



גומי – משחקים של פעם

כללי ניתוח משחק על פי דון מוריס

גומי (או בשמו האחר גומי הולנדי) הוא משחק ילדים, העושה שימוש בטבעת ארוכה (מספר מטרים) של גומי גמיש מאוד ("גומי תחתונים").



ציוד ומיקום

- גומי באורך של 2 מטרים וחצי
- שטח פנוי

מבנה ומספר שחקנים

למשחק דרושים לפחות שלושה משתתפים. לפחות שניים מן המשתתפים מפשקים את רגליהם מעט, ומשמשים כעמודים, המחזיקים את טבעת הגומי הנמתחת ביניהם.





מטרות המשחק

- דיוק
- שיפור יכולת הניתור
- קואורדינציה
- חיזוק שרירי הרגליים

תנועה

שני שחקנים עומדים עמידת פישוק ללא
תזוזה. השחקן השלישי מנתר על רגל אחת,
שתי רגליים בהתאם לתרגיל.

מגבלות

1. כניסה למרכז הגומי בניתור.
2. דריכה על הגומי בהתאם לשלבי המשחק.
3. סיום הקפיצות ברגליים צמודות החוצה.

שלבי המשחק

- לאחר הצלחה מרימים את הגומי
- 1. שלב ראשון הגומי על הקרסול.
- 2. שלב שני הגומי על השוק.
- 3. שלב שלישי הגומי מאחורי הברך.
- 4. שלב רביעי הגומי מאחורי הירך באמצע.
- 5. שלב חמישי הגומי על המותניים.
- 6. שלב שישי כל השלבים מחדש על רגל אחת.
- משתתף שנפסל הופך להיות מחזיק הגומי.

Twist בעלילה



שינוי מבנה ומספר שחקנים

- שמונה שחקנים
- השחקנים עומדים אחד מול השני בצורת ריבוע



שינוי מטרות המשחק

- תיאום
- שיתוף פעולה
- עבודת צוות
- תיזמון

שינוי תנועה

ארבעה שחקנים עומדים עמידת פישוק ללא
תזוזה. ארבעת השחקנים מנתרים על רגל
אחת/שתיים לתוך הריבוע והחוצה.

שינוי מגבלות

1. ניתור השחקנים באותו הקצב.
2. אין לגעת בגומי.

אי שמירה על אחד הכללים יביא לפסילה
ולהחלפה בין הקבוצות
(הקופצת ומחזיקת הגומי).

מגישים

תחקירנית: אושרת פרננדס

תסריטאי: עופר דהן

במאית: רתם שמואלי

עורכת: ענבר אשכנזי