

20 BİSİKLET OYUNU

ÇOCUKLAR İÇİN EĞLENCELİ BİSİKLET EĞİTİMİ

ÖNCE GÜVENLİ BİSİKLET
SONRA GÜVENLİ TRAFİK



20 BİSİKLET OYUNU -TÜM ÇOCUKLAR İÇİN EĞLENCELİ BİSİKLET EĞİTİMİ

Danimarka Bisikletçiler Federasyonu tarafından TrygFonden'in desteğiyle hazırlanmıştır.

İngilizce 1. Basım, 2019.

Editörler

Grete Moller Andersen

Balder Brondsted

Erik Nielsen

Mai-Britt Aagaard Kristensen

Kia Johansson

Trine Stig Mikkelsen

Çizimler ve Düzen: Maria Tran og Kia Johansson

Yazım: Jorn Thomsen/Elbo A/S

Cyklistforbundet

Materyal, kaynak atf ile eğitim amaçlı kullanım için ücretsiz olarak kopyalanabilir.

Metin, çizimler vb. başka herhangi bir şekilde çoğaltılmasına yalnızca yayıncı ile anlaşma ile izin verilir.

Romersgade 5-7 1362 Kobenhavn K Tlf. 33 32 31 21

post@cyklistforbundet.dk

ISBN:978-87-789-032-9 www.cyklistforbundet.dk

Türkiye yayın hakları, Alanya Doğa Sporları Kulübü adına
Mehmet Zafer Peker'e aittir.

Türkçe 1.Basım: Nisan 2022

Editör: Mehmet Zafer Peker

Pelin Fırzuze Peker

Çeviri: Deniz Göksu Atmaca

Düzenleme: Kerim Coşkun

Dizgi ve Baskı: Turuncu Medya

Adres: Güllerınarı Mah. Hasanakçalıoğlu Cad. No:59/A

Alanya Antalya Türkiye / Tel: +90242 513 74 20

www.aldosk.org.tr



DAHA FAZLA İLHAM

BİSİKLET OYUNLARINA BAŞLAYIN

Danimarka Bisikletçiler Federasyonu web sitesinde www.cyklistforbundet.dk/cycling-games, bisiklet oyunlarına başlamak için ilham bulacaksınız. Web sitemizde yetenekli bisiklet oyunları eğitmenlerimizden biri oyunların nasıl oynanacağını, geliştirileceğini ve değiştirileceğini bir grup çocukla gösterdiği öğretici videolar bulunmaktadır. Bu kitap ayrıca web sitesinden elektronik olarak indirilebilir. www.aldosk.org.tr İyi Eğlenceler.

DANİMARKA BİSİKLETÇİLER FEDERASYONU

Bisiklete binebilmek özgürlük, mutluluk ve yeni deneyimler getirir. Danimarka Bisikletçiler Federasyonu, bisikleti herkes için doğal, güvenli günlük seçim haline getirmek ve daha sağlıklı, daha sürdürülebilir bir dünya yaratmak için bisikleti kullanmak için çalışıyor.

Danimarka Bisikletçiler Federasyonu, siyasi olmayan bir çıkar grubudur. Herkesin bisiklete binme özgürlüğünü yaşadığı bir dünya için çalışıyoruz. Büyük çocukların erken bisiklet sürmeye başladığı bir dünya. Herkesin güvenli ve sağlam bisiklet kullanabileceği bir dünya.

Gelirimizin çoğu, Danimarka bisiklet kültürünü nasıl güçlendireceğimize dair yeni bilgiler topladığımız kampanyalardan ve diğer projelerden geliyor. Ama neyse ki katkılarıyla çalışmalarımızı destekleyen 15.000 civarında üyemiz de var.

www.cyklistforbundet.dk/english adresinden daha fazlasını öğrenin.



ÖNSÖZ

Bugün yetişkin olan birçoğumuz, bisiklet etrafında dönen çocukluk günlerini rahatlıkla hatırlayabilir. Arka bahçelerde ve sokak aralarında mahalleden çocuklarla bisikletlerimizle oynadık; çoğumuz genç yaşta okula ve boş zaman etkinliklerine bisikletlerimizle giderdik. Hiçbir şey size bisikletinizi saçınızdaki rüzgârla, büyük ve heyecan verici bir dünyaya sürüklemekten daha fazla zevk, özgürlük ve bağımsızlık veremez.

Son 30 yılda, arabayla okula götürülen çocukların oranı Danimarka'da %200 oranında arttı. 1990'larda 10 çocuktan 7'si kendi başına okula bisikletle giderken, bugün bu oran 10 kişiden 5'in biraz altında. Bu doğal olarak çocukların öğrenimini etkiler ve beraberinde oldukça hareketsiz yaşam biçimlerinden kaynaklı birçok sağlık sorununu getirir. Ayrıca bu durum ülkenin genel sağlığı, iklimi ve yoğun şehir trafiği için ciddi bir tehdit oluşturur. Danimarka'nın bisiklet kültürüne verdiği zarardan bahsetmeye gerek bile yok.

Erken yaşta hareket ve fiziksel aktivitenin tadına varan çocuklar, büyüdüklerinde ve hareketsiz aktiviteler günlük rutinlerinin büyük bir parçası olmaya başladığında bisiklete binmeye doğal olarak devam edeceklerdir. Onlar da yetişkin olarak bisikleti tercih etmeye meyilli olacaktır. Bu nedenle Danimarka Bisikletçiler Federasyonu, çocuklara bisikletle kendi başına gezinebilmenin eğlenceli olduğunu, onlara özgürlük ve bağımsızlık kazandırdığını ve bisikletin yaşam boyu güzel deneyimlerin kaynağı olduğunu tecrübeyle öğrenmelerine yardımcı olmak için çalışıyor. Türkiye'de de bisiklet kullanımını teşvik ve kullanıcı sayısını artırmak için Alanya Doğa Sporları Kulübü, olarak yaptığımız çalışmalarla **“Çocuklar İçin Eğlenceli Bisiklet Eğitimi”** projesinin yaygınlaştırılmasını desteklemekteyiz.

Bisiklet oyunları, bisiklet sevgisini başlatmanın ve güvenli bir bisikletçi olmanın yolundaki ilk adımdır. Dengelerini korumakla ve ayaklarını pedallarda tutmakla meşgul olan bir çocuk, çevresinde neler olup bittiğine konsantre olma becerisi gerektiren trafiğe bırakılmaya hazır değildir. Eğer bisiklete binerken sabun köpüğü yakalayabilir ve 'halka eğilebilirseniz'. Diğer yol kullanıcılarına göz kulak olmak için yeterli kapasiteye sahip olmuştunuz demektir. Böylece, trafikte güvenli bir bisikletçi olmaya hazırsınız demektir.

Bu kitap öncelikle bisiklete binmeyi öğrenen çocukların ebeveynleri veya kreşlerde/okullarda çocuklarla çalışan ve bisikleti profesyonel bir şekilde kullanmanın yollarını arayanlar içindir. Bisiklet oyunları ağırlıklı olarak 2 ve



12 yaş arasındaki çocuklar için tasarlanmıştır, ancak günümüzde pek çok büyük çocuk az gelişmiş motor becerilerine sahiptir ve onlar da bu bisiklet oyunlarından faydalanabileceklerdir. Son olarak, bisiklet oyunları, bisikletsiz bir evden veya kültürden gelen yetişkinler için veya güvenli bisiklet kullanmayı yeniden öğrenmeleri gereken yaşlı bisikletçiler için de kullanılabilir.

Bu kitapta, düzenlemesi kolay, çeşitli, çocukların yaşına ve yeteneklerine uyarlanabilen yirmi bisiklet oyunu açıklanmaktadır.

İyi eğlenceler.



SAYFA

02 DAHA FAZLA İLHAM

DANİMARKALI BİSİKLETÇİLER FEDERASYONU

04 ÖNSÖZ

06 GÜVENLİ BİSİKLETİ OYUNLA ÖĞREN

07 OKULLARDA VE KREŞLERDE

08 OYUNLARA BAŞLARKEN

10 NASIL KULLANIRSIN?

11 OYUN LİSTELERİ

12 20 BİSİKLET OYUNU

İÇİNDEKİLER



GÜVENLİ BİSİKLETİ OYUNLA ÖĞREN

Güvenli bisiklet sürmek bir anda öğrenilen bir şey değildir. Alıştırma gerektirir. Ancak geleneksel bisiklet eğitimi bazen sürgü kilitte biter- ki bu da çocukları büyük hayal kırıklığına uğratır. Bisiklet oyunları, odağı eğitimin kendisinden uzaklaştırır, çünkü her şeyden önce eğlenmek ön plandadır. Ancak bisiklet oyunları aynı zamanda çocuklara trafiğe çıkmadan önce bilmeleri gereken her şeyi öğretir. Çocuklar bisiklet oyunları oynadıktan birkaç saat sonra bisiklet sürerken belirgin şekilde daha iyi bir hale gelirler. Her şeyden önemlisi:

- güvenli fren için farklı manevralar sırasında bisiklet üzerindeki
- dengesini korumayı
- sinyal vermek için çok fazla oyalanmadan yana ve
- arkalarına bakmayı öğrenirler.

Tek kelimeyle, Danimarka Bisikletçiler Federasyonu'nda "güvenli sürücü" dediğimiz bireyler haline gelirler. Ve daha sonra trafikte dışarı çıktığınızda otoyol kodunu hatırlamak, diğer yol kullanıcılarını anlamak vb. konularda enerjiye sahip olmak için ihtiyacınız olan şey budur.

İpucu: Denge bisikletine başlayan çocuklar genellikle ilk uygun bisikletlerini aldıklarında sabitleyici veya elciklere ihtiyaç duymazlar.



HER GÜN KOPENHAG'DA OKULA YOĞUN TRAFİKTE BİSİKLETLE GİDİYORUZ VE BENCE BUNUN MÜMKÜN OLMA SEBEBİ KENDİNE GÜVENİNİN ARTMASI VE KREŞTE ALDIĞI EĞİTİM."

- 7 YAŞINDAKİ BİR ÇOCUK ANNESİ



OKULLARDA VE KREŞLERDE

Bisiklet oyunları, çocuklara bisiklete binmeyi öğretmekten çok daha fazlasını yapabilir. Bisiklet oyunları çocukların öz saygısı ve özgüvenini artırır ve çocukların fiziksel, zihinsel, bilişsel ve sosyal gelişimini artırır.

Bisiklet, vücut ve vücudun hareketi üzerinde çalışmak için bariz bir araçtır: İkisini de kontrol etmeyi öğrenmede birçok motor becerisi devreye girer. Ancak bisiklet oyunları, sosyal beceri ve dil gibi şeyler üzerinde çalışmak için de kullanılabilir.

Okulda, bisiklet oyunları spor dersleri için doğal bir seçim olacaktır. Dahası bisiklet oyunları aslında dil ve matematik gibi konularda da kullanılabilir, böylece okul gününe daha fazla fiziksel aktivite katmış olursunuz. Örneğin; Mektupları Postala oyununu aritmetik ile birleştirin, ya da yazım ile İsim Rölesi oyununu.

“

GRUPTA HARİKA BİR
TAKIM RUHU
YARATTI.”

- KREŞ HEMŞİRESİ

“

OKUL GÜNÜNE HAREKET,
ÇEŞİTLİLİK KATMAK VE
TÜM ÖĞRENCİLERİ
GÜVENLİ BİSİKLET
SÜRÜCÜLERİ HALİNE
GETİRMEK İÇİN OLDUKÇA
YARDIMCI. BÜ SAYEDE 2
YIL KADAR ERKEN BİR
YAŞTA BİSİKLET
GEZİLERİNE GİDEBİLİR
HALE GELDİK.”

- ÖĞRETMEN

“

ÇOCUKLARIN MOTOR
BECERİLERİNİN
FARKLI BİR YÖNÜ
ÜZERİNDE ÇALIŞMAK
GERÇEKTEN İYİ BİR
FİRSAT.”

- KREŞ HEMŞİRESİ



BİSİKLET OYUNLARI: BAŞLARKEN

NEREDE OYNAYABİLİRSİN?

Bisiklet oyunları her zaman oyun alanı, okul bahçesi, kapalı otopark veya şehirdeki halka açık bir meydan gibi trafiğe bağlı ve tercihen asfalt bir alanda yapılmalıdır.

ÇOCUK, BİSİKLET VE KASK HEPSİ UYUMLU OLMALIDIR.

Bisikletin çocuğa uyması önemlidir. Çocuğun ayakları düz bir şekilde yere ulaşabilir olmalıdır. Oyunlar bisiklet yeteneklerimizi zorlar ve bazen dengemizi kaybederiz. Bu nedenle, bisiklet kaskı takmayı ve oyun oynarken düzgün bir şekilde sabitlenmeyi unutmayın.

KESİKLER VE MORLUKLAR

Bisiklet oyunları kesinlikle kesiklere ve çürüklere yol açabilir, ancak bu diğer fiziksel oyunlardan daha fazla değildir. Yani feci bir düşme vakası olma ihtimaline karşı hazırda merhem ve yara bandı bulundurmaya unutmayın ve hatırlayın: 100 kere oyun alanında yada bahçede düşmek, 1 kez trafikte düşmekten iyidir.

3

Oyun liderleri için ipucu:

1) Oyunun sorumluluğunu üstlenin:

Oyun oynanamıyorsa oyun alanını büyütün veya küçültün, farklı ekipman kullanın, kuralları yeniden düzenleyin veya herkes anlayana kadar oyunu tekrarlayın. Tüm 20 oyun için kural düzenleme yolları önerdik. Ve unutmayın: organizatör zevk, enerji ve coşku gösteriyorsa, çocuklar onları takip edecektir.



EKİPMAN

Bisiklet oyunlarının çok fazla süslü ekipmana ihtiyacı yoktur. Sadece birkaç parça kit ile kitaptaki oyunların çoğuna hazır olacaksınız:

- Aktivite halkaları veya stafetler oyun alanını işaretlemek için kullanılabilir. Yere düşmeden üzerlerine binebilirsiniz.
- Yakalamaca oyunu ve benzerlerinde kullanmak için bir sürü yumuşak, renkli oyun topları. Aynı zamanda oyuna biraz matematik katmak için de kolay bir yoldur.
- Kabarcık yapmak için sabunlu su ve bir kabarcık makinesi, böylece tek seferde çok sayıda kabarcık yapabilirsiniz.
- Yolu işaretlemek için tebeşir.

Eğer tam olarak bu eşyalara sahip değilseniz, işe yarayacak başka şeyler bulmanız gerekir. Hayal gücünüzü kullanın ve deney yapın.

2) Herkes katılabilir:

Bazı çocukların aktif olarak yer almadan önce oyunun bir süre nasıl gittiğini izlemeleri gerekir. Meraklı olun, destek sunun, oyunda yer almanın alternatif yollarını önerin (yetişkinlerin topları atmasına yardım etmek gibi). Hatta belki de doğru zamanda dostça bir dürtme bile olabilir. Genellikle, çocuk daha sonra sessizce oyuna katılır.

3) Düşünce ve diyalog:

Çocuklarla oyun hakkında ne düşündüklerini sorun. Örneğin; neyin kolay olduğunu, neyin zor olduğunu, nasıl yola çıktığınızı ve frenlediğinizi, birbirinize çarpmaktan nasıl kaçındığınızı hakkında konuşun. Bu, çocukların bisiklet oyunlarında edindikleri bilgi ve becerilerin farkında olmasını sağlayacaktır. Ama kısa tutun ki diyalog oyun akışını bozmasın. Oyun temel odak olmalı!



BU KİTABI NASIL KULLANACAKSINIZ ?

İlerleyen sayfalarda 20 bisiklet oyununun açıklamalarını bulabilirsiniz. Hepsi bir yetişkinle oynanabilir, ancak bazı oyunlarda ya daha fazla yetişkin ya da çocukların bir kısmı tarafından oynanabilecek çeşitli roller vardır.

Oyunların listesi önerilen çocuk sayısını, yaş grubu vb. gösterir, dil veya matematik dersleri gibi öğretim konuları için özellikle uygun olan oyunlar da işaretlenmiştir.



Katılımcı sayısı



Minimum yaş



Öğretim için uygun

Oyunlar dört kategoriye ayrılır: motor becerileri, yakalama oyunları, bilişsellik ve takım çalışması. Her kategorideki oyunlar kolaydan zora doğru sıralanır.

Oyun açıklamaları ilham olsun diye verilmiştir. Sahip olduğunuz fiziksel durum ve ekipmanla sizin ve hedef grubunuz için en iyi olanı bulmak, oyun lideri olarak size kalmış. Yani, kendi varyasyonlarınızı veya tamamen yeni oyunlarınızı icat edebilirsiniz!



OYUNLARIN LİSTESİ

SAYFA

12	SABUN KÖPÜĞÜ YAKALAMA	 1	 2 yaş	abc
14	ENGEL PARKURU	 1	 2 yaş	abc
16	SAFARİ SÜRÜŞÜ	 6	 2 yaş	
18	MÜZİKLİ BİSİKLET HEYKELLERİ	 2	 3 yaş	abc
20	HALKA EĞMECE	 6	 4 yaş	
22	SİRK ATLARI VE EĞİTMEN	 4	 4 yaş	
24	FREN İZLERİ	 1	 4 yaş	
26	KUYRUK TUTUCU	 4	 2 yaş	
28	TOP KRALI VE GEMİLER	 4	 3 yaş	abc
30	GIDIKLAYICI	 4	 3 yaş	
32	TRAFİK IŞIĞI - ELMA TOPLAMA	 4	 4 yaş	abc
34	DİKKAT ETSEN İYİ OLUR	 6	 4 yaş	
36	FARELER VE ASLANLAR	 4	 4 yaş	
38	MEKTUPLARI POSTALA	 6	 4 yaş	abc
40	TRAFİK BİNGO	 4	 3 yaş	abc
42	SÜRÜŞ SÜRÜŞÜ	 2	 4 yaş	
44	TAHTIN VARİSİ	 2	 5 yaş	
46	İSİM RÖLESİ	 6	 5 yaş	abc
48	BİSİKLET BLÖFÜ	 6	 7 yaş	
50	TEŞEKKÜRLER VE HOŞÇAKAL	 8	 7 yaş	

Motor becerileri

Yakalama oyunları

Bilişsel

Ekip çalışması



SABUN KABARCIĞI



NASIL OYNANIR

Oyun lideri tüm oyun alanını sabun kabarcıklarıyla kaplar. Oyunun ana fikri mümkün olduğunca çok sabun köpüğü yakalamaktır — önce ellerinizle, sonra ayaklarınızla, bisiklet kaskıyla, bisiklet tekerlekleriyle vb. Rüzgar yoksa, zeminde oturan sabun kabarcıklarının üzerinde de sürebilirsiniz.

İpucu: Genellikle liderin oyun alanında hareket etmesi iyi bir fikirdir, böylece sabun kabarcıkları yayılır, böylece bisikletçiler sürekli uyanık kalır ve kabarcıkların geldiği yöne yönelir.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Çocuklar sabun baloncuklarını yakalamak zorunda değildirler, sadece aralarında dolaşırlar.

Geliştirme: Bisikletçiler kaç baloncuk yakalayabileceklerini saymalılar. Altı yaşından büyük çocuklar arkadaş çiftleri oluşturabilir ve aralarında kaç tane yakalayabileceklerini sayabilirler.

Varyasyon: Sabun baloncuklarını vurmak için sinek raketi veya rulo gazete gibi araçları kullanın.



PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Sürerken yukarı bakmak
- Tek elle binmek
- Bisikletin gövdesinin ve diğer parçalarının isimlerini öğrenme



ENGEL PARKURU



EKİPMAN

Koniler, aktivite halkaları, birkaç kova, tebeşir vb. İsteğe bağlı olarak, bir bisiklet tüneli yapmak için uzun bir malzeme parçası. Yağmur yapmak için bir su püskürtücüsü. 'Bisiklet müziği' yapmak için davul, kepçe, sopa vb.

HAZIRLIK

Tercihen, küçük tepeler ve çim, kum, küçük su birikintileri, çamur vb. gibi çeşitli yüzeylere sahip bir alan kullanın. Dönüşler, slomolar, dar bölümler, geniş bölümler, yavaş sürmek zorunda olduğunuz yerler ve hızlı gitmeniz gereken yerler dahil olmak üzere çok yönlü engellerle dolu bir pist yapın. Yetişkinler veya çocuklar gibi canlı engeller de kullanılabilir. Bu kişiler su püskürtücülerle yağmur yapabilir, top atabilir veya halı, paraşüt vb. ile bisiklet tünelleri yapabilir. Tek sınır sizin hayal gücünüz.





NASIL OYNANIR

Çocukların kendi hızlarında birçok engelin içinden geçmesine izin verin. Çok fazla kaosu önlemek için parkur tek yönlü olmalıdır, ancak diğer çocuklar için bir sıkıntı olmadığı sürece sürücüler engelleri atlayabilir.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Bisiklet üzerinde manevra,
- Dikkat ve reaksiyonlar
- Tekrarlama yoluyla iyileştirme

İpucu: Parkurun etrafında gezin ya da koşun, böylece çocuklar bunu nasıl yapacaklarını görüp dahi iyi anlarlar.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Engelleri bırakın ve bisikletçilerin etrafta gezmeleri için bir rota işaretleyin.

Geliştirme: Çocukların halkaları veya diğer nesneleri yanlarında taşıması ve belirli bir yere teslim etmesi gerekir (ayrıca bkz. Halka Eğmece).

Varyasyon: Herkes bir sopa, kepçe veya benzeri alır ve bisiklet sürerken boru, çöp sepeti, tahta vb. üzerinde 'bisiklet müziği' yapar.



SAFARİ SÜRÜŞÜ



EKİPMAN

Tebeşir veya küçük aktivite halkaları.

HAZIRLIK

Oyun alanında küçük tebeşirle rastgele daireler çizin veya etkinlik halkalarını kullanın. Oyuncuların yarısı kadar daire olmalı.

NASIL OYNANIR?

Çocukların yarısı, bisikletleri olmadan her daire içinde bir kişi olacak şekilde durur. Ellerini önlerinde tutarlar ve taşa dönüşmüş maymun, kaplan ve diğer orman hayvanları gibi davranırlar. Diğer çocuklar aralarında dolaşıp 'orman hayvanları' ile el çırpmaya çalışırlar. Hedefi vururlarsa, hayvan canlanır ve çocuğun taklit ettiği hayvan gibi davranır ve sesler çıkarır. Ancak, hayvan halkada kalır ve birkaç saniye sonra (bir dahaki sefere alkışlanana kadar) taşa döner. Bir süre sonra hayvanlar ve bisikletçiler rolleri değiştirir. Diğer evrenler ormanın yerini alabilir: trollü ve cadılı bir peri ülkesi, ya da elfler ve meleklerle dolu bir Noel diyarı.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Yavaş sürmek ve engeller arasında manevra yapmak
- Tek elle binmek
- Hayvanları hayata geçirmek için hayal gücü ve cesareti



İpucu: Oyun lideri de bir hayvansa ve gerçekten komik ve aptalca davranmaya cesaret ederse, bu davranış çocuklara yayılacak, böylece onlar da rahat davranmaya cesaret edecektir.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Aktörler sadece kendileri de olabilirler. Çocuklar onları el sallayarak ya da 'çak bi' beşlik' yaparak selamlarlar .

Geliştirme: Bisikletçiler küçük gruplar halinde yılan şeklinde etrafta dolanırlar, lider pisti ve diğerlerini ayarlar.

Varyasyon: Aktörlerden biri canavar olur ama çocuklar kimin canavar olduğunu bilmezler. Diğerleri sadece onlara elle vurulduğunda dönen barışçıl ağaçlar. Canavar vurulduğunda, bir kükreme ile uyanır ve çocukları yakalamak için koşmaya başlar. Yakalanan, bir dahaki turda aktör olur.



MÜZİKLİ BİSİKLET HEYKELLERİ



EKİPMAN

Bir davul ve bazı küçük renkli aktivite halkaları.

HAZIRLIK

Halkaları oyun alanının etrafına ayrı aralıklarla dağıtın. Her bisikletçi ön tekerleği halkasında olacak şekilde yer alır.

İpucu: Çocukların düzeyini değerlendirmek ve ihtiyaç duydukları zorlukları görmek için aynı basit komutları birkaç kez tekrarlayarak başlayın.





PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Başlatma ve durdurma
- Mekansal ve yönsel farkındalık
- Grup talimatlarını anlama ve uyum sağlama

NASIL OYNANIR?

Yetişkin davul çaldığında, çocuklar halkalar arasında dolaşmalıdır. Davul durduğunda, halkalarına doğru gitmeli ve ön tekerleğini içine park etmelidirler. Herkes oyunu anladıktan sonra, yeni komutlar verebilirsiniz: Örneğin; davul durduğunda, çocuklar arka tekerleğini halkaya park etmeli ya da başlarına veya ayağına bir halka ile binmeli ya da bir halkada durup bisikleti yukarı kaldırmalıdır. Ayrıca davul çalarken yapılacak görevleri ayarlayabilirsiniz. Örneğin; bisiklete binmek ve sol ayağınızla tüm mavi halkalara dokunmak, mümkün olduğunca çok sayıda halka etrafında sürmek, daire şeklinde sürmek ve birbirlerine 'çak bi' beşlik' yapmak veya halka toplamak ve onları gidona asmak gibi.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Halkalar olmadan oynayın, böylece davul durduğunda durmanız yeterlidir.

Geliştirme: Oyun alanını daha küçük hale getirin, böylece birbirlerinin arasında dolaşmak daha zor olur.

Varyasyon: Örneğin; herkesin bir lamba direğine doğru sürdüğü oryantiring başlatmak ve durdurmak. Ya da sol ayağınızı seleye koyabilecekleriniz bisikletli akrobasi.



HALKA EĞMECE



EKİPMAN

Aktivite halkaları — her çift binici için en az bir adet.

HAZIRLIK

Büyük bir daire işaretleyin. Çocukların yarısının kenarda yaklaşık üç metrelik aralıklarla durabilmesi için yeterince büyük olmalı.

NASIL OYNANIR?

Çocukları çiftlere bölün. Her çiftin biri, bir elinde halka ile dairenin kenarında durur. Diğer çocuklar daire içinde bisikletle dolaşır. Bir çocuk eşinin yanından geçtiğinde, halkayı kapmaya çalışmak zorundadır. Başarırlarsa, halka ile bir tur atarlar ve partnerlerine geri verirler. Eğer başaramazlarsa, bir dahaki sefere partnerlerini geçtiklerinde tekrar denerler. Bir süre sonra yön değiştirirler ve biniciler ve halka tutucular rolleri değiştirir.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Hassasiyet
- Tek elle binmek
- Rulmanlarını hareket halinde tutmak ve hızını almak



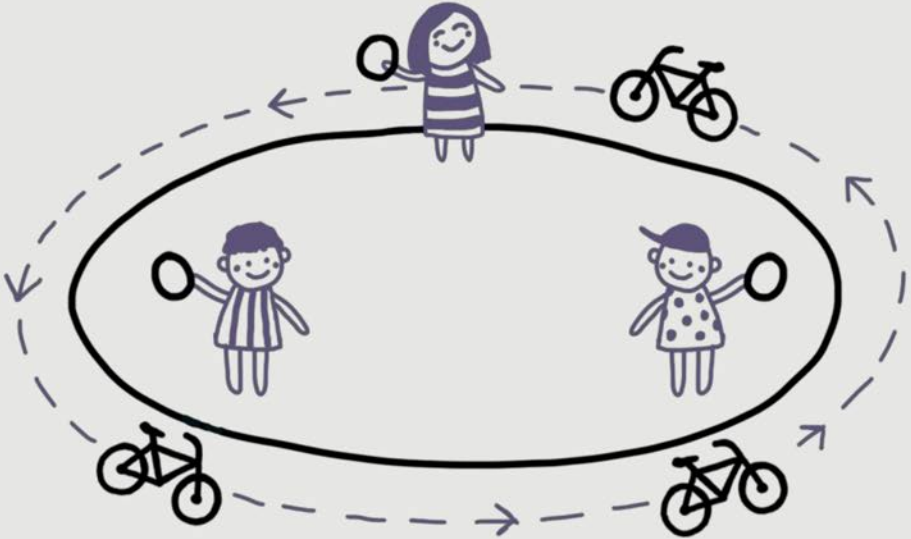
İpucu: Eğer sürücüler birbirine çarparsa, partnerlerin birbirinden ayrı durabilmeleri için daireyi daha büyük hale getirin.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Dairenin her iki tarafında duran iki yetişkin (ya da bir yetişkin ve bir çocuk) dışında herkes bisiklete biner. Biri halkaları binicilere uzatırken diğeri halkaları toplar.

Geliştirme: Ayakta kalan partnerler sürekli yer değiştirirse, biniciler için oyun daha da zorlaşır.

Varyasyon: Ayakta kalan partnerler, binicilere her geçtiklerinde yeni görevler belirlerler. Örneğin; "tek elle bin", "slalom yap", "yavaş sür", "halkayı kaskına tak", "halkayı gidona tak" vb. gibi.



SİRK ATLARI VE EĞİTMEN



EKİPMAN

Tebeşir ve bir kamçı (ucunda ip ile bir çubuk). İsteğe bağlı olarak, 'sirk orkestrası' için davul.

NASIL OYNANIR?

Yetişkin kişi bir at eğitmenidir ve kamçıyla sirk halkasının ortasında durur. Çocuklar sirk atlarıdır ve antrenörün emirlerine uymak zorundalar.

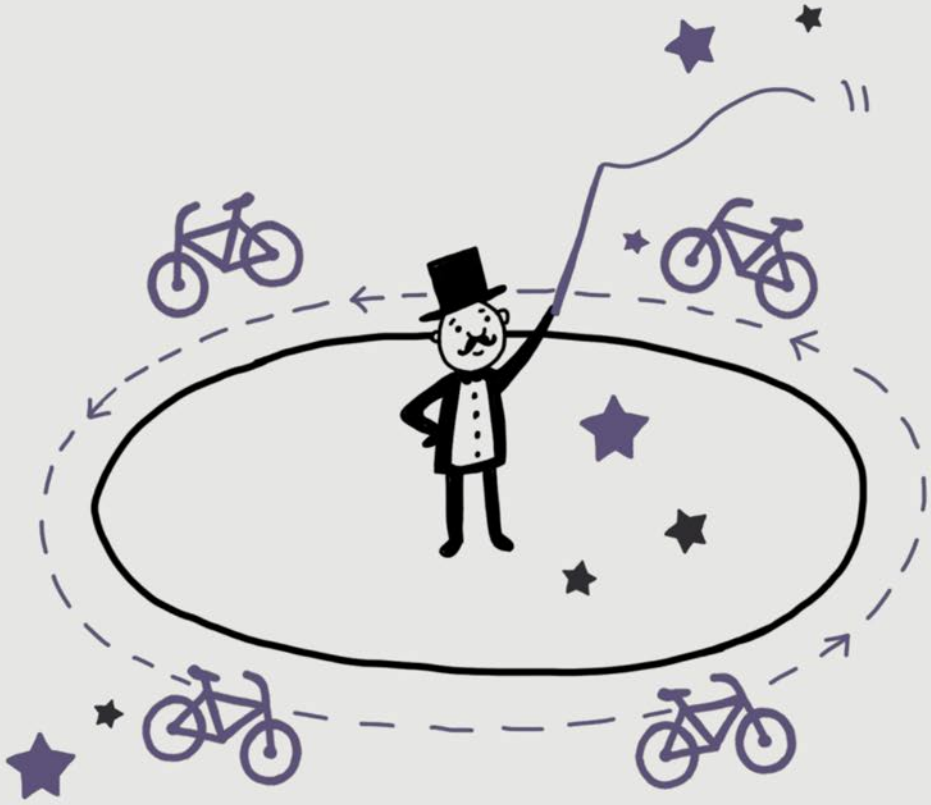
- 'Dön '= halka etrafında binmek
- '1-2-3-dur' = bisikleti durdurun ve ayaklarınızı yere koyun
- 'Zikzak '= halkanın iç ve dış çevreleri arasında bir zikzak içinde binmek.
- 'Kişne' = olabildiğince yüksek sesle koro halinde kişne.

Daha fazla komut uydurun ya da belirli görevler ayarlayın - örn. tüm kızlar 'scooter tarzda' sürmek zorunda, altı yaşından küçük herkes kendi başına sağ eliyle vurmak zorunda, vb. Oyun 'merkez' komutuyla biter, yani çocuklar merkeze doğru dönerler, durur ve bisikletlerini geri getirirler.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Farklı oluşumlar ve hareketler arasında geçiş yapma Grup
- talimat larını anlama ve onlara uyma — ve gruba uyum sağlama
- Kendilerinde ve başkalarında yeni beceriler keşfetmek





İpucu: Eğer çok çocuk varsa, yarısı seyirci olabilir, tezahürat ve alkış yapabilirler - ya da bir sirk orkestrası oluşturabilirler, davul çalabilirler.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Sadece iki komut kullanın: 'başla' ve 'dur'.

Geliştirme: Çocukların sırayla antrenör rolünü almalarına izin verin.

Varyasyon: Çocukların kendi numaralarını geliştirdikleri ve birbirlerine gösterdikleri bir sirk gösterisi sunun. Davul ve yüksek sesli alkışlar olduğundan emin ol.



FREN İZLERİ



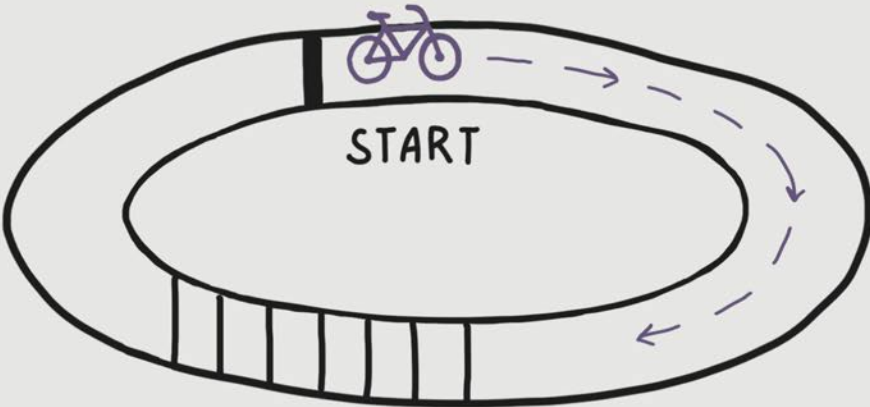
EKİPMAN

Tebeşir veya zeminde çizgiler çizmek için bir çubuk.

HAZIRLIK

Tercihen hafifçe eğimli bir alan kullanın, çakıl yüzey bile olur. Büyük bir oval pist işaretleyin ve bir ucunda bir başlangıç çizgisini işaretleyin. Diğer ucunda, pist boyunca giden net çizgiler çizin. Çizgiler en az bir metre aralıkta olmalıdır, böylece çocuklar fren yapmak istedikleri çizgiyi kendileri seçebilir.

İpucu: Bu oyun en iyi ayak freni ile çalışır. Bırakın sürücüler önce fren işaretlerini teker teker yapmaya çalışsınlar, böylece piste çıkmadan önce nasıl bir his olduğunu bilsinler.



PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Dikkatli frenleme ve denge koruma, hızlı sürme
- Aniden fren yapma cesareti gösterme
- Diğer bisikletçilere dikkat etme

NASIL OYNANIR?

Amaç, çizgiler üzerinde maksimum freni yaparak çizgi izlerini silinmiş hale getirmektir. Çocuklar bisikletleriyle yan yana dururlar. Birbirlerine çarpmasınlar diye aralarında kısa bir mesafe kalacak şekilde ayırın. İyi bir hıza çıkmaları gerekiyor. Çocuklar hangi çizgide frenlemek istediklerine kendileri karar verirler. Çizgiler kaybolduğunda — ya da neredeyse kaybolduğunda— herkes gidip muhteşem fren izlerine hayran kalır.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Pist çizmeyin. Çocuklar hazır olduklarında yola çıkmalarına ve fren yapmalarına izin verin.

Geliştirme: Oyunu, amacı en uzun işaretleri yapmak olan bir fren işareti yarışına çevirin.

Varyasyon: Su freni izleri. Yağmur yağarken fren izleri yapın ya da piste su dökün.



KUYRUK TUTUCU



EKİPMAN

Kuyruklar, örn. farklı renklerde kurdeleler. Çocukların en az iki katı kadar kurdele. Tebeşir ya da koni. İsteğe bağlı olarak, daha fazla yetişkin.

HAZIRLIK

Oyun alanını işaretleyin. Bisikletlerini bir tarafa koyan iki veya daha fazla 'yakalayıcı' aday gösterin. Diğer çocuklar bisikletlerinde kalır ve her biri yakalarının veya pantolonlarının arkasına sıkışmış bir kuyruk alır. Yetişkin kuyruk tutucusudur; yedek kuyruk çantasını taşır.



NASIL OYNANIR?

Çocuklar kuyruklarını kuyruk yakalayıcılardan kaçırmaya çalışmalıdır. Kuyruklarını kaybederlerse, kuyruk bekçisine giderler ve çocuklara yeni bir kuyruk verilir. Kuyruk tutucuları kuyrukları yakaladıkça kuyruk bekçilerine geri döndürür, böylece her zaman dağıtmak için yeterli kuyruk vardır. Kuyruk yakalayanlar artık koşamayana kadar oyun devam eder. Yeni kuyruk yakalayıcılar aday gösterilir ve oyun baştan başlayabilir.

İpucu: Kuyruklarının alınmasını istemeyen çocuklara alan tanıyın. Birkaç kez gittikten sonra, onlar da tam olarak katılmaya hazır olacaklar.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Uzun süre sürmeye devam etmek
- Arkasında ne olduğuna dikkat ederken bisikleti kontrol etmek
- Kuyruklarını çalınması tehdidiyle başa çıkmak

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Sadece yetişkinler kuyruk çalar.

Geliştirme: Çocuklar sürerken birbirlerinin kuyruklarını çalmak zorunda (sadece çok güvenli bisiklet sürücüler için!).

Varyasyon: Kuyruk tutuculara, her biri hangi renk kuyrukları avladıklarını gösteren farklı renkte kurdeleler verilir. Kuyruğunuz çalındığında, daha önce sahip olduğunuz renkten farklı bir kuyruk seçersiniz. Ancak, küçük çocukların aynı rengi tekrar seçmeleri sorun teşkil etmez.



TOP KRALI VE GEMİLER



EKİPMAN

Tebeşir ve yaklaşık 100 küçük, hafif top.

HAZIRLIK

Oyun alanının ortasında yaklaşık bir metre çapında bir daire çizin. Bu daire Top Kralı'nın gemisi olacak. Denizi işaretlemek için gemi ve dalgalar çizebilirsiniz.

NASIL OYNANIR?

Top Kralı — yetişkin — dairenin içinde durur ve küçük gemi rolü oynayan çocuklara 'savaş topları' atar. Çocuklar Top Kralının etrafında tek yönlü bir şekilde bisikletle dolanırlar ve ne kadar yaklaşmak istediklerine kendileri karar verirler. Bir "gemi" vurulduğunda, çocuk bisikletinden iner ve bisiklete binmeden önce bisikleti etrafında üç kez "yüzer". Top Kralı herkesin birkaç kez vurulmasını sağlar. Hiçbir mühimmat kalmadığında, çocuklar bisikletlerine binip tüm topları toplarlar ve oyun baştan başlatılabilir. Çocukları topları toplarken bisikletlerinde kalmaya teşvik edebilirsiniz ve isterlerse bagajlarını, sepetlerini vb. kullanabilirler. Bir dahaki sefere çocuklar ters yönde ilerler.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Çevrelerine göz kulak olurken bisiklet sürme
- Kaotik bir alanda binme cesareti gösterme
- Taktik düşünme ve toptan kaçarken hız ve yön değiştirme



OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Vurulduğunda ceza yoktur — sadece binmeye devam edersin.

Geliştirme: Top Kralı'nın dış dairede yardımcıları olabilir, böylece oyuncular her iki taraftan da vurulur.

Varyasyon: 'Bisiklete binmeyi seviyorum! 'diye bağırırken bisikletin üzerinden atlamak zorunda kalmak gibi yeni cezalar geliştirin.

İpucu: Vurulmak istemeyen tüm sürücülere saygı gösterin. Dışarıda dolaşmasına izin verin, kural olarak, daha sonra kendilerini daha da yaklaştırırlar.



GIDIKLAYICI



EKİPMAN

Tebeşir ve rulo gazete.

HAZIRLANMA

Yaklaşık 30 metre aralıklarla iki paralel çizgi çizin. Tüm çocuklar yan yana her iki çizginin arkasında bisikletleriyle durabilmeli.

İpucu: Çizgiyi aştıkları zaman durmaları gerektiğini anlamaları önemlidir.



NASIL OYNANIR?

Yetişkin olan 'gıdıklayıcıdır. Çocuklara sırtı dönük oyun alanının ortasında durur. Gıdıklayan bağıır: 'Gıdıklayıcı'nın önündeki bisikletçiler, GİDİN! ' Çocuklar artık yetişkin tarafından yakalanmadan sürmek ve uzak tebeşir çizgisini aşmak zorundalar. Gözünün köşesinden çocukları görene kadar avını yakalamaya başlayamazsınız. Sepetine gazete ile vurarak bir çocuğu yakalayabilirsin. Yakalanan çocuklar herkes sığınağa ulaştığında gıdıklanırlar. Vücudun neresinde gıdıklanmak istediklerine kendileri karar verebilirler ve eğer gıdıklanmak istemiyorlarsa, bu da elbette saygı duyulmalı. Gıdıklamadan sonra başka bir tur başlayabilir.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Mekansal ve yönsel farkındalık
- Yüksek hızda ve yüksek heyecan zamanlarında bisiklet kontrolü
- Yakalandığını kabul etmek

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Gıdıklayıcı etrafta kimseyi yakalamadan dolaşıp biraz tehlikeli ve heyecan verici görünür.

Geliştirme: Başka bir Gıdıklayıcı ekleyin ve bisikletçileri her biri kendi çizgisinden başlayarak iki gruba ayırın. Gıdıklayıcılar, arkalarından gelen binicileri yakalamaya hazır bir şekilde ortada sırt sırta durur.

Varyasyon: Birisi yakalandığında, o kişi gıdıklayıcı olur. Oyun herkes yakalanana kadar devam eder.



TRAFİK - LAMBASINDA ELMA AŞIRMA



EKİPMAN

Tebeşir, bir sürü küçük top, 3-4 hula hop çemberi ve büyük bir kova. İsteğe bağlı olarak; kırmızı ve yeşil dur/git tabelası, polis kaskı ve sarı bir ceket.

HAZIRLIK

15-20 metre aralıklarla iki paralel çizgi çizerek geniş bir yol yapın. Her çizginin arkasında yan yana durabilmeleri için yeterli yer olmalı. Bir sıranın arkasında 'meyve bahçesi' bulunur. Meyve bahçesi: içinde toplar olan hulahoplar. Buraya gidin. Diğer sıranın arkasında başlangıç alanı bulunur; kova buraya yerleştirilir. Çocuklar başlangıç çizgisinin arkasında yan yana durarak ayarlanır. Yetişkin bir trafik polisidir ve meyve bahçesinin önünde 'yolda' hazır durur.

İpucu: Trafik polisi üniforma giyerse ve dur/git işaretleri kullanırsa, oyun daha gerçekçi ve heyecan verici olacak.



NASIL OYNANIR?

Oyunun amacı, olabildiğince çok 'elma' toplamaktır. Yine de meyve bahçesine ulaşmak için yoğun bir yoldan geçmeniz gerekir. Trafik polisi "Yeşil ışık, git!" diye bağırdığında, herkes yola koyulabilir. Lider "1-2-3 kırmızı ışık, dur!" diye bağırdığında, herkes durmalı. Yeterince çabuk durmayan herkes bisikletinden inip "Kırmızı ışık, dur!" diye bağıarak bisikletinin etrafında bir tur atmak zorundadır. Çocuklar meyve bahçesine ulaştıklarında, alabildikleri kadar çok elma almalı ve sonra geri dönüp elmaları kovaya koymalıdır. Dönerken de aynı kurallar geçerlidir. Oyun, meyve bahçesi elmalardan boşalana ve kova dolana kadar devam eder. Başka bir kez daha başlayabilir.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Frenleme
- Trafiği anlamak ve trafiğe saygı duymak,
- Uyanık olmak ve hızlı tepki vermek

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Trafik kontrolü olmadan oyunu oynayın, böylece çocuklar sadece ileri geri topları toplayarak binmek zorunda.

Geliştirme: Yolda durup sürücülere top atmak ve araba olmak için birkaç çocuk seçin. Başka iki çocuk ambulans olur. Eğer vurulursanız, bisikletinizden inmek, uzanmak ya da oturmak zorundasınız. Ve ambulansın gelip sizi görünmez canlandırma ilacıyla canlandırmasını beklemek zorundasınız.

Varyasyon: Çocukları her biri kendi elma kovası ile takımlara ayırın. Amaç en çok elma toplayan kişi olmaktır.



DİKKAT ETSEN İYİ OLUR



EKİPMAN

10-20 küçük, hafif toplar içeren bir kova veya çanta.

HAZIRLIK

25-30 metre aralıklarla iki paralel çizgi çizin. Tüm çocuklar her iki sıranın arkasında bisikletleri ile yan yana durabilmelidir. Bir uzun tarafın yarısında, top atıcılar ve 'hastane' için bir alanı işaretleyin. İçi top dolu kovaları buraya koyun.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Mesafe ve hız değerlendirmesi yapabilmek
- Taktik yaparak kendilerini konumlandırma ve yüksek hızda engellerden kaçarak sürmek.
- Top yağmurunun içinden bisiklet sürerek geçmek

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Topları atmak yerine yuvarlayın. Vurulma anında ne olacağı ile ilgili olan kuralları oyundan çıkarın.

Geliştirme: Vurulduğunda, bir sonraki adımda sen top atıcı olmalısın.

Varyasyon: Oyuna uygun başka kafiye ve hikayeler uydurun.



NASIL OYNANIR?

Yetişkin top atıcı olur ve oyunda arabaları temsil edecek topların yanında hazır durur. Çocuklar sıralardan birinin arkasına hizalanır. Oyun, herkesin yüksek sesle uyum içinde bağırıldığı bir 'bisiklet rap' ile başlar. Bol miktarda enerji ve ideal olarak bazı jestlerle:

- **Hepsi:** Şehirdeki trafikte yarı uyanık gezen insanlar, dikkat etsen iyi olur yere düşersin yoksa!
- **Top atıcı:** Sürmelisin.....ayakta!

Son satır her seferinde değişir, top atıcı çocukların nasıl bineceğine karar verir. Örneğin: yavaş sürmek, bisikleti itmek, tek elle sürmek, bisikleti kaldırma vb. Son satırı bağırduğunuz zaman, siz çocukları 'arabalar' ile vurmaya çalışırken onlar pisti geçmeye çalışmalıdır. Vurulmayan çocuklar diğer tarafa geçerler ve bir sonraki tur için hazır dururlar. Vurulanlar kıpırdamadan durur ve ambulansı beklerler. Top atıcı şimdi bir ambulansa dönüşür, ezilen çocuklara koşar ve onlara peri tozu serper, böylece iyileşirler ve oyuna tekrar katılabilirler. Ambulans herkesin duyacağı kadar yüksek sesle "naaa niii naa a niii" diye bağırır. Atılan çocuklara peri tozu verildiğinde, diğer sürücülerle bir araya gelirler ve yeni bir tura başlayabilirler.

İpucu: İlk seferde topu kendinden emin ve güvenli görünen sürücülere atarak başlayın.



FARELER VE ASLANLAR



EKİPMAN

Tebeşir — ve ideal olarak iki yetişkin.

HAZIRLIK

Oyun alanının ortasında tüm bisikletçilerin aynı anda içinde bulunması için yeterli alana sahip bir 'kiler' işaretleyin. Oyun alanındaki diğer çeşitli noktalarda 'fare delikleri' işaretleyin. Bunlar aynı anda iki sürücüyü tutabilmeli.

NASIL OYNANIR?

Yetişkinler 'aslan' olurlar; etrafta dolaşan ve 'fare' olan çocukları yakalamak zorundalardır. Fare yakalandığında, kilerde hapsedilir. Diğer farelerden biri geçerken ve ona dokunduğunda fare serbest bırakılır. Kilerde birden fazla fare varsa, bunlardan sadece birine dokunulduğunda hepsi serbest bırakılır. Fareler fare deliklerine sığınabilir. Oyun kilerdeki tüm fareler ile başlar. Aslanlar ondan geri saymaya başladığında, fareler sürmeye başlamalıdır. Aslanlar sıfıra kadar sayılana kadar fareleri kovalayamazlar. Aslanlar pes edene kadar oyun devam eder. İki ya da daha fazla çocuk aslan olabilir ve yeni bir başlangıç yapabilir.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Aynı anda sürme ve bulma
- Başlama ve durdurma
- Takım ruhu ve dayanışma



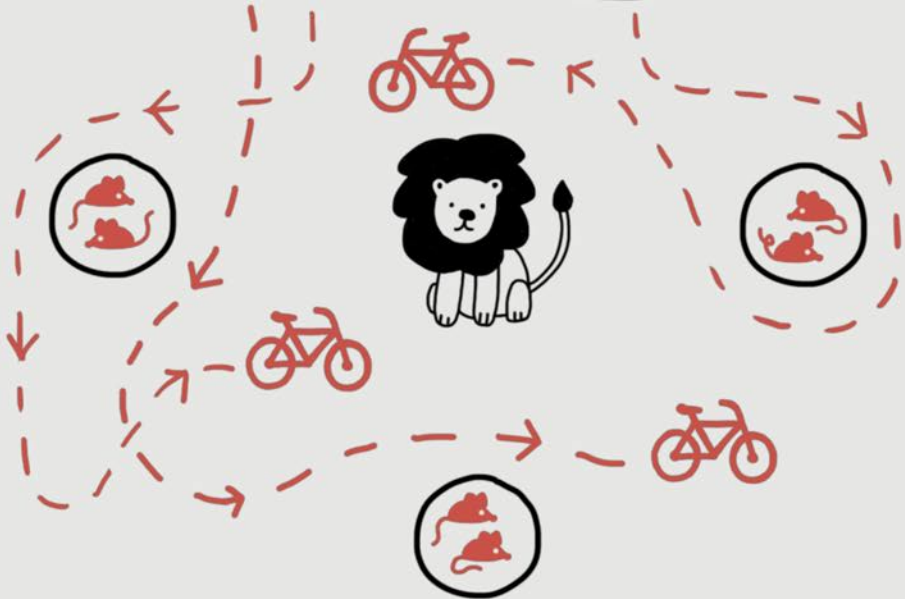
OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Küçük çocuklarla oynanan oyunlarda sadece yetişkinler aslandır.

Geliştirme: Aynı anda yalnızca bir fare serbest bırakılabilir.

Varyasyon: Yakalandıktan sonra hareketsiz durmanız ve diğer farelerden birinin gelip sizi beşlik ile serbest bırakmasını beklemeniz gereken 'bisiklet dondurma -etiketi' oyununu oynayın.

KİLER



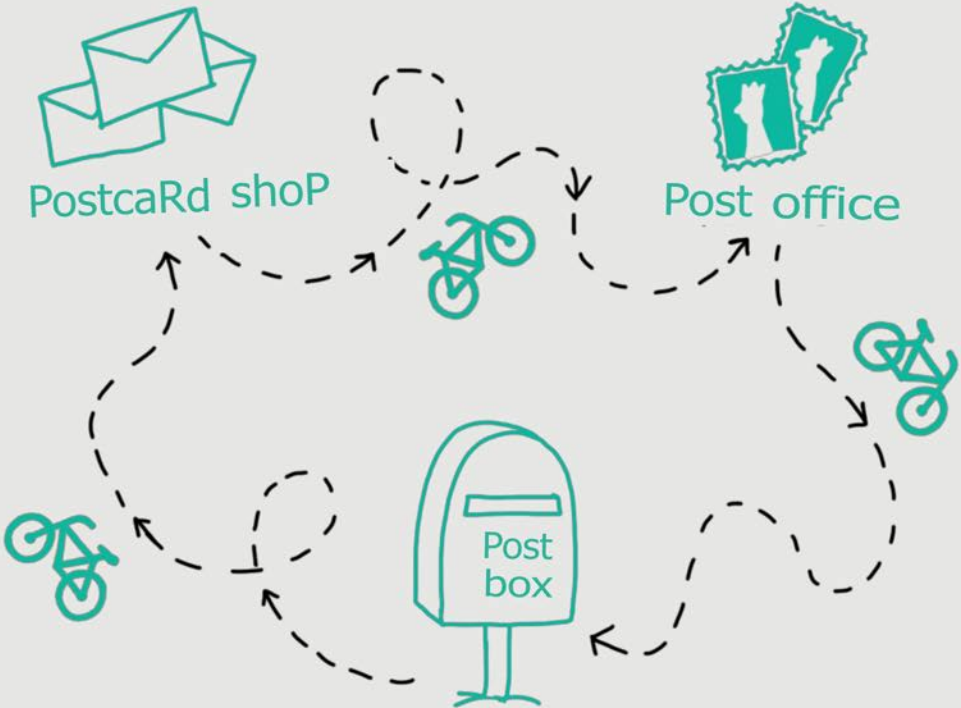
MEKTUPLARI POSTALA



EKİPMAN

Bir sürü küçük renkli kart (mektuplar), keçeli kalem ve bir karton kutu (posta kutusu).

İpucu: Çok fazla çocuk varsa, fazla kuyruğa girmekten kaçınmak için kartları başlangıçta dağıtmak iyi bir fikirdir.



NASIL OYNANIR?

"Kartpostal mağazası", "postane" ve "posta kutusu" olmak için üç oyuncu seçin. Diğer çocuklar artık etrafta dolaşmak ve olabildiğince çok mektup göndermek zorundalar. Önce kartpostal dükkanına gidip bir kart alırlar. Daha sonra, bir damga koymak için postaneye doğru sürerler (örn. bir artı sembolü çizerek). Son olarak, posta kutusuna gidip kartı postalarlar. Postane de posta kutusu da zaman zaman dolaşır ve gizlenecek yeni yerler bulur. Oyun tüm kartpostallar satıldığında biter. Çocuklara tamamen kaç mektup gönderdiklerini göstermek için kartları sayarak bitirebilirsiniz. Bazı mektupları 'okumak' da eğlencelidir. Hayal gücünü kullan ve komik bir şeyler uydur. Mesela birinin doğum günüyse doğum günü kartını okuyabilirsin.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Birleşik görevleri çözme
- Özgüven
- Oryantasyon yeteneği

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Oyun alanını daha küçük hale getirin ve postane ve posta kutusunun bulundukları yerde kalmasını sağlayın.

Geliştirme: Daha fazla postane minvalinde rol sunun. En çok mektubu kimin gönderebileceğini görmek için bir takım yarışması düzenleyin.

Varyasyon: Mektupları damgalanmadan önce tamamlanması gereken çocuk görevlerini ayarlayın. Bunlar bisiklet tekerleği ile fren işareti yapmak gibi sürüş görevi de olabilir; toplama çıkarma yapmak veya yazım kuralları gibi okul görevi de olabilir.



TRAFİK PUZZLE'İ



EKİPMAN

Dört adet, üzerinde resim olan büyük tahta (yada dört adet büyük resim çıktısı) ve aynı resimlerin 6'ya kesilmiş parçaları. Hava rüzgarlı ise parçaların resimli kısmını kapalı tutmak için isteğe bağlı aktivite halkaları veya koniler. Tebeşir.

HAZIRLIK

Uzun bir çizgi çizin ve arkasına dört resmi 2-3 metre aralıklarla yerleştirin. Resim parçalarını resim tarafı aşağı gelecek şekilde 15-20 metre ilerideki zemine dağıtın.

NASIL OYNANIR?

Çocuklar dört takıma ayrılır ve her takım kendi resimli tahtasının yanına yerleşir. Oyun başlamadan önce, çocuklara tahtalarındaki resimleri incelemek için bir şans verilir. Oyun lideri şimdi üçe kadar sayar ve 'Başla!' komutuyla bütün çocuklar bisikletleriyle oyuna başlar ve resim parçalarını puzzle'ı tamamlayacak şekilde bulmaya çalışır. Her seferinde sadece bir parça taşıyabilirler. Resmi tamamlayan takım "Bingo!" diye bağırır. Herkes tam resme sahip olana kadar oyun bitmez. Resmi ilk tamamlayan takım kazanır.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Resim parçalarının resimli tarafı yukarı gelecek şekilde yerleştirin. Takımlara ayrılmayın. Herkes tüm resimler için parça toplar.

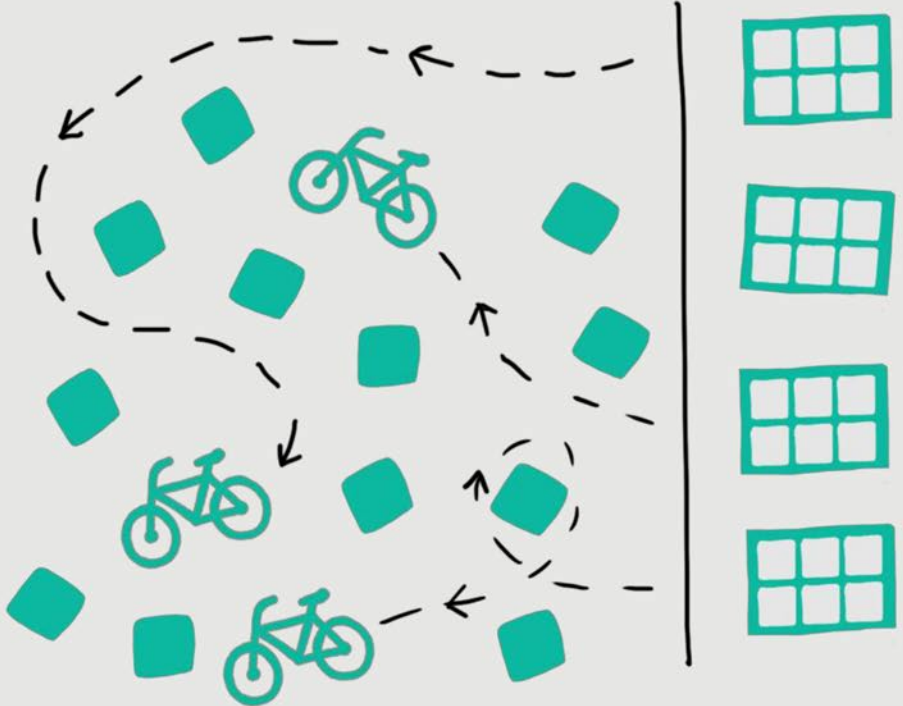
Geliştirme: Oyunu bir bayrak yarışı olarak düzenleyin, çocuklar çift halinde yola çıkarken takım arkadaşları onları neşelendirir, yüksek sesle şarkı söyler ve onlara rehberlik eder — belki daha büyük çocukları gençlerle bir araya getirebilirsiniz.



İpucu: Oyunu birkaç kez oynuyorsanız, taktikler hakkında anlamak için takımlara birkaç dakika vermek iyi bir fikirdir. Bu onların dikkatini, anlayışını ve motivasyonunu artırır.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Hafıza geliştirme
- İşbirliği
- Kaybetmek ve kazanmak



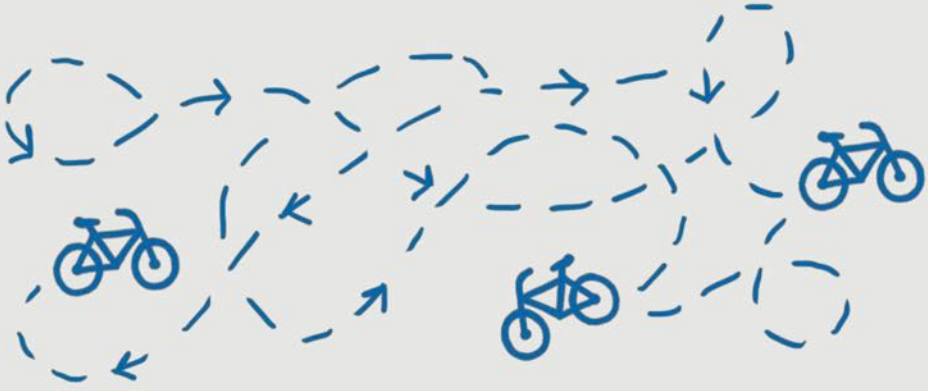
SÜRÜŞ SÜRÜSÜ



NASIL OYNANIR?

Çocuklar çiftlere ayrılır, bir tanesi yürüyecek, diğeri bisiklete binecektir. Binicilerin görevi, diğey yayalarla arasında yürüyen, aralarda makas atan yürüyüş partnerlerinin hemen arkasında kalmaktır. Başlangıçta, yayalar birbirinden ayrı ayrı yürürler, ancak yayalar daha yoğun bir kalabalık şeklinde yürümeye başladıkça oyun hem daha zor hem de daha eğlenceli hale gelir. Yayalar birçok farklı şekilde hareket edebilir: yavaş, hızlı, geniş veya sıkı dönüşler yapma vb. Bisikletçiler daireler halinde sürerken yayalar hep birlikte durabilir veya hep birlikte havaya zıplayabilirler. Bir süre sonra yer değiştirirler.





İpucu: Hangi çocukları eşleştirdiğinizi düşünmek önemlidir.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Yavaşça sürmek
- Uygun mesafeyi korumak
- Eşlerine dikkat etmek ve hareketlerini takip etmek

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Yetişkinlerin yürüdüğü ve çocukların bisiklet sürdüğü yetişkinli-çocuklu versiyonunu oynayın.

Geliştirme: Yaya bir eli başka bir yayaya doğru gelecek şekilde bir hareket yapar — örneğin çak bi' beşlik — ve bisikletçiler birbirlerini geçtikçe aynı şeyi yaparlar.

Varyasyon: Durdurma oyunu. Yaya ara sıra "1 -2-3-stop" der, döner ve eliyle bir 'dur' sinyali verir. Bisikletçi yaya ile çarpışmadan önce durmalıdır.



TAHTIN VARİSİ



NASIL OYNANIR?

Bir çocuk “kral” olur ve bisikleti öne sürer. Diğer çocuklar uzun bir çizginin arkasında kalırlar. Kral diğerlerinin nereye ve nasıl gideceğine karar verir. Örneğin, kral sallanabilir, gidonda davul çalabilir, ayağa kalkabilir ve seleye oturabilir, bacaklarını sallayabilir, vb. Grup bunu takip etmeli. Yetişkin “DEĞİŞTİR!” diye bağırıldığında, Kral değiştirilir ve sıranın arkasına geçer. Oyun herkes kral olana kadar böyle devam eder.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Geride binenler tarafından anlaşılacak
- Sinyaller vermek
- Yol gösterecek cesarete sahip olmak ve uyum sağlamaya istekli olmak



OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Yetişkin -çocuk versiyonu ile kralı yetişkin seçerek oynayın.

Geliştirme: Her bir çiftte yada grupta bir kral olacak şekilde çiftleri veya grupları oluşturun. Oyun alanını küçültün, böylece krallar birbiri etrafında Sürüş Sürüş gibi dolanıp dursun.

Varyasyon: Trafikte kullanacağınız gibi doğru durdurma ve dönme sinyalleri kullanın.



İpucu: Gerçek oyuna başlamadan önce, kendimiz bir gruba liderlik edin ve kralın düşünebileği şeyler için ilham verin.



İSİM RÖLESİ



NASIL OYNANIR?

Bütün çocuklar bisikletlerine binip birbirlerine doğru ve birbirleri arasında bisikletlerini sürerler. Bir çocuğa sopa verilir, sonra gruptaki birinin adını çağırır. Adı söylenen çocuk şimdi öne gelmeli ve sopayı almalı. Diğerleri yol açar. Yeni sopa sahibi farklı bir isim çağırır ve herkes sopayı alana kadar oyun böyle devam eder.

İpucu: Çocukların her zaman aynı insanları seçmediğinden emin olun - örneğin, erkekleri ve kızları seçmek veya kendilerinden daha yaşlı çocuklar arasında geçiş yapmak zorunda oldukları bir kural koyun.

PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Tek elle sürerken bilişsel görevleri çözme
- Bisiklete binme
- Ekip ruhunu güçlendirmek



OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Yetişkin sopayı tutar. Birinin adı çağrıldığında, oraya sürüp sopayı alırlar, bir tur atarlar ve sopayı geri verirler.

Geliştirme: Bisikletçilerin isimlerin sırasını hatırlamak zorunda olduğu birkaç tur oynayın.

Varyasyon: Selamlaşma oyunu — çocuklar birbirleri arasında bisiklete binerler ve birbirlerini ayakları ile, el sallayarak, “çak bi beşlik” yaparak vs. selamlarlar.



BİSİKLET BLÖFÜ



EKİPMAN

Parçayı işaretlemek için tebeşir, birkaç koni koni veya etkinlik halkaları.

HAZIRLIK

Bisikletçilerin dörtte üçünün yavaşça dolaşabileceği büyüklükte kare bir pist yapın. Pistin bir tarafında, 2-3 bisikletçi beklemesine yetecek kadar büyük bir kare işaretleyin.

NASIL OYNANIR?

Diğerleri pistte dolaşırken iki çocuk bisikletleriyle birlikte karede bekler. Oyunun ana fikri, diğer çocukları ya yere bir ayak koymaları ya da pistten çıkmaları için vızıldamaktır. Bu olduğunda, bekleme alanına gitmeli ve kuyruğun arkasına gitmelisiniz, sırada ilk kim olursa olsun artık pistte bisiklet sürebilir. Çocuklar birbirlerine çarpmamalıdır; birbirlerine sadece yakın sürerek veya önlerini keserek zorluk çıkarabilirler.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Bir seferde iki çocuğun küçük bir yolda birbirlerine karşı yarışmasına izin verin.

Geliştirme: Çocukların sadece tek elle bisiklet sürmelerine izin verilir.

Varyasyon: Bisiklet eskrimi: Herkes köpüklü kılıçlarla savaşarak birbirinin arasında dolaşır.



PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Yavaşça sürerken dengeyi korumak ve birbirlerini
- izleyerek birbirlerinden öğrenme
- Birbirlerinin sınırlarına saygılı bir şekilde eğlenmek

İpucu: Oyuncu sayısına ve seviyelerine uyacak şekilde parçanın boyutunu ayarlayın. Alan ne kadar küçükse, oyun o kadar zor olur.



TEŞEKKÜR EDERİM VE HOŞÇAKAL



NASIL OYNANIR?

Çocuklar çiftlere ayrılır. Bir çocuk yöne karar verir, diğeri ise hemen gerisinde takip eder. Bir veya daha fazla çocuk 'serbest ajanlar' olur; çiftlerden birine 'dalmaya' karar verene kadar kendi başlarına dolaşırlar. Bunu bir çiftin arkasından sürerken "Teşekkür ederim ve hoşçakal!" diyerek yaparlar. Öndeki cevap verir: "Teşekkür ederim ve hoşçakal!", ve serbest ajan sürerek ayrılır. Yeni serbest ajan artık dalması gereken başka bir çift bulur ve oyun bu şekilde devam eder.

İpucu: Nasıl yapıldığını göster, çünkü oyunu kelimelerle açıklamak biraz zor olabilir.

OYUNU GELİŞTİRMEK İÇİN FİKİRLER

Basitleştirme: Serbest ajan yok. Çiftler sadece grup içinde ve birbirlerinin arasında dolaşırlar ve birbirlerini selamlarlar.

Geliştirme: Çiftler yan yana gider. S ağıdaki çocuk rotaya karar verir ve serbest ajan en soldaki pozisyonu aldığınd a gruptan ayrılır.

Varyasyon: Sollama. Eğer çiftler yan yana sürüyorsa, serbest ajan soldaki binicinin arkasına binebilir ve zilini çalabilir. Soldaki çocuk şimdi partnerinin önüne geçerek yol alır.





PRATİK ETTİKLERİNİZ

- Bisiklet binerken birbirleriyle iletişim kurma
- Kendilerini başkalarına göre konumlandırmak ve yerlerini bulmak
- Uyarlanabilir olmak, rolleri değiştirmeye hazır olmak ve odak değiştirmeye hazır olmak



20 BİSİKLET OYUNU TÜM ÇOCUKLAR İÇİN EĞLENCELİ BİSİKLET EĞİTİMİ

Bisiklet sürmeyi kendi başınıza   rendi iniz zamanı hatırlıyor musunuz? Anneniz veya babanız bisikleti bıraktı ında ve aniden yardımsız ve desteksiz bir şekilde pedal çevirmeye ba ladı ınızda midenizde oluşan o heyecan? Danimarka Bisikletçiler Federasyonu bu duyguyu her çocuğa aktarmak istiyor. Bunu en iyi bisiklet oyunlarıyla, Federasyonun her ya tan çocuklar için verdiği eğlenceli bisiklet eğitimiyle yapıyoruz.

Bu kitap öncelikle kre te veya okulda 2-12 ya  arası çocukların ebeveynleri ve onlarla çalışanlar için hazırlanmıştır. Kitap, organize edilmesi kolay ve çocukların ya larına ve yeteneklerine göre  e itlendirilebilen ve uyarlanabilen 20 bisiklet oyununu anlatır. Çocuklar birkaç saat bisiklet oyunları oynadıktan sonra bisiklete binme konusunda fark edilir derecede daha iyi hale gelirler. Harekete geçip fren yapabilir, bir elini gidondan çekebilir, fazla vakit harcamadan dönüş yapabilirler. Bunlar,  ocukların trafi e çıkmadan ve pratik yapmadan önce sahip olmaları gereken becerilerdir. Bisikletçiler Federasyonu'nda dediğimiz gibi: **'önce güvenli bisiklet, sonra güvenli trafik'.**

