Zestaw nr 4 - Zabawy na muskuły

- Przeciąganki - Drużyny ustaw w rzędach naprzeciwko siebie, najsilniejsi z drużyn stoją na przodzie zespołów. Pierwsi zawodnicy z przeciwnych drużyn chwytają się za ręce, pozostali stojący w rzędach obejmują w pasie kolegę stojącego z przodu. Na sygnał drużyny zaczynają się przeciągać, a wygrywa ten, któremu uda się przeciągnąć przeciwników za wyznaczoną linię. Zwycięża zespół, który więcej razy pokona przeciwnika.
- Za łokcie - Dzieci stoją tyłem do siebie, ramiona mają złączone w łokciach. Usiłują przeciągnąć partnera na swoją stronę.
- Klapsy - Dzieci chwytają się tymi samymi, czyli np. lewymi lub prawymi ramionami, a drugimi usiłują klepnąć swojego partnera w pośladek. Zobaczycie, ile będzie przy tym śmiechu