

درازنشست کارتی

هدف بازی: تقویت عضلات شکم، سرعت عمل، دقت

شدت فعالیت: بالا

مهارت ها: گرفتن، بنیادی جا به جایی

گروه سنی: ۹ سال به بالا

تعداد افراد: حداقل دو نفر

ابزار

کارت های رنگی

سازماندهی و شرح بازی

بچه ها به صورت دراز نشست دوبه دو رو به رو هم روی تشک دراز می کشند. سپس تعدادی کارت به صورت مساوی در کنار خود قرار میدهند با صدای سوت و حرکت درازو نشست باید کارتها را بردارند و بالای سر خود قرار دهند تا زمانی که کارتها تمام شود.

در حرکت بعد باید کارتهای شبیه به هم را بردارند و بالای سر خود قرار دهند و کارتی را بردارند که طرف مقابل برداشته است تا نتواند جفت کارت داشته باشد همچنین تلاش کند که کارتهای خود را جفت کند. در پایان هر فردی که جفت کارت بیشتری داشته باشد برنده است.

