

## بازی ایستگاهی

هدف بازی : افزایش استقامت، سرعت عمل

شدت فعالیت : بالا

گروه سنی: 4 به بالا

تعداد افراد: یک نفر و بیشتر

### ابزار

• توپ رنگی، بادکنک، سبد و نخ کاموا، مکعب پارچه ای یا کاغذی

### سازماندهی و شرح بازی

کودکان در دو گروه قرارار می گیرند با علامت شروع در هر ایستگاه حرکت مورد نظر را انجام می دهند.

ایستگاه اول : کودکان باید 5 توپ ت رنگی را از ابتدا ی مسیر باید به انتهای مسیر ( مسیر 4 متری ) برسانند. هر دفعه یک توپ را برمی دارند.



ایستگاه دوم : بادکنک را ده بار بالا بزند بدون این که بادکنک به زمین بیفتد



**ایستگاه سوم:** فرد باید مکعب ها را روی هم بچیند.



**ایستگاه چهارم:** فرد باید سه تا توپی که دورن سبیدی است که در آن با نخ کاموا بسته شده است بیرون بیاورد.



برای کودکان 9 ساله به بالا می توان این فعالیت ها را رقابتی نمود و فردی که بتواند زودتر به ایستگاه پایانی برسد برنده است.

**تهیه کننده:** فروزان ملک