

## طناب بازی (شمع، گل، پروانه)

هدف بازی : تعادل ، هماهنگی ، قدرت ، توان بی هوازی

شدت فعالیت : بالا

مهارت ها: پریدن

گروه سنی: ۸سال به بالا

تعداد افراد: حداقل سه نفر

ابزار

طناب

### سازماندهی و شرح بازی

افراد را به سه گروه تقسیم می کنیم . دو سر طناب را دو نفر می گیرند طوری که وسط طناب به زمین بخورد این نفرات باید طناب را با دست بپرخانند و یک نفر از وسط طناب می پرد طوری که طناب از پایین پا و بالای سر او عبور میکند و در همین حین " شعر شمع، گل ، پروانه ، سوسن سنبل افسانه " می خواند اگر روی گفتن هر اسمی فرد وسط پایش به طناب خورد و سوخت آن اسمی که گفته با آن جاها عوض می شود.(در مرحله بعدی میتوان گردش طناب به سمت جلو را به سمت عقب برد )

تهیه کننده : فهیمه دستجردی