



با روزنامه و کاغذ باطله استوانه‌های کاغذی در اندازه‌های گوناگون بسازید.

حالا فکر کنید این استوانه‌ها مشعل هستند. یک توپ کوچک بالای استوانه قرار دهید. برای شروع از استوانه‌های کوتاه‌تر استفاده کنید و مواظب باشید، توپ‌ها نیفتند. سخت‌ترین مشعل برای توپ‌رسانی، مشعل‌های بلندترند؛ چون حفظ تعادل در نگهداری توپ با آن‌ها سخت‌تر است. حالا در یک مسیر مشخص حرکت کنید و سعی کنید توپ‌ها را به مقصد برسانید.

این بازی را با دوستان یا اعضای خانواده انجام دهید.

توپ‌رسان مشعل

- سمیه قلی‌زاده
- تصویرگر: شیوا ضیایی



● انجام این ورزش را این‌جا ببین.