

واژگون شدن سبد میوه

هدف بازی: کارگروهی، کاهش رمان عکس العمل

شدت فعالیت: از شدت کم به متوسط به طور پی در پی

مهارت ها: استراتژی، کارگروهی، زمان عکس العمل

گروه سنی: ۵ تا ۱۲ سال

تعداد افراد: حداقل ۸ نفر

ابزار

به تعداد افراد صندلی یا میز

سازماندهی و شرح بازی

- ✓ دانش آموزان به چهار گروه تقسیم کنید و هر گروه روی میز یا صندلی ها قرار می گیرند. نام هر گروه نام یک میوه است. برای مثال نام گروه یک، گروه سیب است.
- ✓ دو گروه را انتخاب کنید. فقط اعضای این گروه جای خود را عوض می کنند. برای مثال بگویید گروه های سیب و پرتقال جاهای خود را با یکدیگر عوض می کنند.
- ✓ هدف این است که اعضای گروه با یکدیگر همکاری کنند و با علامت به سرعت جای خود را با گروه دیگر عوض کنند
- ✓ هر گروه سعی می کند قبل از اینکه گروه دیگر سر جای آن ها قرار بگیرد روی صندلی آنها بنشینند
- ✓ هر گروهی که همه اعضای آن زودتر در جای خود قرار بگیرد یک امتیاز می گیرد
- ✓ می توانید در هر بار نام بردن گروه ها برای تعویض منطقه نوع حرکت را نیز بگویید. مثلا دویدن با سرعت، دویدن با زانو بلند، دویدن از پهلو و...

منبع: چارمین ساترلند. تربیت بدنی بدون سالن ورزشی. مترجمان استیری زهرا، رهاوی رزا (۱۳۹۴) مشهد. انتشارات امید مهر
ص ۴۶

تهیه کننده: مبینا خبیری

