

بپر بیر

هدف بازی : توان عضلانی، استقامت عضلانی، قدرت عضلانی ، رقابت و همکاری

شدت فعالیت : متوسط به پایین

مهارت ها: پریدن

گروه سنی: 7-9 سال

تعداد افراد: گروه های سه نفره

ابزار

کش

سازماندهی و شرح بازی

هر کدام از گروه ها یک کش 1.5 متری را در دست دارند. 2 نفر سر کش را در دست می گیرند. مربی محدوده ای (عرض زمین والیبال) را مشخص می کند. با صدای سوت مربی نفر سوم از روی کش می پرد وقتی پرید در امتداد نقطه ای که پرش را انجام داده سر کش را میگیرد و جای خود را با نفر اول عوض می کند و نفر دیگر از روی کش می پرد و همینطور تا آخر مسیر تعیین شده ادامه می دهند.

هر گروهی که مسافت عرض زمین را زودتر طی کند برنده است.

تهیه کننده : زهرا گلچمن