

پرتاب کردن از سمتی به سمت دیگر

هدف بازی : بهبود مشکل خط میانی

شدت فعالیت : متوسط

مهارت ها: گرفتن و پرتاب کردن

گروه سنی: پنج سال و بیشتر

تعداد افراد: انفرادی

ابزار

۱۰ عدد کیسه ، سطل

سازماندهی و شرح بازی

کودک به پشت روی زمین دراز می کشد ۶ تا ۱۰ کیسه را در سمت راست نزدیک آرنج دست غیر برتر او قرار دهید (او باید قادر باشد که بدون چرخش بدن به سمت کیسه ها ، به آنها برسد) و در سمت برتر وی سطلی را قرار دهید .

کودک یک بار کیسه را بر میدارد و آنها را با استفاده از دست برتر خود به داخل سطل پرتاب میکند .او بایستی هر دو شانه خود را روی زمین بگذارد .ببینید آیا او می تواند تعداد کیسه هایی که هر بار به طور موفقیت آمیزی داخل سطل پرتاب میکند افزایش دهد.همچنین شما می توانید سطل را دورتر از بدن وی قرار دهید تا مسافتی که او کیسه را پرتاب میکند افزایش یابد .

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 ۱۵۴