

# Racman

warm up

## Στήσιμο παιχνιδιού.

Χρησιμοποιήστε μια περιοχή που έχει πολλές γραμμές (π.χ. γήπεδο πμάσκετ).

2 παιδιά θα είναι «Racman» (κυνηγοί) και θα ξεκινάνε από το κέντρο του γηπέδου.

1 παιδί θα είναι ο "γιατρός".

Όλοι οι υπόλοιποι ξεκινάνε από όποια γραμμή του γηπέδου θέλουν.




## Οδηγίες

1. Στο "Πάμε", τα παιδιά θα προσπαθήσουν να αποφύγουν να πιαστούν από τον Racman
2. Όλοι οι παίκτες (και ο πακμαν) μπορούν να κινηθούν σε οποιαδήποτε κατεύθυνση θέλουν αλλά μόνο πάνω στις γραμμες.
3. Εάν κάποιος πιαστεί, κάθεται στο σημείο που πιάστηκε.
4. Κανείς εκτός από τον Racman δεν μπορεί να περάσει από πιασμένο παίκτη (δηλαδή ο πιασμένος παίκτης γίνεται εμπόδιο)
5. Ο «γιατρός» μπορεί να αγγίζει τα παιδιά που έχουν πιαστεί, σώζοντάς τα και επαναφέροντάς τα στο παιχνίδι
6. Παίξτε αρκετούς γύρους, αλλάζοντας τον «Racman» και το γιατρό κάθε φορά

### Στόχος

Μετακινήσεις 

Αντοχή 

Αντίληψη χώρου

### Αριθμός

παιδιών

+ 8

### Εξοπλισμός

γήπεδο με γραμμές

### Τροποποιήσεις

Αλλαγή στον τρόπο μετακίνησης  
Κουτσό, άλματα,  
γκάλοπ, πλάγια βήματα

Ισορροπία όταν κάποιος πιάνεται.

# Pacman

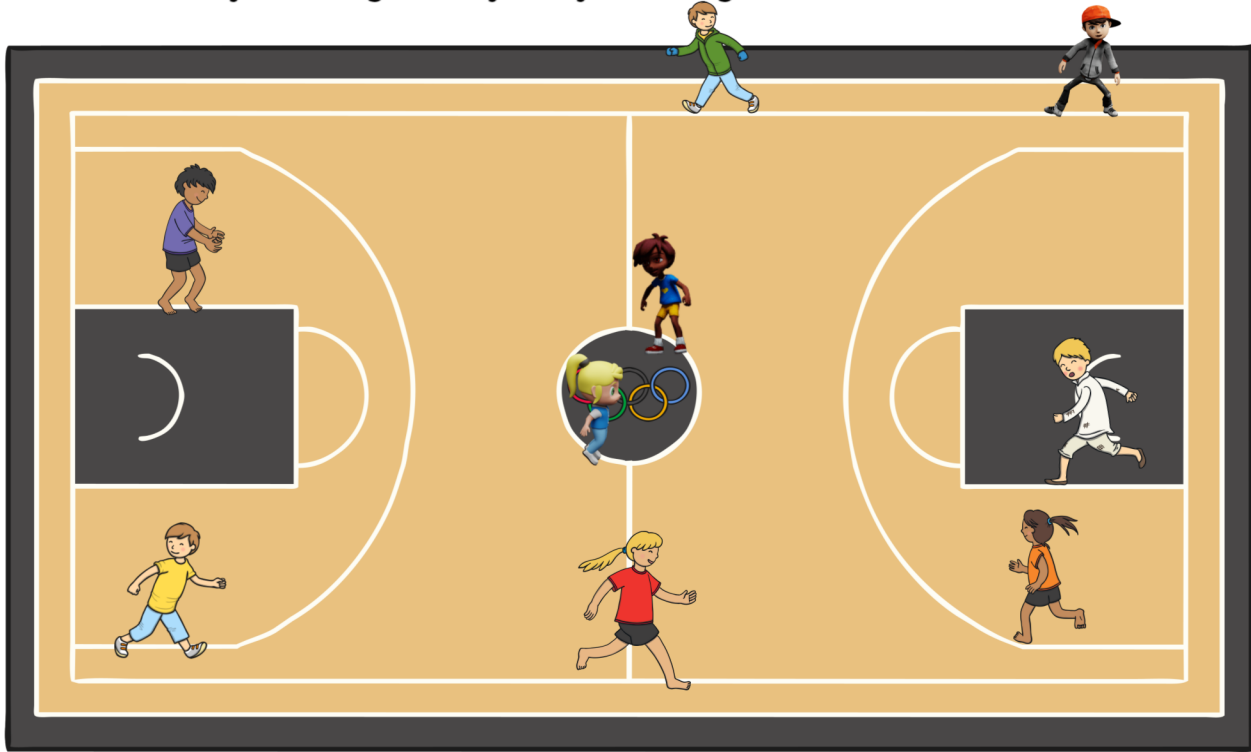
## Set Up

Use an area that has multiple lines (eg basketball court).

2 kids will be "Pacman" (taggers) and will start from the center of the field.

1 kid will be the "doctor"

All the others start from any line of the field they want •



## Instructions

1. On the 'Go', kids will try to avoid being caught by Pacman.
2. All the players (including Pacman) can move in any direction they want but only on lines
3. If you get tagged, you must sit down on the spot where you got tagged.
4. No one except Pacman can get passed a tipped player (i.e. they become a roadblock).
5. The 'doctor' can touch kids who are tagged, saving them and getting them back in to the game
6. Play multiple rounds, changing up the 'Pacman' and doctor each time.

### Focus

Locomotor



Endurance



spatial awerness

### Group size

+8

### Equipment

court with lines

### Variations

Change the method of movement  
Skipping, Hopping,  
Side-stepping, Galloping  
Balance instead of sitting  
when you are tagged