



سازمان آموزش پرورش و توانبخشی
سازمان آموزش، پرورش و توانبخشی

مهارت‌های حرکتی پایه و بنیادی

شماره
۷

بازی‌های مخصوص دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی

مقدمه

دانش‌آموزان با کم‌توانی ذهنی نیاز به بازی‌هایی دارند که مهارت‌های شناختی، حرکتی، اجتماعی و حسی آن‌ها را تقویت کند. این بازی‌ها باید ساده، تکرارپذیر، قابل درک و جذاب باشند.

بازی «ماهگیری مغناطیسی»

هدف: تقویت مهارت‌های دست‌ورزی، هماهنگی چشم و دست، شناخت رنگ‌ها و اعداد

وسایل مورد نیاز: چوب ماهگیری مغناطیسی (یا قلاب ساده با نخ)، ماهی‌های مقوایی یا پلاستیکی با گیره فلزی



۲

روش بازی	- ماهی‌های رنگی را روی زمین یا داخل ظرف آب بگذارید. - دانش‌آموز باید با استفاده از چوب ماهگیری، ماهی‌ها را بگیرد. - می‌توان بازی را با قوانین ساده‌ای مثل "ماهی قرمز را بگیر" یا "اول عدد ۳ را پیدا کن" جذاب‌تر کرد.
نکات مهم	- بازی را می‌توان به صورت گروهی نیز انجام داد. - برای دانش‌آموزان با توانایی‌های پایین‌تر، از چوب‌های کوتاه‌تر و ماهی‌های بزرگ‌تر استفاده کنید.

بازی «توپ و سبد»

هدف: تقویت هماهنگی بین چشم و دست، افزایش دقت و تمرکز

وسایل مورد نیاز: توپ‌های سبک (مثل توپ پلاستیکی یا پارچه‌ای)، یک سبد یا جعبه



۱

روش بازی	- سبد را در فاصله‌ای مناسب از دانش‌آموز قرار دهید. - از دانش‌آموز بخواهید توپ را داخل سبد بیندازد. - اگر موفق شد، فاصله را بیشتر کنید تا چالش بیشتری ایجاد شود. - برای جذاب‌تر شدن بازی، می‌توان از سبدهای رنگی استفاده کرد و دانش‌آموز را تشویق کرد توپ‌ها را در سبدهای مخصوص رنگ خود بیندازد.
نکات مهم	- برای ایجاد انگیزه، می‌توان از موسیقی استفاده کرد. - در صورت نیاز، از نشان‌های تصویری یا کمک دستی برای هدایت کودک استفاده شود.

بازی «پرتاب حلقه»

هدف: افزایش دقت، هماهنگی حرکتی و تمرکز

وسایل مورد نیاز: حلقه‌های پلاستیکی، بطری یا مخروط



۴

روش بازی	- بطری یا مخروط را در فاصله‌ای مشخص قرار دهید. - دانش‌آموز باید حلقه‌ها را به سمت هدف پرتاب کند. - با تغییر فاصله، میزان سختی بازی تنظیم شود.
نکات مهم	- در ابتدا فاصله را کم بگیرید و به تدریج افزایش دهید. - برای افزایش انگیزه، می‌توان امتیازدهی کرد و دانش‌آموز را تشویق کرد.

بازی «رد پای‌های رنگی»

هدف: بهبود تعادل، هماهنگی بدنی، تشخیص رنگ‌ها

وسایل مورد نیاز: کاغذهای رنگی بریده شده به شکل پا، چسب برای چسباندن روی زمین



۳

روش بازی	- پاهای رنگی را روی زمین بچینید. - از دانش‌آموز بخواهید با راه رفتن روی پاهای هم‌رنگ، مسیر را طی کند. - می‌توان مسیر را به صورت چرخشی، زیگزاگ یا با چالش‌های بیشتر طراحی کرد.
نکات مهم	- اگر دانش‌آموز مشکل تعادل دارد، می‌توان از نوارهای نرم یا طناب برای راهنمایی مسیر استفاده کرد. - در صورت نیاز، بازی را در قالب داستان اجرا کنید.

بازی «چیدن مکعب‌ها»

هدف: بهبود مهارت‌های دست‌ورزی، تمرکز و حل مسئله

وسایل مورد نیاز: مکعب‌های رنگی یا لگوهای ساده



۶

روش بازی	- از دانش‌آموز بخواهید مکعب‌ها را به صورت ستونی بچیند. - می‌توان چالش‌هایی مثل "با این رنگ خاص برج بساز" یا "یک خانه درست کن" اضافه کرد.
نکات مهم	- برای دانش‌آموزانی که هماهنگی کمتری دارند، از مکعب‌های بزرگ‌تر استفاده کنید. - می‌توان از تصاویر راهنما برای کمک به درک بهتر بازی استفاده کرد.

بازی «دنبال کن و تقلید کن»

هدف: بهبود تقلید، هماهنگی بدنی و افزایش تعامل اجتماعی

وسایل مورد نیاز: بدون وسیله، فقط دستورات ساده



۵

روش بازی	- مربی یا والدین حرکاتی را انجام می‌دهند (مثلاً دست زدن، چرخیدن، پریدن). - کودک باید همان حرکات را تقلید کند. - می‌توان این بازی را با موسیقی جذاب‌تر کرد.
نکات مهم	- برای دانش‌آموزان با توانایی پایین‌تر، حرکات را ساده کنید. - تشویق و همراهی والدین می‌تواند تأثیر بازی را بیشتر کند.