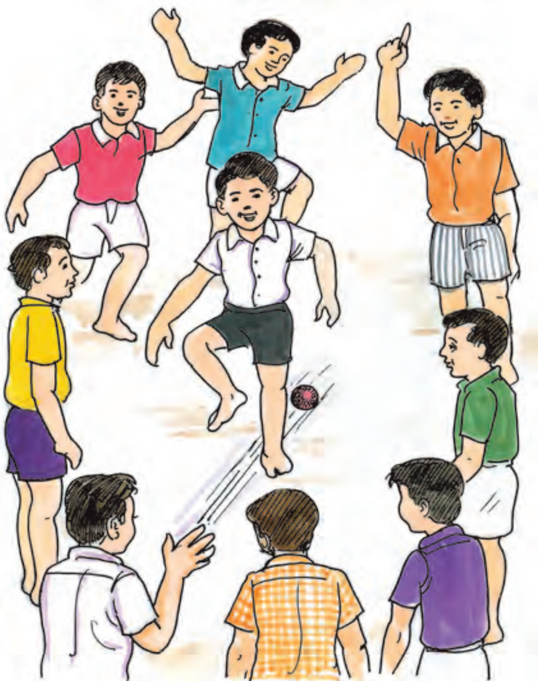
۳۔ کھیل اور مقابلے

۳ء۱ چھوٹے چھوٹے کھیل

تالاب - زمین



گیند مار کر آؤٹ کرنا

رسّہ کشی

رومال پانی

لنگڑی

♦ اس بات کا خیال رکھیں کہ کھیلنے کے دوران بچے نہ گریں۔ (میدان صاف رہے) کھیلوں کی تصویروں کا مشاہدہ کروائیں۔ مختلف کھیلوں کو عملی طور پر کھلائیں۔

۳ء۲۔ مقابلہ

اینٹوں پر چلنے کا مقابلہ

رسّی کودنے کا مقابلہ

بل کھا کر دوڑنا

میری سرگرمی :

- کسی مقابلے میں اپنی شرکت کو بیان کیجیے۔

....

....

....

....

- آپ کو کس مقابلے میں حصہ لینا پسند ہے؟ کیوں؟

....

....

....

....

- آپ نے جن کھیل کے مقابلوں میں حصہ لیا ہے، ان کی ذیل کے مطابق درجہ بندی کیجیے۔

(۱) دو کا مقابلہ (۲) ساتھی کی مدد سے مقابلہ

(۳) وسائل کے ساتھ مقابلہ (۴) گروہی مقابلہ

♦ مقابلوں کے انعقاد میں حفاظتی اقدامات کا خاص خیال رکھیں۔ مقابلے کی تمام شرطیں اور اُصول پہلے ہی سمجھا دی جائیں۔

۳ء۳۔ مقامی اور روایتی کھیل

گلّی ڈنڈا

کنچے

لٹّو گھمانا

ٹائر چلانا

ایک ہاتھ کی پھگڑی

سادہ پھگڑی

چکّی پھگڑی

♦ مقامی اور روایتی کھیلوں کی فہرست بنائیں۔ نئے کھیل کیسے کھیلے جائیں طلبہ کو سمجھائیں۔

۳ء۴۔ تفریحی کھیل اور سرگرمی

کھیلنے سے نہ صرف ہماری تفریح ہوتی ہے بلکہ ہمیں خوشی بھی ملتی ہے۔ الگ الگ دلچسپ سرگرمیوں کے ذریعے جسم اور دل جوش سے بھر جاتے ہیں۔ اس کی وجہ سے بوریت دور ہوتی ہے اور پڑھائی کے لیے ہمارے دل میں اُمنگ پیدا ہوتی ہے۔

تفریحی سرگرمیاں

الگ الگ طرح سے تالی بجانا۔

ایک دوسرے کی اداکاری کرنا / چہرے کے تاثرات کی نقل کرنا۔

ایک منٹ کے لیے آنکھیں بند کرکے خاموش بیٹھنا۔

مختلف جانوروں اور پرندوں کی آوازیں نکالنا۔

تفریحی کھیل

۱۔ معلومات کے ذریعے اشیا کا تعارف۔

۲۔ خزانے کی تلاش۔

۳۔ ٹیبل ٹینس کی گیند کو سیدھا لے جانا۔

۴۔ ماچس کی ڈبیا گرانا۔

۵۔ رِنگ میں گیند ڈالنا۔

۶۔ یادداشت پر مبنی کھیل۔

۷۔ چلّو سے گلاس بھرنا۔

۸۔ متعینہ وقت میں سرگرمی / حرکت کرنا۔

۹۔ ایک دوسرے کو ہنسانا۔

۱۰۔ پیچھے سے کس کی آواز آ رہی ہے پہچاننا۔

۱۱۔ ڈبے میں رکھی چیز پہچاننا۔

۱۲۔ بو کی مدد سے چیز پہچاننا۔

۱۳۔ گیند پھینک کر مارنا۔

۱۴۔ نشانہ بازی۔

۱۵۔ دوست پہچاننا۔

۱۶۔ بالٹی میں گیند ڈالنا۔

میری سرگرمی:

- اپنے پسندیدہ کھیل کا نام بتائیے۔
- اوپر دیے ہوئے تفریحی کھیلوں میں سے آپ کو کون سے کھیل پسند ہیں؟
- کسی نئے کھیل کے بارے میں جماعت میں معلومات دیجیے۔

♦ مختلف کھیلوں کی فہرست بنا کر دستیاب وسائل کا خیال کرتے ہوئے کھیلوں کا انعقاد کریں۔ مختلف نشستی کھیلوں کے بارے میں معلومات حاصل کریں اور ان کھیلوں کے اُصولوں اور مہارتوں پر مباحثہ کروائیں۔

۳ء۵ نشستی کھیل

بیٹھ کر کھیلے جانے والے کھیلوں کو نشستی کھیل کہا جاتا ہے۔ کانا پھوسی، میوزک تکیہ، سانپ سیڑھی، لوڈو، کیرم جیسے مختلف کھیلوں سے تفریح حاصل ہوتی ہے۔ ان کھیلوں کے ذریعے ذہنی یکسوئی، قوتِ فیصلہ، خود اعتمادی میں اضافہ ہوتا ہے اور فارغ وقت کا بہتر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

میوزک تکیہ

کانا پھوسی

لوڈو

شطرنج

سانپ سیڑھی

میری سرگرمی :

- اپنے پسندیدہ نشستی کھیل کا نام بتائیے۔
- اوپر دی ہوئی کھیلوں کی فہرست میں سے آپ کو کون سے کھیل پسند آئے؟
- کسی نئے نشستی کھیل کے بارے میں اپنے دوست کو معلومات دیجیے۔

◆ مختلف نشستی کھیلوں کے بارے میں پوچھیں۔ ان کھیلوں کے اُصول اور باریکیاں سمجھائیں۔ اُصولوں کی پابندی کی ضرورت کی وضاحت کریں۔ ◆ میدان میں کھیلنے کی صورت نہ ہو تو نشستی کھیلوں کا انعقاد کریں۔ ◆ نشستی کھیلوں کے دوران فعالیت کو اہمیت دیں۔