

با یک بازو تا آخرین رمق مبارزه کردن

هدف بازی: بهبود تسلط جانبی، بهبود قدرت عضلانی

شدت فعالیت: بالا

مهارت ها: بنیادی دستکاری و جا به جایی

گروه سنی: 5 سال و بیشتر

تعداد افراد: گروهی

ابزار

نیاز ندارد

سازماندهی و شرح بازی

دو کودک در جهت مخالف یکدیگر روی خط می ایستند و مچ های دست یکدیگر را محکم می گیرند. با فرمان "رو" سعی میکنند که یکدیگر را از خط بکشند. مدت زمانی که اجازه دارند کشیدن را انجام دهند، حدوداً 20 ثانیه می باشد. به کودکان خاطر نشان کنید که اجازه ندارند به سمت یکدیگر بروند مگر اینکه بتوانند دیگری را روی خط قرار دهند یا اینکه مربی به آن ها بگوید که پس از 20 ثانیه حرکت را متوقف کنند. کودکان باید از کشش یکنواخت و آرام استفاده کنند و از بازوی دیگر خود استفاده نکنند.

منبع: چیتام بیلی آن، هامند آلیسون ای. فعالیت های بدنی برای بهبود یادگیری و رفتار کودکان (راهنمای رشد حسی حرکتی)

مترجم زهرا استیری، مشهد: امید مهر، 1395. ص 146