

دو امدادی جک و جیل

هدف بازی : بهبود تسلط جانبی ، تعادل

شدت فعالیت : بالا

مهارت ها: جابه جایی و دستکاری گرفتن

گروه سنی: 4 سال و بیشتر

تعداد افراد: انفرادی یا گروهی

ابزار

سطل آب برای هر نفر 3 عدد

سازماندهی و شرح بازی

یک سوم از سطل را پر از آب کنید. سطل را در خط شروع قرار دهید. خط پایان را در حدود 5 تا 10 فوت تا خط شروع مشخص کنید. کودک سطل را با دست برتر خود بر میدارد و به سمت خط پایان و محلی که باید آن را بگذارد حمل میکند. سپس بر میگردد و دومین سطل را با دست برتر خود بر میدارد و آن را تا خط پایان حمل می کند. با سه سطل (یا بیشتر) فعالیت را ادامه دهید. درانجام این فعالیت نریختن اب بر روی زمین را مورد توجه قرار دهید. این یک مسابقه بزرگ تابستانی می باشد و می تواند به صورت دو امدادی بین چندین کودک نیز انجام شود.



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. ص144