

10 zabaw bieżnych

o Czwarty berek dzieli

Spośród uczestników drogą losowania wybieramy dwóch berków, którzy trzymając się w dowolny sposób za ręce starają się schwytać kogoś z uciekających. Schwytyany podaje berkom rękę i tak połączeni w trójkę starają się schwytać kogoś z uciekających. W momencie schwywania czwartej osoby następuje podział berków na dwie oddzielne pary. Zabawa toczy się dalej w ten sam sposób. Zwycięża ten uczestnik, który zostanie schwytyany ostatni.

o Berek ze śladem,

Ustawienie w luźnej gromadce. Wyznaczamy berka. Jeżeli ktoś z uciekających zostanie dotknięty przez berka to przyciska dłonią ślad po dotknięciu i stając się berkiem w takiej postawie goni dopiero innych.

o Berek czarodziej,

Uczestników dzielimy na grupy 6-8 osobowe. W grupach drogą losowania wybiera się "czarodzieja". Na sygnał w każdej grupie "czarodziej" goni po wyznaczonym polu. Dotknięty przez "czarodzieja" staje w pozycji zasadniczej ("zaczarowany"). "Czarodziej" biega wokoło stojącego starając się jednocześnie "zaczarować" innych. "Czar" przestaje działać i zaczarowanemu wolno uciekać, gdy go dotknie jeden z wolnych uczestników. Należy często zmieniać "czarodzieja".

o Berek wyzwalany,

Spośród uczestników drogą losowania wybieramy dwóch berków, którzy będą ze sobą współpracować. Na sygnał obaj starają się schwytać kogoś z uciekających. Schwytanego umieszcza się w określonym miejscu na sali (koło, półkole, prostokąt, kwadrat itp.), którego nie wolno mu opuścić, zostaje bowiem "uwięziony". Jeżeli goniący umieszczą tam po schwyтaniu przynajmniej jedną osobę, dzielą funkcje na pilnującego i berka, gdyż pozostali, wolni uczestnicy mogą przez dotknięcie wyzwolić "uwięzionych". Zabawa kończy się gdy wszyscy uczestnicy zostaną uwięzieni.

o Berek kibelek,

Wybieramy 1-2 berki, które starają się schwytać kogoś z uciekających. Schwytyany klęka na jedno kolano i wystawia rękę w przód. Jeżeli inny uczestnik usiądzie mu na kolano i "spuści wodę" czyli opuści mu rękę w dół to schwytyany jest wyzwolony i dalej bierze udział w zabawie. Zabawa kończy się gdy berki wszystkich dotkną lub można to robić na czas i potem policzyć ile osób jest złapanych