

GIBALNE IGRE V PARIH

1. TI IN JAZ

En otrok se usede na tla, drugi p stopi za njegov hrbet. Sedeči dvigne roke, stoječi položi svoje dlani na dlani sedečega otroka. Oba mižita. Tisti, ki stoji, vodi roke sedečega. Sedeči se lahko prepusti vodenju ali pa se mu upira.



2. PRETEGOVANJE - DVIGANJE NA HRBET

Otroka stojita tesno s hrbtom drug ob drugem. En otrok se stabilno postavi v razkorak, roke malo odroči, počasi upogne kolena in se začne upogibati naprej, drugi sloni na njegovem hrbtu in se prepusti gibanju partnerja.



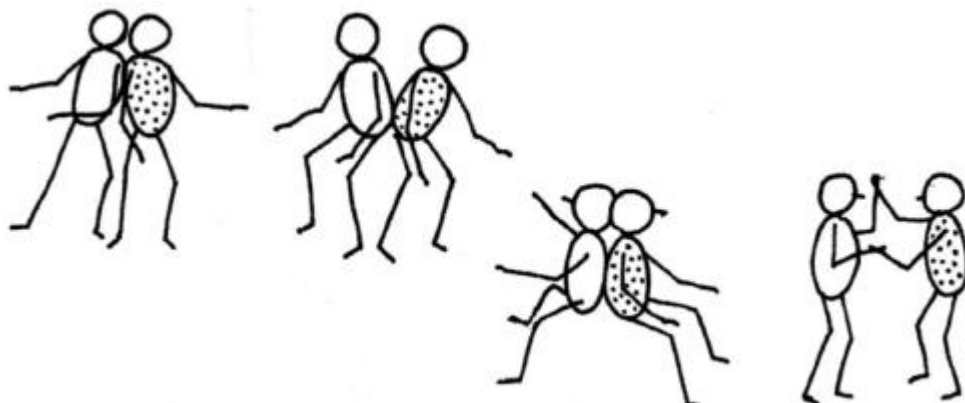
3. RAZISKOVANJE PROSTORA

Eden od dvojice vodi igro. Drugi stoji vzporedno, v diagonali za njim ali povsem za njim. Med njima je za dva do tri korake prostora. Vodja hodi po prostoru in ga raziskuje, potipa, ogleduje, povoha, lahko teče, se vrti, skače, se dviga in spušča, usede, leže ... Otrok, ki sledi vodji, ponavlja vse njegove gibe in početje.



4. PREIZKUŠANJE MOČI

Partnerja se postavita drug ob drugega in se dotakneta z rameni ali z boki. Z naslanjanjem na ramena poskušata izriniti drug drugega, prav tako storita z boki. Obrneta se hrbtno in se s hrbti upreta drug v drugega in skušata drug drugega premakniti. Na koncu se obrneta drug proti drugemu, se primeta za roke in drug drugega potiskata. Opomba: partnerji si morajo biti podobni v višini in teži. Pomembno je tudi, da te vaje izvajajo bos, ker jim sicer zdrsne na tleh.



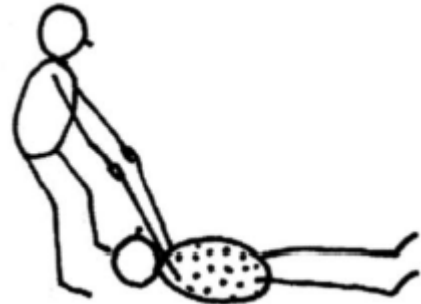
5. PRESKAKOVANJE IN PLAZENJE

Eden od dvojice se postavi v fantazijsko držo, ki omogoča drugemu, da gre preko njega, da gre preko njega, ga preskoči ali se splazi pod njim ali delom njegovega telesa, pri tem se ga ne sme dotakniti. Opomba: pri tej vaji je dobro, če delamo z več dvojicami, ker lahko posameznik preskoči ali kako drugače obide več zaprek.



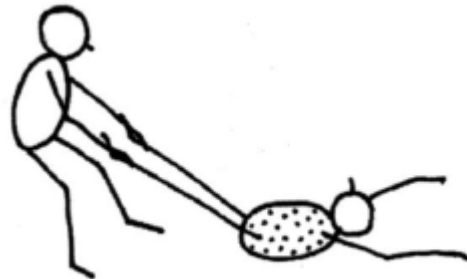
6. VLEČENJE ZA ROKE

Eden od dvojice se uleže na tla in miži, drugi ga prime za dlani in ga začne vleči po prostoru. Vleče ga počasi, tudi malo vijuga.



7. VLEČENJE ZA NOGE

Eden od dvojice se uleže na tla in miži, drugi ga prime za stopala in ga začne vleči po prostoru. Vleče ga počasi, tudi malo vijuga.



8. POTISKANJE

Partnerja sedita na tleh in se naslanjata s hrbtom drug na drugega. Tisti, ki bo potiskal drugega, ima noge v kolnih skrčene, tisti, ki se bo »vozil«, ima stegnjene. Tisti, ki potiska drugega, »vozi« drugega po prostoru, tisti, ki se »vozi«, usmerja gibanje in se izmika drugim dvojicam.

