

## **Bucket Relay**

Η αγέλη σχηματίζει σειρές ανά εξάδες. Μπροστά σε κάθε εξάδα υπάρχει ένας κουβάς γεμάτος με νερό και σε κάποια απόσταση υπάρχει ένας άδειος κουβάς. Με το σύνθημα οι πρώτοι κάθε εξάδας τρέχουν αδειάζουν το νερό στον άδειο κουβά. Στην συνέχεια αφήνουν τον άδειο κουβά παίρνουν τον γεμάτο, επιστέφουν στην αρχική τους θέση και συνεχίζει ο επόμενος.

Υλικά: 6 κουβάδες

## **Αναγνώριση ζώων**

Οι εξάδες βρίσκονται απέναντι σε έναν πίνακα σε αρκετά μεγάλη απόσταση ο πίνακας έχει επάνω φωτογραφίες ζώων τα παιδιά πρέπει να γράψουν το όνομα του ζώου κάτω από τη φωτογραφία του.

Υλικά: χαρτόνια με φωτογραφίες ζώων, μαρκαδόροι

## **Βιβλία και φασόλια**

Τα Λυκόπουλα είναι σε ίσιες γραμμές ανά εξάδες. Σε μία απόσταση λίγων μέτρων χαράζεται ένας κύκλος μέσα στον οποίο βάζουμε σακουλάκια με φασόλια τόσα όσα οι εξάδες.

Ο πρώτος κάθε εξάδας βάζει πάνω στο κεφάλι του ένα βιβλίο και κρατά στο χέρι του ένα σακουλάκι με φασόλια. Με το σύνθημα τρέχει στον κύκλο αφήνει εκεί το σακουλάκι που έχει στο χέρι του και παίρνει ένα σακουλάκι από τον κύκλο. Γυρίζει στη θέση του και δίνει στον επόμενο τα βιβλία και το σακουλάκι με τα φασόλια.

Όποιος ρίξει το βιβλίο ή το αγγίξει με το χέρι του για να το στηρίξει ή δεν βάλει το σακουλάκι μέσα στον κύκλο, πηγαίνει πάλι στη θέση και ξαναρχίζει. Η εξάδα που θα τελειώσει πρώτη κερδίζει.

Υλικά: βιβλία, σακουλάκια με φασόλια

## **Δρόμος μετ' εμποδίων**

Βάζουμε στη σειρά διάφορα πράγματα που η ισορροπία τους είναι αβέβαιη και μπορούν εύκολα να πέσουν μόλις τα αγγίξει κάποιος. Τοποθετούμε τα αντικείμενα σε μικρή απόσταση το ένα από το άλλο. Τα Λυκόπουλα είναι σε ίσιες γραμμές ανά εξάδες. Με το σύνθημα ξεκινάει ο πρώτος και προσπαθεί να περάσει ανάμεσα από τα αραδιασμένα αντικείμενα χωρίς να ρίξει κανένα. Για κάθε πεσμένο αντικείμενο η εξάδα χάνει ένα βαθμό. Κερδίζει η εξάδα με τους λιγότερους χαμένους βαθμούς.

Υλικά: διάφορα αντικείμενα

## **Κάτω από το τούνελ**

Τα Λυκόπουλα είναι σε ίσιες γραμμές ανά εξάδες. Οι παίχτες κάθε ομάδας είναι καθισμένοι κάτω. Ο πρώτος κάθε εξάδας κρατώντας μια μπάλα στα χέρια του τρέχει πηδώντας πάνω από τα πόδια των υπολοίπων. Όταν φτάσει στο τέλος όλοι σηκώνουν τα πόδια τους και πετάει την μπάλα κάτω από το «τούνελ». Ο επόμενος παίχτης κάνει ότι έκανε και ο πρώτος. Κερδίζει η εξάδα που θα τελειώσει πρώτη.

Υλικά: μπάλες

## **Μεταφορά**

Μεταφορά ενός ποτηριού με νερό πάνω σε ένα δίσκο ή μεταφορά αναμμένου κεριού ή μεταφορά ενός αυγού μέσα σε κουτάλι που το χερούλι του κουταλιού το κρατάνε με το στόμα.

## **Ο μύλος**

Η αγέλη έχει παραταχθεί σε εξάδες. Μπροστά από κάθε εξάδα υπάρχει ένα κοντάρι σε απόσταση περίπου 5-8 μέτρα. Με το σύνθημα οι πρώτοι ξεκινούν, φτάνουν στο αντίστοιχο κοντάρι, κάνουν ένα γύρο απ' αυτό, επιστρέφουν, πιάνουν τον δεύτερο λυκόπουλο ξαναεπιστρέφουν μαζί, κάνουν μια βόλτα γύρο από το κοντάρι, επιστρέφουν, πιάνουν τον τρίτο κοκ.

## **Πιο μακριά**

Τα λυκόπουλα βρίσκονται στις εξάδες τους. Το πρώτο από κάθε εξάδα πετάει το μπαλάκι του τένις, στον αέρα, όσο πιο μακριά γίνεται ώστε να προλάβει να το ξαναπιάσει πριν πέσει κάτω. Από εκεί που το πιάνει έρχεται ο επόμενος και κάνει το ίδιο μέχρι να φτάσουν σε ένα συγκεκριμένο σημείο. Αν του πέσει το μπαλάκι συνεχίζει από εκεί που έριξε ο προηγούμενος.

Υλικά: μπαλάκια του τένις

### **Αρματοδρομία**

Η Αγέλη χωρίζεται σε τριάδες. Τα δύο Λυκόπουλα παριστάνουν τα άλογα και το τρίτο παριστάνει τον αναβάτη. Ο αναβάτης κρατάει τα άλογα από τη ζώνη. Τα άρματα ξεκινούν για να φτάσουν στο απέναντι τέρμα.

Στη μέση της διαδρομής βρίσκονται κάτω φουσκωμένα μπαλόνια. Κάθε αναβάτης πρέπει να σπάσει το μπαλόνι που θα συναντήσει με το να κάτσει πάνω του χωρίς να αφήσει τα χαλινάρια και χωρίς να αγγίξει τα χέρια κάτω για να στηριχθεί.

Κερδίζει το άρμα που θα φτάσει πρώτο αφού σπάσει ο αναβάτης το μπαλόνι.

Αν τα άλογα τσαλαπατήσουν το μπαλόνι το άρμα χάνει ή βγαίνει από τον αγώνα.

Υλικά: μπαλόνια με νερό

### **Γκολφ**

Η αγέλη χωρισμένη σε εξάδες. Μπροστά από κάθε εξάδα υπάρχει μια διαδρομή χαραγμένη στο χώμα με ένα μπαλάκι μέσα. Σκυταλοδρομικά τα λυκόπουλα προσπαθούν με μία σκούπα να κάνει το μπαλάκι τη διαδρομή χωρίς να βγει έξω.

Υλικά: 3 σκούπες, 3 μπαλάκια του τένις

### **Κινέζικη σκυταλοδρομία**

Η αγέλη είναι χωρισμένη σε εξάδες. Οι πρώτοι προσπαθούν να μεταφέρουν ένα φασόλι με δύο σπέρτα μέχρι ένα σημείο, μετά ο επόμενος προσπαθεί να το γυρίσει πίσω και να το δώσει στον επόμενο κ.ο.κ.

Υλικά: σπέρτα, φασόλια

### **Νεροκουβαλητές**

Η αγέλη βρίσκεται σε εξάδες. Το πρώτο και το δεύτερο λυκόπουλο στη σειρά στηρίζουν ένα μπαλόνι με νερό στο κούτελό τους και πάνε μέχρι ένα σημείο και επιστρέφουν. Δίνουν το μπαλόνι στους επόμενους δύο κ.ο.κ.

Υλικά: νερόμπομπες

### **Ρακέτα και μπαλάκι**

Τα Λυκόπουλα είναι σε ίσιες γραμμές ανά εξάδες. Απέναντι τους και σε λίγα μέτρα απόσταση βρίσκεται ο Ακέλα. Κάθε Λυκόπουλο έχει από μία ρακέτα. Ο Ακέλα δίνει στον πρώτο κάθε εξάδας από ένα μπαλάκι. Με το σύνθημα ο πρώτος κάθε εξάδας κάνει ένα γύρο από τον Ακέλα προσπαθώντας να μην του πέσει το μπαλάκι μεταβιβάζει το μπαλάκι στον επόμενο. Κερδίζει η εξάδα που θα τελειώσει πρώτη.

Υλικά: ρακέτες, μπαλάκια του τένις

### **Σκυταλοδρομία με μπάλα**

Τα Λυκόπουλα είναι σε ίσιες γραμμές ανά εξάδες. Απέναντι τους και σε λίγα μέτρα απόσταση βρίσκεται ο Ακέλα. Ο Ακέλα δίνει στον Πρώτο από κάθε εξάδα από ένα μπαλάκι που το τοποθετεί ανάμεσα στο πηγούνι και στο λαιμό του. Με το σύνθημα αφού κάνει ένα γύρο από τον Ακέλα το δίνει στον επόμενο χωρίς να χρησιμοποιήσει τα χέρια. Αν πέσει το μπαλάκι κάτω θα πρέπει να το πιάσει πάλι χωρίς τη βοήθεια των χεριών. Κερδίζει η εξάδα που θα τελειώσει πρώτη. Η ίδια σκυταλοδρομία μπορεί να πραγματοποιηθεί με μπάλα ανάμεσα στα γόνατα.

Υλικά: μπαλάκια του τένις

### **Συνεργεία καθαρισμού**

Η Αγέλη σχηματίζει σειρές ανά εξάδες. Μπροστά από κάθε εξάδα υπάρχει ένας κουβάς γεμάτος νερό και ένα σφουγγάρι. Στην άλλη άκρη του γηπέδου υπάρχουν παραταγμένοι ισάριθμοι κουβάδες. Με το σύνθημα ένα λυκόπουλο από κάθε εξάδα πρέπει να βουτήξει το σφουγγάρι του στον κουβά με το νερό, να το μεταφέρει τρέχοντας ως το τέλος της διαδρομής και να το στύψει στον άδειο κουβά.

Υλικά: πλαστικοί κουβάδες, σφουγγάρια

### **Τα σκουλήκια**

Τα λυκόπουλα βρίσκονται σε εξάδες. Με το σύνθημα ο τελευταίος από κάθε εξάδα περνάει κάτω από τα πόδια των άλλων και φτάνει μπροστά κ.ο.κ. μέχρι να φτάσουν σε ένα σημείο.

## **Βαρελάκια**

Η αγέλη είναι χωρισμένη σε εξάδες. Με το σύνθημα οι πρώτοι κάθε εξάδας τρέχουν σε μια μικρή απόσταση και κάθονται σκυμμένοι. Οι επόμενοι τρέχουν, πηδάνε πάνω από τους πρώτους και κάνουν το ίδιο. Αυτό συνεχίζεται μέχρι η εξάδα να φτάσει σε ένα σημείο.

## **Καγκουρό**

Η αγέλη χωρίζεται σε εξάδες. Με το σύνθημα ο πρώτος βάζει την μπάλα ανάμεσα στα πόδια του, λίγο πιο πάνω από τα γόνατα και τρέχει μέχρι ένα σημείο. Στην επιστροφή δίνει την μπάλα στον επόμενο και συνεχίζουν μέχρι να παίξουν όλα τα παιδιά της εξάδας.

Υλικά: μπάλες

## **Οι μπάλες και το κουδουνάκι**

Η αγέλη είναι χωρισμένη σε εξάδες. Από μια ευθεία γραμμή χαραγμένη στο έδαφος τα λυκόπουλα προσπαθούν να χτυπήσουν με τη μπάλα το κρεμασμένο κουδουνάκι.

Υλικά: 3 μπάλες, 3 κουδουνάκια κρεμασμένα σε σχοινί

## **Σκουλήκια**

Η αγέλη βρίσκεται σε εξάδες. Τα πρώτα λυκόπουλα στη σειρά ξαπλώνουν κάτω και τεντώνονται για να φτάσουν ένα μπαλάκι του τένις (χωρίς να κυλήσει) όσο πιο μακριά μπορεί. Από εκεί συνεχίζει το δεύτερο μέχρι να φτάσουν σε ένα σημείο που βρίσκεται κάποιος βαθμοφόρος.

Υλικά: μπαλάκια του τένις

## **Σωστό λάθος**

Γράφουμε σε χαρτάκια ορισμένους κανόνες υγιεινής. Μερικές σωστές και μερικές λάθος Π.χ. κοιμάσαι με κλειστό παράθυρο ή αναπνέω με το στόμα κ.λ.π. Εμπρός από κάθε εξάδα τοποθετούμε τις ερωτήσεις και σε απόσταση έχουμε χάραξη δύο κύκλους τον έναν για τις σωστές απαντήσεις, τον άλλον για τις λανθασμένες.

Με το σύνθημα ένα-ένα λυκόπουλο παίρνει την ερώτηση και την τοποθετεί σ' όποιον κύκλο νομίζει. Κερδίζει η εξάδα που τοποθέτησε σωστά τις ερωτήσεις.

Υλικά: χαρτάκια

## **Το τρένο των ζώων**

Τα Λυκόπουλα είναι σε ίσιες γραμμές ανά εξάδες. Απέναντι τους και σε λίγα μέτρα απόσταση βρίσκεται ο Ακέλα. Οι πρώτοι της κάθε εξάδας είναι η ατμομηχανή και τα Λυκόπουλα πίσω τους είναι τα βαγόνια που είναι φορτωμένα με ζώα (ένα είδος ζώου το κάθε βαγόνι). Με το σύνθημα ξεκινάει η ατμομηχανή και κάνοντας τον ανάλογο ήχο περνάει γύρω από τον Ακέλα και επιστρέφει για να πάρει το πρώτο βαγόνι, που αρχίζει να φωνάζει με τη φωνή του ζώου που υποτίθεται ότι είναι φορτωμένο π.χ. σκύλου. Περνούν και οι δύο μαζί γύρω από τον Ακέλα και επιστρέφουν να πάρουν και το δεύτερο βαγόνι και το παιχνίδι συνεχίζεται με τον ίδιο τρόπο. Κερδίζει η εξάδα που θα τελειώσει πρώτη και φωνάζει καλύτερα.

## **Γεμίζω το σάκο**

Η αγέλη χωρίζεται σε εξάδες. Απέναντι από κάθε εξάδα υπάρχει ένας Γερόλυκος με μια σακούλα. Δίνουμε σε κάθε λυκόπουλο από ένα μπαλόνι. Με το σύνθημα ξεκινούν οι πρώτοι και μεταφέρουν το μπαλόνι χτυπώντας το (δεν επιτρέπεται να το πιάσουν) για να το βάλουν στο σάκο. Γυρίζουν πίσω για να φύγει ο επόμενος.

Υλικά: μπαλόνια, σακούλες

## **Νεροκολοκύθες**

Η αγέλη χωρίζεται σε εξάδες. Ισάριθμες σειρές έχουν σχηματιστεί και μπαλόνια έχουν τοποθετηθεί στο έδαφος και στερεωθεί καλά για κάθε εξάδα. Με το σύνθημα ένα λυκόπουλο από κάθε εξάδα τρέχει και προσπαθεί καθίσει επάνω σ' ένα μπαλόνι και να το σπάσει έχοντας τα χέρια του πίσω από την πλάτη του.

Υλικά: 30 μπαλόνια, σελοτέιπ

## **Στόχος**

Η αγέλη είναι χωρισμένη σε εξάδες. Απέναντι από κάθε εξάδα υπάρχουν τενεκεδένια κουτάκια σε διαφορετική απόσταση. Τα λυκόπουλα έχουν από δύο πέτρες στα χέρια τους. Οι πρώτοι κάθε εξάδας ξεκινούν και προσπαθούν να πετύχουν τα κουτάκια με τις πέτρες. Μετά συνεχίζουν και οι υπόλοιποι της εξάδας. Κάθε κουτάκι είναι 1 βαθμός. Κερδίζει η εξάδα με τους περισσότερους βαθμούς στο τέλος.

Υλικά: κουτάκια από γάλα εβαπορέ

### **Τα ψάρια που πετάνε**

Κόβουμε τόσα ψάρια όσες και οι εξάδες μας από χαρτόνι (τα ψάρια είναι 30 εκατοστά μακριά). Χωρίζουμε τις εξάδες στα δύο. Τρεις από την μια μεριά και τρεις από την άλλη και τους βάζουμε σε μια απόσταση 10 μέτρων. Τοποθετούμε τα ψάρια σε μια γραμμή μπροστά από τους πρώτους και τους δίνουμε ένα χαρτόνι 40 Χ 40 να κρατούν στο χέρι. Με το σύνθημα αρχίζουν να κτυπούν από πίσω κάνοντας αέρα στην ουρά των ψαριών. Αυτά θα κινηθούν προς τα εμπρός. Μόλις φτάσουν απέναντι δίδουν το χαρτόνι που κρατούν και συνεχίζει ο δεύτερος. Κερδίζει η εξάδα που τελείωσε πρώτη.

Υλικά: 3 ψάρια από χαρτόνι, 3 χαρτόνια (40Χ40)

### **Ισορροπία μπαλονιού**

Η αγέλη χωρίζεται σε εξάδες. Στην κάθε εξάδα δίνονται φουσκωμένα δύο μπαλόνια, ένα μικρό κι ένα μεγάλο. Οι πρώτοι ξεκινούν να διανύσουν μια απόσταση, ισορροπώντας το μικρό μπαλόνι πάνω στο μεγάλο. Γυρίζοντας κρατάνε και τα δύο μπαλόνια στα χέρια τους και τα δίνουν στον επόμενο. Κερδίζει η εξάδα που το μικρό μπαλόνι τους έπεσε λιγότερες φορές.

Υλικά: μπαλόνια

### **Ρύζι**

Η αγέλη είναι χωρισμένη σε εξάδες. Μπροστά από κάθε εξάδα υπάρχει σε μικρή απόσταση ένα πιατάκι με ρύζι και σε μεγαλύτερη ένα άδειο πιατάκι. Η κάθε εξάδα έχει από ένα κουτάλι. Με το σύνθημα ξεκινούν οι πρώτοι βάζοντας το κουτάλι στο στόμα τους και προσπαθούν να σκύψουν και να πιάσουν ρύζι με το κουτάλι από το πρώτο πιατάκι και να το μεταφέρουν στο δεύτερο. Έπειτα γυρίζουν και δίνουν το κουτάλι στον επόμενο κ.ο.κ.

Υλικά: πιάτα, κουτάλια, ρύζι

### **Pack them up**

Η αγέλη χωρίζεται σε ομάδες, ανά ομάδα πρέπει να υπάρχει μία βαλίτσα με: γάντια, γυαλιά, καπέλο, κασκόλ και άλλα παρόμοια. Με το σύνθημα κάθε λυκόπουλο τρέχει ανοίγει την βαλίτσα φοράει τα ρούχα πηγαίνει μέχρι ένα σημείο, μετά γυρίζει βγάζει τα ρούχα και τα ξαναβάζει στην βαλίτσα και πάει πίσω στην ομάδα του οπότε φεύγει ο επόμενος.

Υλικά: 3 βαλίτσες με ρούχα

## **Λίμνες της Ολλανδίας**

Ένα μεγάλο απλωμένο νάιλον με σαπούνι. Τα παιδιά βγάζουν τα παπούτσια και περπατούν μέχρι εκεί που τελειώνει το νάιλον και επιστρέφουν ανά εξάδες.

Υλικά: 3 κομμάτια αγροτικό νάιλον, σαπούνι

## **Συγγραφική σκυταλοδρομία**

Η αγέλη χωρίζεται σε εξάδες. Σε κάποια απόσταση μπροστά τους υπάρχει ένα χαρτί και ένα μολύβι. Με το σύνθημα ο πρώτος κάθε εξάδας τρέχει και γράφει στο χαρτί μία λέξη. Γυρίζει, κτυπά τον δεύτερο και αυτός με τη σειρά του γράφει άλλη μία λέξη με σκοπό να συμπληρώσει μια ενδιαφέρουσα πρόταση. Στο τέλος, κερδίζει η εξάδα που παρουσίασε την πιο ωραία και πιο καλλιγραφική πρόταση.

Υλικά: 3 χαρτιά Α4, 3 μολύβια

## **Αλυσίδα με ρούχα**

Η Αγέλη χωρίζεται σε εξάδες. Τα λυκόπουλα της εξάδας πρέπει να βγάλουν όσα περισσότερα ρούχα μπορούν (πουκάμισα, ζώνες, κάλτσες, κορδόνια...) και να σχηματίσουν μια μεγάλη γραμμή. Κερδίζει η εξάδα που θα σχηματίσει την πιο μεγάλη αλυσίδα.

## **Οι χάρτινες σακουλές**

Τα Λυκόπουλα είναι σε γραμμές ανά εξάδες. Λίγα μέτρα μπροστά από κάθε εξάδα βρίσκεται ένα καλάθι μέσα στο οποίο ο Ακέλα έχει τοποθετήσει τόσες χάρτινες σακουλές όσα είναι και τα Λυκόπουλα. Κάθε Λυκόπουλο όταν έρθει η σειρά του τρέχει, παίρνει μία σακούλα, την ξεδιπλώνει, τη φουσκώνει και τη σκάει. Κερδίζει η εξάδα που τελειώνει πρώτη.

Η ίδια σκυταλοδρομία μπορεί να πραγματοποιηθεί με μπαλόνια.

Υλικά: χάρτινες σακούλες

## **Τα μωρά**

Ένας από κάθε εξάδα στέκεται στον τοίχο και παριστάνει το μωρό, ενώ ο επόμενος της σειράς κρατώντας ένα μπισκότο και με δεμένα τα μάτια προσπαθεί να ταΐσει το μωρό δίνοντάς του το μπισκότο.

Υλικά: μπισκότα