

رد و بدل کردن توپ با تاب دادن بدن

هدف بازی : بهبود عملکرد دهلیزی پایین

شدت فعالیت : متوسط

مهارت ها: گرفتن

گروه سنی: ۴ سال و بیشتر

تعداد افراد: حداقل دو نفر

ابزار

توپ

سازماندهی و شرح بازی

همبازی ها پشت به پشت یکدیگر می ایستند و یکی از همبازی ها یک توپ را در دست نگه می دارد. شخصی که توپ دارد به سمت راست خود می چرخد و همبازی دیگر به چپ می چرخد. توپ رد می شود و سپس همبازی به سمت دیگر می چرخد و توپ را به نفر اول بر می گرداند. سعی کنید تاجایی که امکان دارد به سرعت بچرخید و توپ را رد کنید. ببینید همبازی چند مرتبه در دقیقه توپ را رد و بدل می کنند. راه دیگر برای انجام این فعالیت این است که همبازی اول توپ را از بالای سر یارش پاس می دهد و سپس از پایین و بین پاها توپ را دریافت می کنند.

تهیه کننده : 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 ، ۱۳۹۵. ص ۲۳۵

