



# بازی هدفمند ۲

مهین فلاحتی

آموزگار پیش دبستان پسرانه ناحیه دو

۱۰۹۸۷۶۵۴۳۲۱

۱۰۹۸۷۶۵۴۳۲۱

۲. در مقابل هر گروه به تعداد نفرات آن، حلقه هولاهوپ (برای مثال هر گروه ده نفره، ده حلقه) و در انتهای حلقه ها سبد کوچکی را قرار می دهیم.

۳. داخل حلقه اول که نزدیک ترین حلقه به نفر اول گروه است، تعدادی توپ رنگی قرار می دهیم (مثلاً هفت توپ).

۴. با فرمان شروع مربی یا داور (صدای سوت)، نفر اول هر گروه به سمت اولین حلقه می رود و توپ های داخل آن را به حلقه دوم منتقل می کند.

۵. زمانی که تمام توپ ها به حلقه بعدی انتقال یافت، بازیکن باید سریع به سمت گروه خود بدود و با زدن دستش به دست نفر دوم اجازه حرکت نفر بعدی را بدهد.

۶. پس از آن، نفر دوم شروع به دویدن می کند و توپ را از حلقه دوم به حلقه سوم می فرستد و با سرعت به سمت گروه خود برمی گردد و با زدن دست به دست نفر سوم اجازه حرکت را به او می دهد.

۷. بازی به همین ترتیب به پیش می رود. در پایان، گروهی که نفر آخر آن زودتر توپ ها را از آخرین حلقه به سبد بیندازد، برنده می شود.

۸. بازی می تواند به صورت رفت و برگشت هم انجام شود؛ یعنی در دور بعدی، نفر اول هر گروه باید توپ ها را از سبد بردارد و داخل آخرین حلقه بگذارد.

سپس به سرعت خود را به نفر دوم برساند و با زدن دست به دستش اجازه حرکت را به او بدهد و نفر دوم توپ ها را از آخرین حلقه به حلقه قبلی برگرداند و تا آخرین روند ادامه یابد.

## ملاحظات

۱. با هر دست فقط می توان دو عدد توپ را برداشت و جابه جا کرد.

۲. حتماً توپ ها را باید در داخل حلقه بعدی گذاشت و از پرتاب آن خودداری کرد.

۳. هنگام انتقال توپ، اگر تویی از دست دانش آموز به بیرون افتاد، فرد باید توپ را بردارد و درست سر جای خودش قرار دهد.

۴. دانش آموزان هر دو گروه باید در پشت نوار رنگی و در محلی که برایشان تعیین شده است، قرار بگیرند و تا پایان بازی از آنجا خارج نشوند.

۵. شروع حرکت هر دانش آموز باید با برخورد دست نفر قبلی صورت بگیرد، در غیر این صورت خطاست.

۶. از دانش آموزی که معافیت پزشکی دارد، می توانیم به عنوان داور بازی استفاده کنیم.

مهین فلاحتی با مدرک کارشناسی تربیت بدنی، از سال ۱۳۸۹، فعالیت خود را در سمت مربی تربیت بدنی در مجتمع حضرت جواد الائمه (ع) ناحیه یک آغاز کرده و هم اکنون در دوره پیش دبستانی و دبستان دخترانه دوره دوم مشغول به خدمت است.



ورزش به کودکان کمک می کند تا آن ها بتوانند انرژی خودشان را تخلیه کنند. علاوه بر آن، رشد بدنی آن ها با ورزش بهبود می یابد و سلامت روانی شان نیز از این طریق تقویت می شود. کودکانی که ورزش می کنند، ارتباط بهتری نیز با دوستانشان دارند و اعتماد به نفسشان افزایش پیدا کند.

ورزش نه تنها به تقویت بدن کودکان کمک می کند، بلکه بر مهارت های اجتماعی و ذهنی آن ها نیز تأثیر مثبت می گذارد و کار تیمی را به آن ها می آموزد. در ضمن ورزش، کودکان یاد می گیرند که شکست ها و پیروزی ها را بپذیرند و مسئولیت پذیری را تجربه کنند. همچنین، ورزش به تقویت تمرکز و هماهنگی بدن و ذهن کمک می کند. این مهارت ها در یادگیری های روزمره و حتی در مدرسه بسیار مفید خواهند بود.

با توجه به اینکه در دوره پیش دبستانی و دوره اول ابتدایی، مهارت های ورزشی و حرکات بنیادی از طریق بازی و مسابقه به کودکان آموزش داده می شود، در این نوشتار، بازی هدفمند دیگری را با شما عزیزان به اشتراک می گذارم.

## هدف بازی

افزایش سرعت در عکس العمل بچه ها، ایجاد چابکی در آن ها و تقویت روحیه تیمی و همکاری بین آن ها.

## تجهیزات

توپ های کوچک رنگی (برای هر گروه: چهار عدد به بالا)

سوت

حلقه هولاهوپ (برای هر گروه به تعداد نفرات)

سبد کوچک (۲ عدد)

چسب رنگی

## محوطه بازی

فضای بازی ساپروشیده متناسب با تعداد بازیکنان (زمین مستطیل شکل ۱۸ در ۹)

## شرح بازی

۱. ابتدا شاگردان را به دو گروه مساوی تقسیم می کنیم. بچه ها هر گروه پشت خط هایی که با نوار رنگی کشیده شده است، به طور منظم قرار می گیرند.

