

نشستن روی توپ

هدف بازی : بهبود عملکرد دهلیزی

شدت فعالیت : کم

مهارت ها: نشستن ، بنیادی استواری

گروه سنی: ۱۰ ماه و بیشتر

تعداد افراد: انفرادی

ابزار

توپ

سازماندهی و شرح بازی

کودکانی که نمیتوانند با تنهایی بر روی توپ بنشینند ، یک بزرگسال باید با تنه یا دست ها کودک را نگه دارد . کودکی که میتواند به تنهایی بر روی توپ بنشیند باید دست هایش را به اطراف توپ ببرد و صاف کند . برای افزایش چالش در این حرکت از کودک بخواهید یک پا را بلند کند ، چشم هایش را ببندد ، دستهایش را بر روی زمین در پشت توپ قرار دهد . همچنین روی میتواند به شکل بر روی توپ دراز بکشد و تعادل خود را فقط با قرار دادن پاها یا دست ها حفظ کند .

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 ۲۳۲