

GUMITVIST

Potrebuješ približno 4 m elastike, široke 1 cm in vsaj dva soigralca. Igra poteka tako, da si dva nasproti stoječa, ki sta med sabo oddaljena približno 2 m, napneta elastiko okrog nog. Tretji jo preskakuje, in sicer na več možnih načinov, ki so opisani spodaj. Preskakuje jo tudi na različnih višinah:

- gležnji (prva),
- kolena (druga),
- pod »tazadnjo« (tretja),
- pas (četrta),
- pod pazduho (peta).

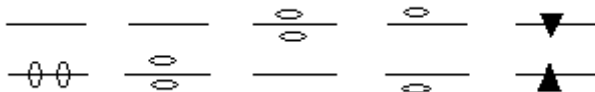
Različne so tudi širine, na katerih se izvajajo naloge:

- normalna; stopala tistih, ki držita, so nekje 30 cm narazen,
- ozka; stopala so popolnoma skupaj,
- široka; stopala so široko narazen, od tretje višine naprej širino držijo roke.

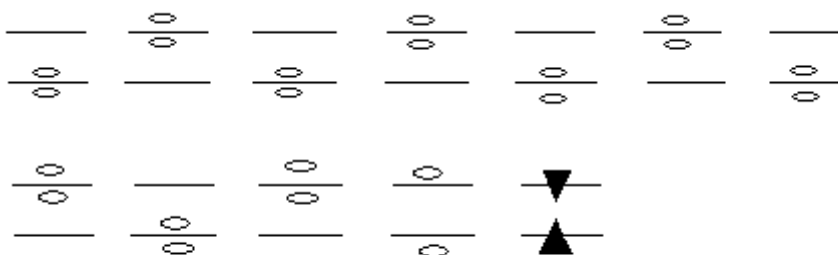
Oseba, ki skače, mora določeno nalogo opraviti brez napake, da lahko nadaljuje na naslednjo višino. Če se zmoti (naredi »fuč«), nadaljuje igro naslednji. Ko pride ponovno na vrsto, nadaljuje na tisti višini in pri tisti igri, kjer je prej naredil »fuč«. Igro lahko igramo tudi v parih. V tem primeru določimo prvega in drugega. Če se, recimo, prvi zmoti, lahko drugi skače namesto njega, pravilno opravi nalogo in ga na ta način reši, kar pomeni, da lahko oba nadaljujeta na naslednji višini.

Primeri iger:

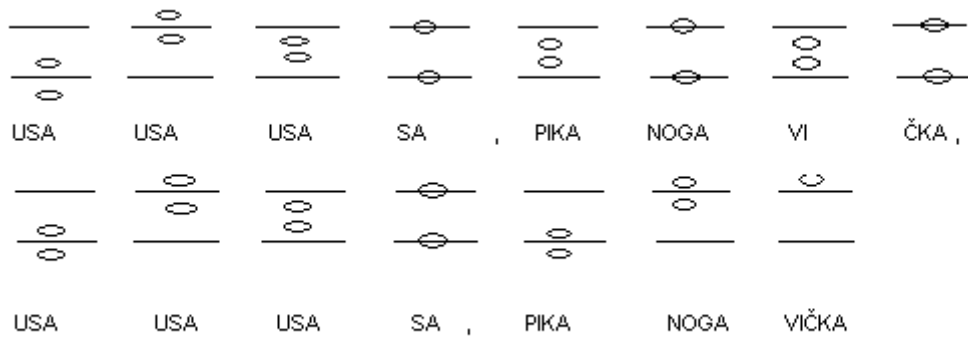
1. navadna



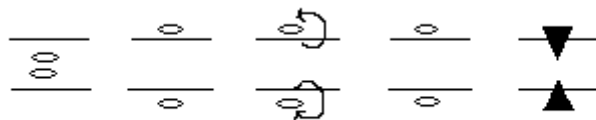
2. desetka



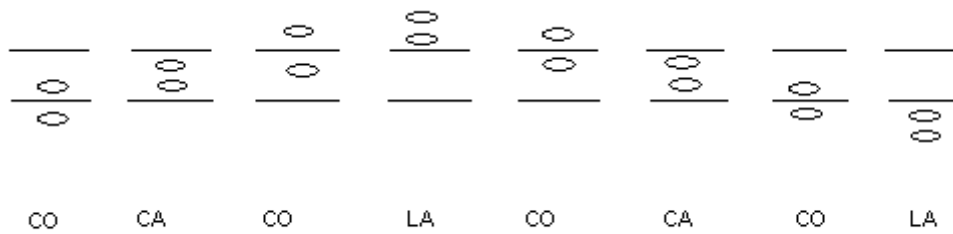
3. usa-usa-usa-sa



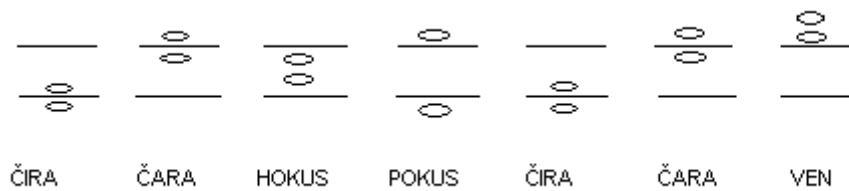
4. metuljček



5. co-ca-co-la



6. čira-čara-hokus-pokus



Tukaj je predstavljenih le nekaj osnovnih iger, prav gotovo pa obstaja še več različic, ki so bolj ali manj podobne tem, ki sem jih opisala. Pomembno je, da se udeleženci pred začetkom igre dogovorijo in natančno določijo pravila ter jih v nadaljevanju upoštevajo.

* Če si slučajno sam in nimaš nikogar, ki bi ti držal napeto elastiko, lahko za ta namen uporabiš tudi dva čisto navadna kuhinjska stola. Le poskusi! 😊