SMALL HANDS
PROJECT



سن ۳ سال به بالا
مهارت‌های حرکتی ظریف

راه رفتن روی خط

مواد و وسایل

خطی که بر روی کف زمین یا سطح بیرونی نقش داده شده است. این نشانه می تواند منحنی یا آزاد باشد یا به شکل یک بیضی ایجاد شود (به نمودار همراه مراجعه کنید).

ارائه

کودک یا گروهی از کودکان را به محلی که خط در آن قرار گرفته است دعوت کنید. به آنها توضیح دهید که شما را در حال کاری که می خواهید انجام دهید مشاهده کنند. آهسته وبا دقت، شروع به راه رفتن روی خط کنید. در حین انجام این کارسکوت کنید. به تدریج بچه ها را دعوت کنید که به شما ملحق شوند، واگر ممکن است سعی کنید فاصله ای را بین آنها برقرار کنید.

تمرینات:

- به عنوان معرفی فعالیت (راه رفتن روی خط).
- راه رفتن در حالی که موسیقی ارام و ملایمی در پشت صحنه پخش میشود.
- راه رفتن در حالی که یک شئ کوچک مانند سینی یا لیوان آب حمل میشود.
- راه رفتن در حالی که یک زنگوله حمل میشود.
- راه رفتن در حالی که یک سینی به همراه توپ روی آن حمل میشود.
- راه رفتن در حالی که یک شئ بر روی سر گذاشته شده است به عنوان مثال سبد یا کتاب.
- حرکت روی خط به همراه موسیقی ریتمیک، به عنوان مثال، رژه رفتن، پریدن

هدف مستقیم

راه رفتن با اعتماد به نفس روی یک سطح مشخص شده.

© 2025 Small Hands Project – CC BY-NC 4.0

هدف غیرمستقیم

.پرورش تعادل موزون بدن، بهبود مهارت های حرکتی

کنترل خطا

پاها به وضوح بر روی خط قرار می گیرند (یا نه)
.اگر تعادل برقرار نشود، آب از لیوان یا ظرف ریخته می شود
.زنگوله صدا میکند اگر تعادل برقرار نشود
.اگر تعادل برقرار نشود توپ روي سيني ميچرخد وجابجا ميشود

نقطهٔ جلب توجه

.تسلط بر خود در کودک

سن

از حدود سه سال

© 2025 Small Hands Project – www.smallhandsproject.org
.منتشر شده است (CC BY-NC 4.0) این اثر تحت مجوز کریتیو کامنز انتساب-غیرتجاری 4.0 بین‌المللی
.مراجعه کنید https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/ برای مشاهده نسخه‌ای از این مجوز، به