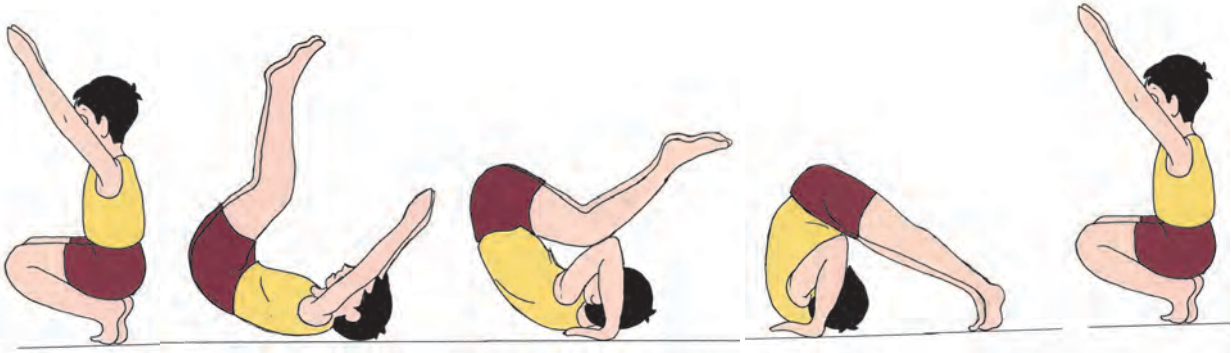


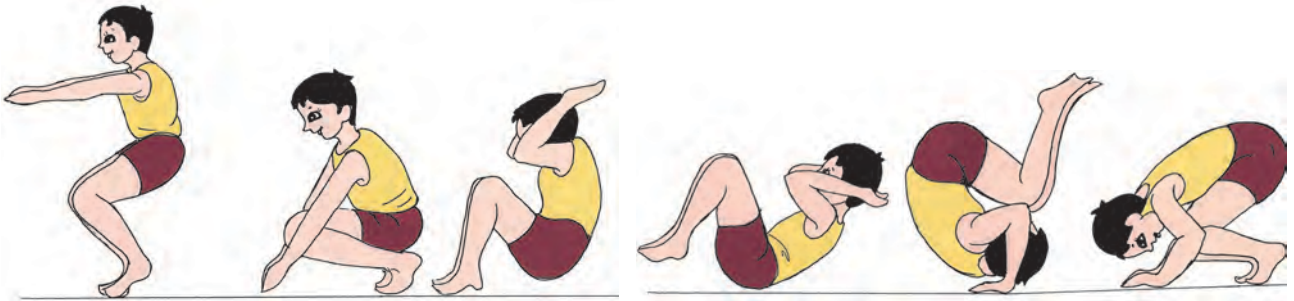
۴۔ مہارت پر مبنی سرگرمیاں

۴۱ جمنا سنگ

قلا بازی کھانا (سامنے کی طرف)



قلا بازی کھانا (پیچھے کی طرف)



اوپر کی سرگرمیوں سے پسندیدہ سرگرمی کے نیچے ☒ بنائے۔

قلا بازی (سامنے کی طرف)

☐

قلا بازی (پیچھے کی طرف)

☐

تصویروں کا مشاہدہ کرنے کے لیے کہیں۔ تصویروں کے مطابق جسمانی سرگرمی کرنے کے لیے کہیں۔



چھلانگ لگاتے ہوئے آگے بڑھنا

ایک سیدھ میں دوڑنا



پیچھے کی جانب دوڑنا



کمر کی اونچائی تک گھٹنے اوپر اٹھاتے ہوئے آگے بڑھنا

تصویروں کا معائنہ کروائیں۔ تصویروں کی وضاحت کروائیں۔ پوچھا جائے کہ کیا اس طرح دوڑنا تم کو اچھا لگا؟



اینٹ پر توازن سنبھال کر چلنا



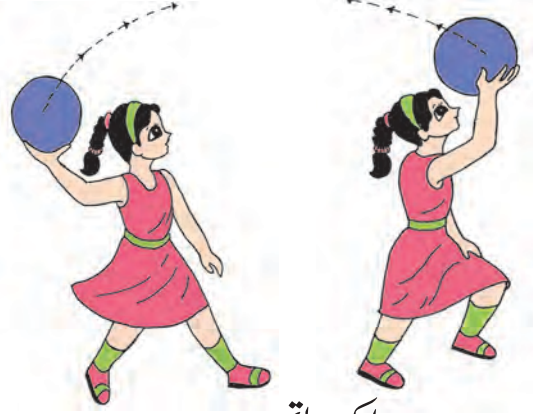
رستی گول گھما کر کودنا



گلی ڈنڈا



(۱) گیند پھینکنا



ایک ہاتھ سے

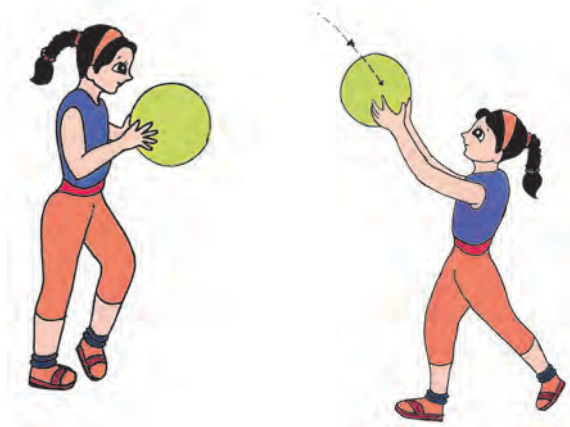
(۲) گیند دھکیلنا



جھک کر گیند پیچھے
پیچھے دھکیلنا

جھک کر گیند آگے
آگے دھکیلنا

(۴) گیند دوسروں کے ساتھ جھیلنا



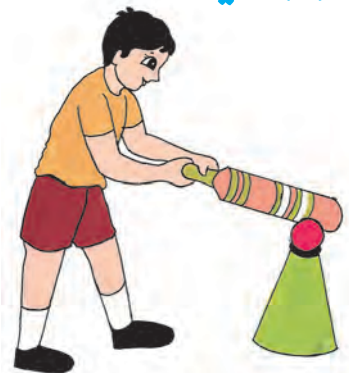
(۳) گیند جھیلنا



(۵) گیند کو مارنا



بلے سے گیند کو مارنا

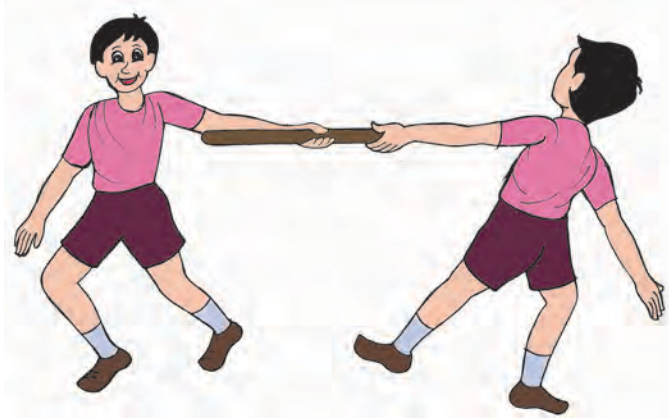


کھیل کی مختلف مہارتوں کی مشق کرائی جائے۔ ہاتھ، پیر اور سر کی مختلف کھیل کی مہارتوں کے بارے میں بتایا جائے۔ موقع کے لحاظ سے وسائل کا استعمال کیا جائے۔ طلبہ کی حفاظت کا خیال رکھا جائے۔



رنگ جھیلنا

طاقت



ڈنڈا ہاتھ سے کھینچنا



ہاتھ سے دھکیلنا

میری سرگرمی

پسندیدہ کھیل کے نیچے ☒ بناؤ۔

ڈنڈا ہاتھ سے کھینچنا

☐

رنگ جھیلنا

☐

ہاتھ سے دھکیلنا

☐

اس بات کا خیال رکھا جائے کہ بچے کھیلتے ہوئے نہ گریں اور نہ انھیں چوٹ پہنچے۔ تصویروں کا مشاہدہ کر کے وضاحت کرنے کے لیے کہیں۔
تصویروں کے مطابق کھیل کھلائیں۔