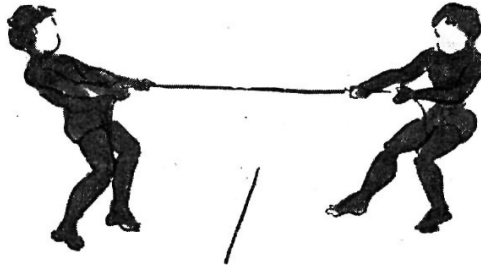


ИГРЕ ЗА ДИЗАЊЕ, НОШЕЊЕ И НАДВЛАЧЕЊЕ

• *Ко је јачи*

Два ученика ухвате конопац обема рукама и надвлаче га да га привуку преко линије.



• *Носимо повређеног*

Два ученика споје две палице и ставе их испред себе. Држе обема рукама. Трећи седне или чучне те га двојица носе. Улоге се могу мењати.

• *Навлачење ужета*

Дебели конопац се групно надвлачи. На половини је конопац обележен црвеном траком. Ученици подељени у две групе вуку конопац свако на своју страну. Наставник даје знак кад треба да почне. Ако се конопац не помери тј. црвена трака игра се понавља.

• *Гурање колица*

То раде парови. Један се упре ногама а друга га потискује рукама о леђа. Парови окренути леђима потискују један другог леђима. Парови споје руке, дланове и у предручењу се потискују. Парови седе и потискују се спојеним ногама. Парови седе у кругу и леђима се потискују седећи. Све се вежбе могу изводити у кругу или од линије до линије.

