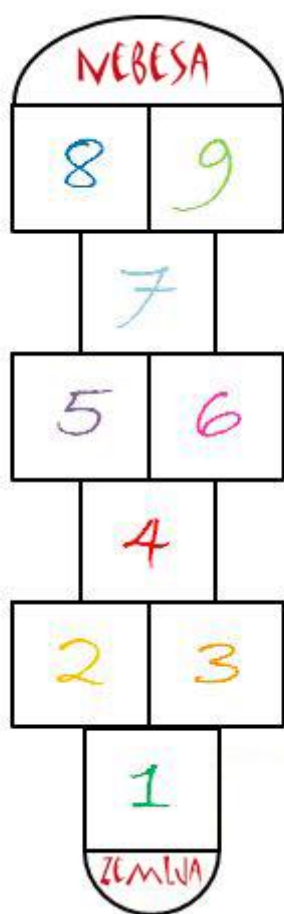


## PETEK, 20. 3. 2020

- preveri, če si opravil vse dnevne šolske obveznosti
- pojdi na svež zrak in se gibaj:

### **Aktivnost 1: RISTANC ali FUČ**

Ristanc je skupinska igra, manjših skupin; dva, tri, največ štirje igralci. Pri tej igri ni vodje pač pa so soigralci enaki.



#### **PRIPOMOČKI:**

Za ristanc ne potrebujete nič posebnega, le nadobudne igralce, dvorišče, kredo in kamen.

#### **PRIPRAVA:**

Ristanc ali fuč se igramo tako, da na tla narišemo kvadrate v obliki letala (najprej dva enojna, en dvojni, en enojni, en dvojni in na vrhu še eno polje v obliki polkroga) in vanje napišemo številke od ena do devet. Poiščemo si kamenček, ki naj bo prijetno okrogel in ploščat.

#### **PRAVILA IGRE:**

Kamenček vržemo v prvi kvadrantek in skačemo po oštevilčenih kvadratih. V enojno polje skačemo z eno nogo, v dvojno pa z obema istočasno. Pri obratu se obrnemo v skoku. Pomembno je to, da nikoli ne skočimo na črto. V polkrogu na vrhu, nebesih, si lahko odpočijemo, nato se na enak način vrnemo na izhodišče, vmes pa pobereмо svoj kamenček. Tako nadaljujemo po naslednjih številkah. Če kamenčka ne vržemo v pravi kvadrat ali se med skakanjem prevrnemo ali v enojnem kvadratu stopimo na tla tudi z drugo nogo, je na vrsti naslednji igralec. Zmaga igralec, ki uspešno konča z devetico. Težavnost igre lahko prilagodimo starosti otrok in jo tako še malo popestrimo.

#### **DODATNA PRAVILA:**

Če želimo, lahko igri dodamo dodatna pravila, ki igranje naredi še bolj dinamično. Pri pobiranju kamna lahko tako dodamo naprimer pravilo ki veli, da v polje kjer je kamen ne smeš skočiti, ampak ga je treba preskočiti ali pa določimo, da moramo kamenček nositi na dveh prstih roke in dodatno skakati, ne da bi kamen padel na tla. Pravil lahko dodamo toliko, kolikor jih naša domišljija premore.