne uspije nijednom igraču, rezultat je neriješen, a igra se ponovno pokreće s praznom mrežom.

Koje su emocije učenici osjećali tijekom igre? Jesu li utjecale na izvedbu? Kako? Jesu li bili zadovoljni manipulacijom objekta, preciznošću bacanja i kontrolom udaljenosti?

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti igre, izmijeniti udaljenost bacanja, broj polja za bacanje te veličinu mreže.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za aktivnosti s dovoljnim razmakom između njih; 2 - kod rada u više skupina, osigurati bacanja u suprotnim smjerovima; 3 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje učenika pri izbačanju projektila; 4 - bacati isključivo na znak učitelja; 5 - rekvizite pokupiti isključivo na znak i ne bacati prema startnoj liniji.

CILJEVI NASTAVNE JEDINICE

A. TJELESNI razvijati motoričke sposobnosti manipulacije, koordinaciju oko-ruka i preciznost pomoću različitih dinamičkih aktivnosti bacanja i gađanja predmeta

B. PSIHOLOŠKI razvijati samopouzdanje i motivaciju kroz iskustva kretanja u kontekstu manipulacije objektima, doživljavati motoričko okruženje kao ugodno i zabavno te poticati izražavanje emocija kretanjem

C. DRUŠTVENI poticati timski rad i komunikaciju, izgradnju odnosa i pozitivne socijalne interakcije s vršnjacima te suradnički rad

D. KOGNITIVNI razvijati razumijevanje i znanje o temeljnim obrascima kretanja, jačati motoričko pamćenje, unaprijediti strateško razmišljanje, učinkovito rješavanje problema i sposobnost koncentracije

DOBNA SKUPINA: 11-14

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA: Diskovi i koluti za bacanje različitih veličina i boja, ravne trake za označavanje

TEŽINA: ●●○

PRIKAZ AKTIVNOSTI

Disc Golf

Odabрати prostrano područje za igru, podijeliti učenike u skupine od četiri i svakoj skupini dodijeliti jedan ciljni kolut i četiri diska za bacanje. Učenici najprije bacaju ciljni kolut kako bi postavili izazov, a zatim i diske s ciljem da ih u što manjem broju bacanja smjeste unutar koluta ili u različite zone.

Poticati učenike da osmisle pravila za situacije kada disk padne u određenu zonu koluta. Skupina najprije treba istražiti različite ideje, a zatim zajednički odabrati onu s kojom se slažu svi članovi. Jesu li učenici otkrili nove načine manipulacije objektima koji su doveli do veće preciznosti? Kako su surađivali kako bi postigli najbolji rezultat?

Flat Bocce

Postaviti prostor za igru (označiti pet radnih stanica i iscrtati dionice dimenzija 2 x 6 metara s jasno označenom početnom linijom). Podijeliti učenike u parove i svakom paru dodijelite set od četiri ravne boće, međusobno različite po boji ili dizajnu. Igru započeti bacanjem bulina na udaljenost od najmanje tri metra od početne linije i unutar označenih granica igrališta (ako se tijekom igre, uslijed udara drugih rekvizita, njegov položaj promijeni, udaljenost se mjeri u odnosu na novo mjesto cilja). Nakon što svaka ekipa jednom baci svoje boće, igrač čiji je rekvizit najudaljeniji od cilja baca sljedeći, sve dok se ne bace sve boće (samo jedan bacač po krugu). Krajnji je cilj u potpunosti prekriti bulin i time ostvariti trenutnu pobjedu ili biti najbliži bulinu kako bi se osvojili bodovi. Jedan bod dodjeljuje se za svaki rekvizit koji je bliži bulinu od protivničkog, međutim dodatni bodovi također se mogu osvojiti: dva boda za preklapanje 1/3 rekvizita, četiri boda za preklapanje 2/3 rekvizita, šest bodova za potpuno prekrivanje protivničkog rekvizita, čime se ostvaruje trenutna pobjeda bez mogućnosti prigovora. Svaka igra sastoji se od šest krugova. Ekipa s najvećim ukupnim brojem bodova nakon šest krugova pobjeđuje. U slučaju izjednačenja igra se dodatni krug.

Koje su emocije učenici osjećali tijekom igre? Jesu li utjecale na izvedbu? Kako? Jesu li bili zadovoljni manipulacijom objekta, preciznošću bacanja i kontrolom udaljenosti? Je li promjena položaja bulina dovela do promjene strategije igre? Kako? Potaknite učenike da kreativno postavljaju bulin i koriste prepreke na terenu kao dio izazova.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti igre i prilagodbe sposobnostima učenika, smanjiti ili povećati udaljenost gađanja te veličinu i težinu rekvizita.

Trajanje: 30 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za aktivnosti uz dovoljan međusobni razmakom; 2 - u radu s više skupina osigurati izvođenje bacanja u suprotnim smjerovima; 3 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje učenika pri izbačaju projektila; 4 - bacanje izvoditi isključivo na znak; 5 - rekvizite skupiti isključivo na znak učitelja i ne ih bacati.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti igre te prilagodbe sposobnostima učenika, izmijeniti udaljenost gađanja, veličinu i težinu rekvizita te bodovne i vremenske izazove.

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostor za igru uz dovoljno mjesta za bacanje; 2 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje učenika pri izbačaju projektila; 3 - prikupljene rekviziti ne bacati.

A. TJELESNI razvijati motoričke sposobnosti manipulacije, koordinaciju oko–ruka i preciznost pomoću različitih dinamičkih aktivnosti bacanja i gađanja

B. PSIHOLOŠKI razvijati samopouzdanje i motivaciju kroz iskustva kretanja u kontekstu manipulacije objektima, doživljavati motoričko okruženje kao ugodno i zabavno te poticati izražavanje emocija kretanjem

C. DRUŠTVENI poticati timski rad i komunikaciju, izgradnju odnosa i pozitivne socijalne interakcije s vršnjacima te suradnički rad

D. KOGNITIVNI razvijati razumijevanje i znanje o temeljnim obrascima kretanja, jačati motoričko pamćenje, unaprijediti strateško razmišljanje, učinkovito rješavanje problema i sposobnost koncentracije

DOBNA SKUPINA: 10–12

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA: Lopte različitih veličina i tvrdoće (male lagane lopte, teniske loptice, spužvaste lopte, velike lopte), boće, mete, čunjevi, kante, boce, spremnici, oznake za razgraničenje i ravne podne oznake

TEŽINA: ●●○

PRIKAZ AKTIVNOSTI

Corner Boules

Označiti kvadrat dimenzija 4 × 4 metra. Učenike podijeliti u parove. Svakom paru dodijeliti dva seta od po četiri teniske loptice različite boje ili uzorka (igra se u skupinama od četiri učenika). Ciljna loptica (bulin) nasumično se postavlja unutar igrališta. Dva igrača surađuju kako bi ostvarili više bodova od protivnika preciznim postavljanjem loptica blizu cilja te izbacivanjem protivničkih loptica kako bi im se onemogućio pristup cilju. Svaki igrač naizmjenično kotrlja ili baca po jednu lopticu prema cilju dok svi igrači ne iskoriste svoja dva pokušaja. Bodovi se dodjeljuju nakon svakog kruga prema četiri loptice koje su završile najbliže cilju (4 – 3 – 2 – 1 bod, ovisno o poziciji). Pobjednik je ekipa s najvećim ukupnim brojem bodova nakon četiri kruga.

Pitati učenike kako mogu surađivati kako bi ograničili protivnikovu priliku za bodovanje? Što učiniti ako je protivnička loptica bliža cilju? Kako ekipa može postaviti što više loptica bliže bulinu? Je li bolje kotrljati lopticu ispred cilja ili je pustiti da prođe cilj? Ako se

preciznost poboljšavala, pitati učenike koje su tehničke izmjene uveli? (npr. mekši izbačaj, prilagodba smjera i sile prema prethodnim pokušajima, bližanje). S kim bi ovu igru mogli igrati kod kuće? Ako se igra odvija na otvorenom, razgovarajte o okolišu i kako igra na otvorenom utječe na raspoloženje. Potaknuti učenike da predlože nove ideje za razvoj igre.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja složenosti igre, dopustiti igračima da kotrljaju loptice s bilo kojeg mjesta unutar kvadrata; 2 - u cilju povećanja složenosti igre, izmijeniti vrstu boća (boccia, volo, pétanque), početni položaj bulina, udaljenost linije od bulina (kada igrači kotrljaju s iste pozicije), površinu kvadrata; 3 - dodatno, izmijeniti sustav bodovanja (boduje se samo loptica najbliža cilju ili se boduje svih 8 loptica: 8–7–6–5–4–3–2–1, ili se može nacrtati krug oko cilja u kojem loptice imaju različite vrijednosti ovisno o mjestu na kojem završe).

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za aktivnosti uz dostatan međusobni razmak; 2 - u radu s više skupina osigurati dovoljan razmak između skupina; 3 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje pri izbačaju; 4 - osigurati da se boće kotrljaju po tlu, a ne bacaju; 5 - rekviziti se ne skupljaju dok svi pokušaji nisu završeni; 6 - rekvizite pokupiti isključivo na znak te ih potom ne bacati.

Rolli

Postaviti veliku loptu u središte pravokutnika duljine 8 do 10 metara. Postrojiti dvije skupine učenika iza startne linije, svaka s četiri boće, spremne istodobno pogoditi veliku ciljnu loptu, svaka u svom prostoru, radeći paralelno i u istom smjeru. Na znak, tijekom tri uzastopne minute, svi učenici počinju kotrljati svoje boće prema ciljnoj lopti pokušavajući je gurnuti preko ciljne linije. Nakon što otkotrljaju svoju boću, učenici mogu uzeti drugu boću u svom dijelu igrališta i ponovno gađati veliku loptu (za prikupljanje loptica i dogovor o taktici dopuštene su česte pauze). Pobjednik igre je skupina koja prva izgura veliku loptu preko ciljne linije.

Pitati učenike što je, prema njihovom mišljenju, bio najučinkovitiji način neprestanog održavanja kretanja velike lopte (osobito način izbačaja, učestalost i smjer kretanja). Je li učestalo bacanje lopte učinkovitije od povremenih pokušaja? Je li osmišljen plan kako bi velika lopta prije protivnika prešla ciljnu liniju? U kojoj je fazi igra bila najzabudljivija? Zašto? Kako se igra može izmijeniti kako bi se povećao užitak?

Varijante igre:

1 - umjesto pobjede u prvom pokušaju, pokušati s bodovanjem: jedan bod može se dodijeliti ekipi koja je ciljnu loptu odgurnula najdalje (četiri pokušaja po igraču, pet krugova). Ekipa s najvećim zbrojem bodova pobjeđuje u izazovu; 2 - pokušati s vremenski ograničenom igrom i jednom boćom po ekipi. Nakon izbačaja, boća se odmah prikuplja i predaje za sljedeći hitac; 3 - vježbati u opoziciji (jedna ekipa prema drugoj), a ne paralelno; 4 - kada su ekipe okrenute jedne prema drugima, dodijeliti bod ekipi koja je izgurala cilj najdalje u protivnički prostor; 5 - izmijeniti udaljenost ciljne lopte, igrača i ciljne linije.

Trajanje: 20 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrano područje za igru; 2 - osigurati dovoljan razmak između skupina i unutar njih; 3 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje učenika pri izbačaju; 4 - bacanje rekvizita isključivo na znak; 5 - bacanje prema drugim učenicima ili u njihovu smjeru strogo je zabranjeno; 6 - osvijestiti položaj i kretanje rekvizita i drugih učenika; 7 - lopte se smiju prikupiti isključivo na jasan znak učitelja. Ulazak u prostor za igru prije toga nije dopušten.

Pogodi metu

Nakon postavljanja više meta (sedam po sektoru) na različitim udaljenostima od osnovne linije, podijeliti učenike u četveročlane ekipe i svakoj dodijeliti osam boća različite boje i dizajna. Nakon kotrljanja ili bacanja boće, bodovi se dodjeljuju ovisno o pogodenom području. Mete u vanjskoj, udaljenijoj zoni vrijede pet bodova, one u srednjoj zoni tri boda, a najbliže jedan bod. Dodatni bod dodjeljuje se ako boća završi unutar mete. Krugovi se igraju dok se ne dosegne 13 bodova. Pobjednička ekipa određuje se prema zbroju bodova iz dvije runde.

Pitajte učenike koja se vrsta bacanja pokazala najučinkovitijom za rušenje meta? Kako mogu kontrolirati smjer i udaljenost kretanja boće? Jesu li birali mete s manjim ili većim bodovnim vrijednostima? Hoće li sljedeći put promijeniti mete? Što je s ubacivanjem boće unutar mete – jesu li pronašli način kako to postići? Kako mogu surađivati kako bi maksimalno povećali rezultat? Ako u početku nisu bili uspješni u aktivnosti, kako su ustrajali?

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti igre te prilagodbi različitim razinama sposobnosti, izmijeniti način izvođenja, vrstu boća (boccia, volo, pétanque), veličinu i težinu kugli, raspored meta, vrstu mete,

veličinu i udaljenost od linije bacanja te veličinu igrališta; 2 - izmjene rasporeda: ukloniti s igrališta mete koji su srušene umjesto zaustavljanja igre radi njihova ponovnog postavljanja; 3 - izmjene bodovanja: što je meta manja, to je veći broj bodova (bulin – pet bodova, kanta – dva boda, boca – jedan bod); – nakon postavljanja ciljnog broja bodova, pobjeđuje ekipa s najmanjim brojem bacanja ili s najviše bodova u zadanom vremenu (npr. 45 sekundi).

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za aktivnosti te dovoljan razmak između njih; 2 - u radu s više skupina osigurati dovoljno prostora između pojedinih skupina; 3 - u bilo kojoj varijanti u kojoj su igrači okrenuti jedni prema drugima, treba uspostaviti redosljed igranja i dati jasan signal za skupljanje loptica; 4 - alternativno, postrojiti igrače u vrstu i omogućiti bacanje u istom smjeru; 5 - osigurati dovoljan razmak kako bi se učenici mogli pozicionirati pri izbačaju; 6 - boće se trebaju kotrljati po tlu i bacati ispod visine struka; 7 - pretjerano snažna bacanja nisu dopuštena; 8 - rekviziti se skupljaju, ali se ne bacaju natrag; 9 - dohvaćanje loptica izvodi se samo kada se igra zaustavi i da znak za vraćanje loptica.

CILJEVI NASTAVNE JEDINICE

A. TJELESNI razvijati sposobnosti manipulacije objektima, koordinaciju oko-ruka i preciznost te unaprijediti vještine gađanja i kontrole lopte u dinamičnim aktivnostima

B. PSIHOLOŠKI razvijati samopouzdanje i motivaciju kroz iskustva kretanja u kontekstu manipulacije objektima, doživljavati motoričko okruženje kao ugodno i zabavno te poticati izražavanje emocija kretanjem

C. DRUŠTVENI poticati timski rad i komunikaciju, izgradnju odnosa i pozitivne socijalne interakcije s vršnjacima te suradnički rad

D. KOGNITIVNI razvijati razumijevanje i znanje o temeljnim obrascima kretanja, jačati motoričko pamćenje, unaprijediti strateško razmišljanje i razvijati strategiju u odnosu na zone bodovanja, razvijati prilagodljivost, učinkovito rješavanje problema i sposobnost koncentracije

DOBNA SKUPINA: 12-14

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA: Boće, mete, papir, ljepljiva traka, uže, ravne podne oznake

TEŽINA: ●●○

PRIKAZ AKTIVNOSTI

Jackmate

Na igralištu pomoću užeta, vrpce ili ravnih podnih oznaka oblikovati krug promjera 50-70 cm. Unutar kruga postaviti papirnat kvadrat i učvrstiti ga ljepljivom trakom. Ciljnu kuglu (blin) postaviti u središte označenog prostora. Učenike podijeliti u ekipe od po dva igrača i svakom igraču dodijelite po četiri boće, različite boje ili dizajna. Cilj igre je kotrljati ili bacati boće prema ciljnom području kako bi se osvojio što veći broj bodova. Bodovi se dodjeljuju prema mjestu na kojem se boća zaustavi. Vanjska zona (krug) – jedan bod, srednja zona (kvadrat) – tri boda, pogodak ciljne kugle (bulin) – pet bodova. Igra se u rundama dok se ne postigne ukupno 20 bodova. Položaj igrača i udaljenost od ciljnog područja ovise o dobi učenika i raspoloživom prostoru, no preporučuje se da linija bacanja bude tri metra udaljena od cilja.

Razgovarati s učenicima o tome jesu li im se rezultati postupno poboljšavali. Ako jesu, što se promijenilo u tehnici bacanja (prilagodba smjera i sile sukladno prethodnim pokušajima, zamah ruke pri bližanju u smjeru cilja)? Ako boća nije pogodila cilj, što bi se moglo promijeniti? Što se može učiniti ako bacanje ima odgovarajuću udaljenost, ali ne pogađa središte cilja (npr. promjena početne pozicije, linije gađanja, točke izbačaja)? Koje promjene su potrebne ako boće ide predaleko ili prekratko? Jesu li suigrači davali savjete za poboljšanje preciznosti i kontrole? S kim bi ovu igru mogli igrati kod kuće? Ako se igra odvija na otvorenom, razgovarajte o okolišu i kako igra na otvorenom utječe na raspoloženje.

Tangram

Na prostoru za igru zaljepiti četiri lista novinskog papira tako da oblikuju pravokutnik. Preko njega postaviti područje u obliku romba (po mogućnosti u boji) i učvrstiti ga ljepljivom trakom. Unutar tog oblika moguće je prepoznati: jedan veliki pravokutnik, jedan romb, četiri mala pravokutnika, dva jednakokračna trokuta, četiri pravokutna trokuta. Cilj je igre kotrljati boću prema geometrijskom obliku koji odgovara određenom broju bodova koje natjecatelji mogu osvojiti: veliki pravokutnik – dva boda; romb – četiri boda; mali pravokutnik – četiri boda; jednakokračni trokut – šest bodova; pravokutni trokut – osam bodova. Igra se u rundama dok se ne postigne ukupno 20 bodova. Položaj igrača i udaljenost od ciljnog područja ovise o dobi učenika i raspoloživom prostoru, no preporučuje se da linija bacanja bude tri metra udaljena od cilja.

Pitati učenike je li igra bila izazovna. Zašto? Je li geometrija učinila aktivnost zanimljivijom? Jesu li za ovu igru potrebne drugačije vještine? Koje? Je li igra potaknula učenike na strateško razmišljanje? Kako? Kako smanjenje prostora za igru mijenja tijek igre? A uvođenje novih geometrijskih oblika? S kim bi ovu igru mogli igrati kod kuće? Ako se igra odvija na otvorenom, razgovarati o okolišu i kako igra na otvorenom utječe na raspoloženje.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti aktivnosti i prilagodbe različitim sposobnostima igrača, smanjiti ili povećati udaljenost gađanja, broj geometrijskih oblika i njihove veličine, veličinu i težinu boća (boccia, volo, pétanque); 2 - u cilju dodatnog povećanja složenosti, uvesti nove geometrijske oblike; 3 - uvesti bližanje i izbijanje kako bi se došlo do središta oblika; 4 - dodatno, izmijeniti broj pokušaja, krugova i sustav bodovanja.

Trajanje: 20 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za igru s dovoljnim razmakom između njih; 2 - u radu s više skupina osigurati da učenici bacaju u suprotnim smjerovima; 3 - u bilo kojoj varijanti u kojoj su igrači okrenuti jedni prema drugima, uspostaviti redosljed igranja i dati jasan signal za dohvaćanje loptica; 4 - osigurati dovoljan razmak za postavljanje tijekom izbačaja; 5 - bacanje je dopušteno isključivo na učiteljev znak; 6 - boće se trebaju kotrljati po tlu i bacati ispod visine struka; 7 - pretjerano snažna bacanja nisu dopuštena; 8 - boće se skupljaju, ali se ne bacaju natrag; 9 - dohvaćanje loptica izvodi se samo kada se igra zaustavi i da signal za vraćanje.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti aktivnosti i prilagodbe različitim sposobnostima igrača, smanjiti ili povećati udaljenost gađanja, veličinu mete (veća ciljna lopta olakšava aktivnost), broj pokušaja, veličinu i težinu boća (boccia, volo, pétanque); 2 - dodatno, uvesti manji kvadrat kao ciljano područje kako bi se povećala složenost igre.

Trajanje: 25 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za aktivnosti s dovoljnim razmakom između samih područja; 2 - kod rada s većim brojem skupina osigurati bacanja u suprotnim smjerovima; 3 - osigurati dovoljan razmak za pravilno pozicioniranje učenika pri izbačaju; 4 - bacanje izvoditi isključivo na znak; 5 - boće skupiti isključivo na znak učitelja te ih ne bacati; 6 - učenici ne smiju skupljati boće dok runda nije završena.

A. TJELESNI razvijati motoričke sposobnosti manipulacije, koordinaciju oko-ruka i preciznost, unaprijediti baratanje boćom te kontrolu i točnost bacanja pomoću različitih dinamičkih aktivnosti bacanja i gađanja

B. PSIHOLOŠKI razvijati samopouzdanje i motivaciju kroz iskustva kretanja u kontekstu manipulacije objektima, doživljavati motoričko okruženje kao zadovoljavajuće, ugodno i zabavno, poticati aktivno sudjelovanje u igri, spremnost na uključivanje i ustrajnost u tjelesnoj aktivnosti

C. DRUŠTVENI poticati timski rad i komunikaciju te razvijati odnose povjerenja koji vode učinkovitijoj izvedbi; graditi pozitivne socijalne interakcije; surađivati uz uvažavanje doprinosa drugih, različitih mišljenja, perspektiva i iskustava

D. KOGNITIVNI razvijati razumijevanje i znanje osnovnih obrazaca kretanja; jačati motoričko pamćenje i anticipaciju; unaprijediti strateško razmišljanje i primjenu strategija u odnosu na bodovne zone; razvijati donošenje odluka pod pritiskom, učinkovito rješavanje problema, prilagodljivost i koncentraciju

DOBNA SKUPINA: 12-14

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA: Boće, velike lopte, bulin, ravne oznake, linije razgraničenja

TEŽINA: ●●●

PRIKAZ AKTIVNOSTI

Izbijanje

Na prostoru za igru označiti dvije paralelne linije udaljene 10 metara. Učenici su podijeljeni u ekipe od po dva igrača i postavljeni na početnu liniju. Svaki igrač dobiva boću. Nakon bacanja bulina, prvi igrač kotrlja boću (dlanom okrenutim prema dolje), prema udaljenoj liniji. Ako boća prijeđe liniju, drugi igrač osvaja bod. Nakon ispravnog bacanja koje se zaustavi prije linije, drugi igrač pokušava pogoditi ili izbaciti boću prvog igrača kako bi je pomaknuo iz bodovne pozicije. Igrači se zatim izmjenjuju u pokušajima, pri čemu svaki nastoji pogoditi protivnikovu boću. Za svaki pogodak osvaja se jedan bod. Nakon toga svi igrači skupljaju svoje boće, a igra se nastavlja s druge strane igrališta. Pobjednik je ekipa koja prva osvoji 11 bodova.

Što dalje prvi igrač zakotrlja boću, to je drugom igraču teže pogoditi je, ali ako boća prijeđe liniju, bod se gubi. Razgovarati s učenicima o tome koju će strategiju koristiti i zašto. Koja je vrsta bacanja učinkovitija – dugo ili kratko bacanje? Što trebaju učiniti kako bi osvojili najviše bodova? Kako će učenici komunicirati unutar ekipe prije ili nakon pogotka pri provedbi strategije? Utječu li emocije na njihovu izvedbu? Što se može učiniti za upravljanje emocijama ako imaju poteškoća tijekom aktivnosti (npr. pozitivan unutarnji govor)? Ako se igra odvija na otvorenom, razgovarati o okolišu i kako igra na otvorenom utječe na raspoloženje.

Varijante igre:

1 - radi smanjenja ili povećanja složenosti aktivnosti, mijenjati vrste boća (boccia, volo, pétanque), veličinu i težinu (veći rekvizit može se lakše pogoditi, ali teže precizno gađati); 2 - skratiti ili produžiti udaljenost ciljne linije; 3 - dodatno, uvesti varijantu bodovanja u krugu (promjer kruga 1–2 metra, s tri boće postavljene unutra). Prvi igrač kotrlja ili baca boću pokušavajući izbaciti jednu ili više boća iz kruga. Igra se izmjenjuje između igrača i ekipe. Ako se jedna ili više boća izbacilo, one se vraćaju prije sljedećeg pokušaja. Nakon unaprijed određenog broja pokušaja (npr. 10), pobjeđuje ekipa s najvećim ukupnim brojem izbačenih boća. Može se igrati više krugova (npr. 20).

Trajanje: 15 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za igru s dovoljnim razmakom između njih; 2 - u radu s više skupina osigurati bacanje u suprotnim smjerovima; 3 - u bilo kojoj varijanti u kojoj su igrači okrenuti jedni prema drugima, uspostaviti redosljed igranja i dati jasan signal za dohvaćanje loptica. Objasniti ove postupke prije početka igre; 4 - osigurati dovoljan razmak za postavljanje tijekom bacanja; 5 - bacanje je dopušteno isključivo na znak; 6 - boće se trebaju kotrljati po tlu i bacati ispod visine struka; 7 - pretjerano snažno bacanje nije dopušteno; 8 - rekviziti se skupljaju, ali se ne bacaju natrag; 9 - dohvaćanje loptica izvodi se samo kada se igra zaustavi i da signal za vraćanje loptica.

U pravi čas

Označiti više kvadrata veličine 3–4 metra. Unutar svakog pravokutnika postaviti „kotrljače“ po širini, a bacače po duljini igrališta. Svakom prostoru dodijeliti jednu ciljnu loptu i deset boća. Na zadani znak velika se lopta kotrlja pored linije igrača koji je pokušavaju pogoditi svojim boćama dok prolazi. Igrač određen kao „kotrljač“ kotrlja loptu ispred ostalih igrača, dok je drugi igrač na suprotnom kraju zaustavlja i, nakon što se skupe raspršene boće, vraća loptu „kotrljaču“. Što se tiče bodovanja, moguće je igrati bez brojanja pogodaka. Druga je mogućnost postaviti igračima izazov u kojem pokušavaju ostvariti osobni najbolji rezultat.

Razgovarati s učenicima o tome je li se njihova preciznost u gađanju poboljšavala iz runde u rundu. Ako jest, koje su tehničke izmjene uveli (mekši izbačaj nathvatom, prilagodba smjera i snage na temelju prethodnih pokušaja, kontrola, anticipacija)? Ako boće nisu stizale do cilja, što se moglo promijeniti? Što se moglo učiniti ako je boća prošla pored cilja? Je li stigla prerano ili prekasno? Što vam je bilo najzabavnije u ovoj igri? Kako bi se povećalo zadovoljstvo igrom, dopustiti učenicima da predlože nove varijante igre.

Varijante igre:

1 - prilagoditi aktivnost kako bi odgovarala igračima s različitim sposobnostima (odabirom odgovarajuće veličine cilja, brzine kotrljanja i udaljenosti bacanja kako bi svi učenici mogli sudjelovati); 2 - izmijeniti veličinu i vrstu meta (pilates lopta, medicinka) i lopti koje se bacaju (teniske loptice, boccia, volo, pétanque); 3 - izmijeniti brzinu kotrljanja lopte; 4 - izmijeniti udaljenost od linije po kojoj se lopta kotrlja; 5 - izmijeniti vrstu bacanja. Igrači mogu kotrljati (gađati) ili bacati (izbijati) boće kako bi pogodili pokretni cilj, isključivo nathvatom (dlanom okrenutim prema dolje); 6 - kako bi se igra otežala, kotrljati više od jedne ciljne lopte; 7 - dodatno, uvesti odskok prije pogotka cilja kako bi se povećala složenost.

Trajanje: 20 min

Savjeti za sigurnu igru:

1 - osigurati prostrana područja za igru s dovoljnim razmakom između njih; 2 - u radu s više skupina osigurati bacanje u suprotnim smjerovima; 3 - osigurati dovoljan razmak za postavljanje pri bacanju; 4 - rekviziti se ne dohvaćaju dok se ne bace sve boće; 5 - daje se jasan znak kojim se igračima pokazuje da je sigurno skupljati bačene boće i vratiti se na početnu liniju; 6 - boće se skupljaju, ali se ne bacaju natrag.

Boćarska matematika

U svakom prostoru za igru oblikovati mrežu 3 × 3 s devet otvorenih polja po zoni (s lijeva na desno po redovima: 1–2–1, 4–8–6, 1–2–1). U svaku zonu rasporedite dva igrača i dodijelite im dvije boće različitih boja. Igrači se izmjenjuju u postavljanju dviju uzastopnih boća na mrežu, s ciljem da ostvare ukupan zbroj 8. Nakon prvog bacanja dobiveni broj treba zapamtiti, a prije drugog bacanja potrebno je riješiti matematičku operaciju – zbrajanje ili množenje. Za pobjedu u igri drugim bacanjem igrač mora ciljati polje koje, zbrojeno ili pomnoženo s prvim brojem, daje rezultat osam. Pobjeda se ostvaruje nakon dvije od tri dobivene igre.

Razgovarati s učenicima o tome je li im igra bila izazovna. Zašto? Je li matematika učinila aktivnost zanimljivijom? Jesu li za ovu igru potrebne drugačije vještine? Koje? Je li igra potaknula učenike na strateško razmišljanje? Što se može naučiti iz njihove izvedbe kako bi se odredila sljedeća strategija? Ako u početku nisu bili uspješni, kako su ustrajali u zadatku? Dopustiti učenicima da postavljaju nove izazove kao da su oni učitelji.

Varijante igre:

1 - u cilju smanjenja ili povećanja složenosti, izmijeniti stil igre (bližanje, izbijanje ili kombinacija oboje), vrstu boća (boccia, volo, pétanque) te njihovu veličinu i težinu; 2 - skratiti ili produžiti udaljenost mreže od linije bacanja; 3 - povećati ili smanjiti veličinu i broj polja, broj pokušaja i broj igara; 4 - radi dodatnog povećanja razina težine, uključiti operacije oduzimanja i dijeljenja.

Trajanje: 25 min

Savjeti za sigurnu igru:

Savjeti za sigurnu igru: 1 - osigurati prostrana područja za igru s dovoljnim razmakom između njih; 2 - u radu s više skupina osigurati bacanje u suprotnim smjerovima; 3 - u bilo kojoj varijanti u kojoj su igrači okrenuti jedni prema drugima, uspostaviti redosljed igranja i dati jasan signal za dohvaćanje loptica. Objasniti ove postupke prije početka igre; 4 - osigurati dovoljan razmak za postavljanje tijekom bacanja; 5 - bacanje je dopušteno isključivo na znak; 6 - boće se trebaju kotrljati po tlu i bacati ispod visine struka; 7 - pretjerano snažno bacanje nije dopušteno; 8 - rekviziti se skupljaju, ali se ne bacaju natrag; 9 - dohvaćanje loptica izvodi se samo kada se igra zaustavi i da signal za vraćanje loptica.