

# Waspital

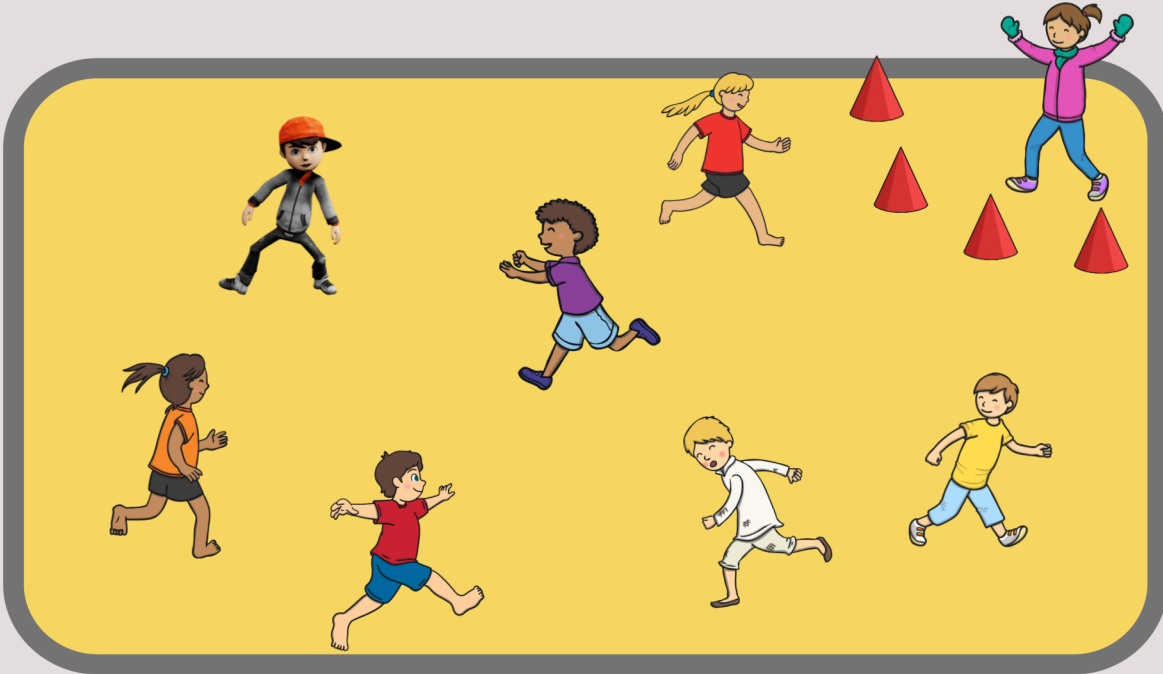
warm up

## Set Up

Choose 2 kids to be 'wasps' (taggers). The rest of the class spread out around the playing area

Mark out a small area with cones (only needs to be 2 meters diameter) to be the 'waspital'

Each kid has 2 'band-aids' (2 hands)



## Instructions

1. Kids run around trying to avoid getting 'stung' (tagged) by the 2 wasps (taggers)
2. If you get stung (tagged), you put one of your band-aids (hands) on the place you got stung (e.g hand on leg)
3. You must keep running around, holding your hand on the place where you got stung  
- If tagged a second time you must use your other band-aid on the spot you got stung
4. If/when you are stung for a 3rd time, you have no band-aids (hands) left and so must go to 'waspital'
5. When in 'waspital', you need to get healed by doing a challenge then you are free to go again
6. Teacher determines the challenge each round: 10 star jumps, 10 frog jumps, Balance on one leg for 10 seconds, 10 seconds running on the spot as fast as possible e.c.t

### Focus

Locomotor



Endurance



spatial awareness

### Group size

+8

### Equipment

cones

### Variations

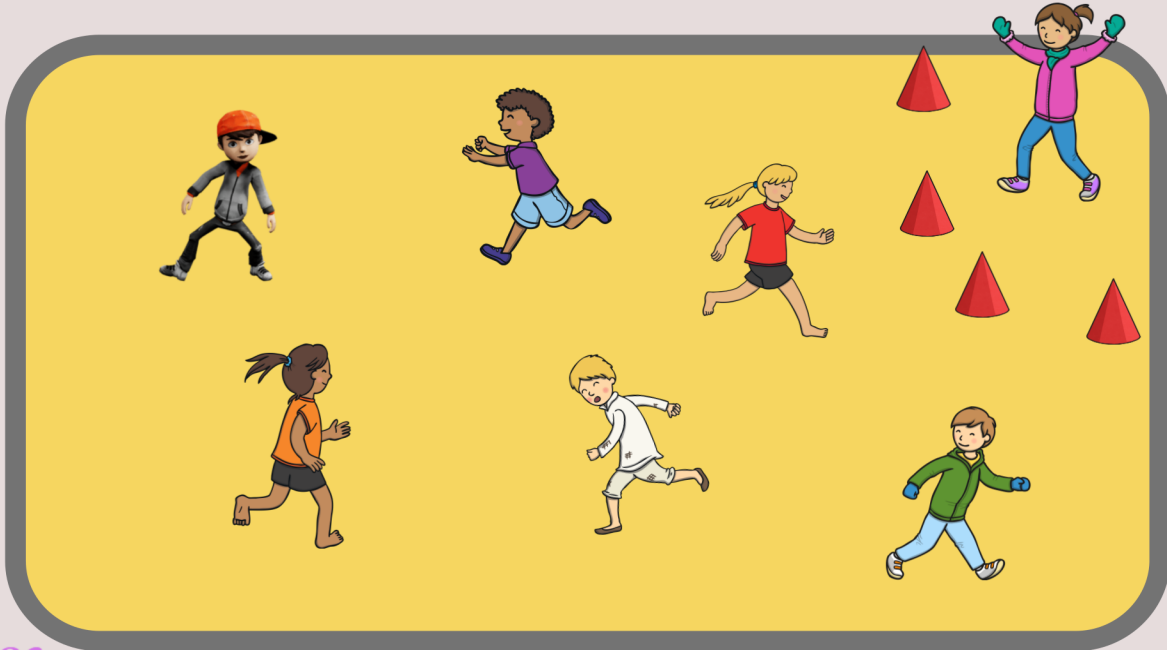
Change the method of movement  
Skipping, Hopping,  
Side-stepping,  
Gallop

# Οι σφήκες

## Στήσιμο παιχνιδιού.

Επιλέξτε 2 παιδιά για «σφήκες» (κυνηγούς). Η υπόλοιπη τάξη απλώνεται στην αυλή. Οριοθετήστε μια μικρή περιοχή με κώνους (π.χ. με διαμετρο 2 μέτρα) για να είναι το «νοσοκομείο»


Κάθε παιδί έχει 2 «τσιρότα» (2 χέρια)




## Οδηγίες

1. Τα παιδιά τρέχουν στον οριοθετημένο χώρο προσπαθώντας να αποφύγουν να «τσιμπηθούν» (να πιαστούν) από τις 2 σφήκες (κυνηγούς).
2. Εάν τσιμπηθούν (πιαστούν), βάζουν έναν από τα τσιρότα (χέρια) στο σημείο που τσιμπήθηκαν πχ. το χέρι στο πόδι.
3. Πρέπει να συνεχίσουν να τρέχουν, κρατώντας το χέρι σας στο σημείο που τσιμπήθηκαν  
- Αν πιαστούν δεύτερη φορά, πρέπει να χρησιμοποιήσουν το άλλο τους τσιρότο (χέρι) στο που τσιμπήθηκαν.
4. Αν τσιμπηθούν για 3η φορά, δεν έχουν άλλα τσιρότα (χέρια) και έτσι πρέπει να πάνε στο "νοσοκομείο".
5. Όταν βρίσκονται στο «νοσοκομείο», πρέπει να κάνουν μία 'δοκιμασία' για να θεραπευτούν και να φύγουν.
6. Ο Κ.Φ.Α καθορίζει τη 'δοκιμασία' σε κάθε γύρο: 10 άλματα , 10 κοιλιακούς , ισορροπία στο ένα πόδι , γρήγορο επιτόπου τρέξιμο για 10'' κλπ

### Στόχος

Μετακινήσεις 

Αντοχή 

Αντίληψη χώρου

### Αριθμός

παιδιών

+8

### Εξοπλισμός

κώνους

### Τροποποιήσεις

Αλλαγή στον τρόπο μετακίνησης

Κουτσό, άλματα, γκάλοπ, πλάγια βήματα