



### 1. Oyun: Yakan Top Oyunu



1. Giriş: Çocuklarda fiziksel gelişime yönelik eğlenceli aktivite
- 2.Hedef Kitle: Büyümekte ve gelişmekte olan çocuklar
3. Anahtar Kelimeler: Eğlenceli aktivite, Enerji tüketimi
4. Oyunun amacı? Çocuklardaki fiziksel gelişimi desteklemeye yönelik fiziksel aktiviteler yapmak
5. İç Mekan Oyunu mu yoksa Dış Mekan Oyunu mu? Açık hava oyunu
6. Bu oyunun geliştirilmesine yönelik özel neden? Fazla kalorileri yakmak, kas aktivitesini artırmak, vücut motor gelişimini güçlendirmek
7. Materyaller: Top, Tebeşir
8. Açıklama & Eğitim: İki grup çocuk ile topla oynanan bir oyun.

Adım 1 – Çocuklar İKİ gruba ayrılır

Adım 2 – Gruplar arasından toptan kaçacak grubu belirlemek için kura çekilir. Toptan kaçacak olan İLK grup ortada oyuna başlar.

Adım 3 – İKİNCİ grup da ikiye ayrılır.

Adım 4 – Uygun mesafe aralığında İKİ ÇİZGİ belirlenir.

Adım 5 – İKİNCİ GRUBUN her bir grubu uygun mesafe aralığında bu çizgilerde bekler.

Adım 6 – İLK GRUP, çizgiler üzerinde konumlanmış İKİNCİ grubun ortasında oyuna başlar.

Adım 7 – Çizgi üzerinde bekleyen İKİNCİ GRUP, ortadaki İLK GRUPTa yer alan çocukları topla vurarak hepsini oyunun dışına çıkarmaya çalışır.

Adım 8 – Ortadaki tüm çocuklar vurulduktan sonra İKİNCİ GRUP ortada oyuna girer ve İLK GRUP İKİNCİ grubu topla vurmaya çalışır.

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=yakar+top+oyunu](https://www.youtube.com/results?search_query=yakar+top+oyunu)

9. Oyunun sonuçları: Oyun egzersizleri ile daha çok enerji harcamak, vücut gelişimini güçlendirmek.

10. Sorular & Değerlendirme:

Gelişimleri oyun egzersizleri ile desteklendiği takdirde çocuklar sağlıklı bir şekilde büyür.

Düzenli yemek yeme ve hareket etme (egzersiz yapma) sağlıklı gelişimde önemli bir yere sahiptir. Uzman eşliğinde yapılan bir diyet ve beraberinde uygulanan egzersizler yüksek kaliteli iyi sonuçlar verir.

11. Sonuçlar: Oyun egzersizleri ile çocuklar daha sağlıklı ve mutlu olduklarında fiziksel gelişim daha güçlü olur.