

هر چه سرگروه می گوید: انجام دهید

هدف بازی: تقویت قوای ذهنی، افزایش تمرکز کودکان.

شدت فعالیت: این بازی از سطوح پایین به بالا متغیر است.

مهارت ها: مهارت های آمادگی جسمانی.

گروه سنی: برای سنین ابتدایی و کودکان.

تعداد افراد: تعداد افراد شرکت کننده در این بازی از 3 نفر به بالا متغیر می باشد.

ابزار

این بازی به ابزار خاصی نیاز ندارد.

سازماندهی و شرح بازی

این بازی به این صورت است که ابتدا شرکت کنندگان را به 4 گروه تقسیم می کنیم. هر گروه در یک گوشه اتاق کار می کند. در بازی ((سرگروه می گوید)) یک فرد سرگروه است و سایر افراد از وی تبعیت می کنند و هر آن چه را وی می گوید انجام می دهند. زمانی که سرگروه عبارت ((سرگروه می گوید)) را به کار ببرد سایر افراد باید آن حرکت را انجام دهند. اگر سرگروه از عبارت ((سرگروه می گوید)) استفاده نکند بازیکنان نباید آن عمل را انجام دهند. اگر فردی حرکتی را بدون علامت مناسب و به اشتباه انجام دهد یک برگه "و" دریافت می کند. اگر فرد دیگری دوباره فریب بخورد او برگه "ر" را دریافت می کند. این الگو ادامه می یابد تا وی واژه "ورزش" را هجی کند. پس از این که فرد واژه "ورزش" را هجی نمود و تمام حروف مربوط به واژه آن واژه را دریافت نمود و یا پس از 2 دقیقه، جای سرگروه عوض می شود.

منبع : چارمین ساترلند، تربیت بدنی بدون سالن ورزشی(فعالیت های بدنی ویژه فضاهای رایج آموزشی).. مترجمان : زهرا استیری، رزا رهاوی. مشهد : امید مهر(1394)، صفحه 60

تهیه کننده : مریم صبری