

العنوان | قطار الديناصورات - الصديقان - فريق القوة

الهدف:

الانسجام مع الآخرين

النشاط الأول:

قطار الديناصورات : يشكل اللاعبون فريقان كل لاعب ممسك بالآخر على شكل قطار ، نثبت في نهاية كل قطار بالون ونعطي اللاعب الأول من كل فريق أداة (دبوس أو عود شواء) لفرقة هذا البالون ، عند البدء على القطارات التحرك يميناً ويساراً شمالاً وجنوباً ككتلة واحدة هاربين من الفريق الخصم والفريق الذي ينجح بفرقة البالون للفريق الآخر يعتبر الفائز

النشاط الثاني:

الصديقان : يقف كل لاعبان أمام بعضهم البعض واضعين على أكتافهم من الجهتين عصي (عصا بكل جهة) ونحدد لهم نقطة بداية ونقطة نهاية لينطلقوا وهم بهذه الوضعية دون إسقاط العصي ومن يصل للنهائية بالوضع الذي بدأ عليه يعتبر الثنائي الفائز .

النشاط الثالث:

فريق القوة : يقف مجموعة من اللاعبين بشكل دائري وأمامهم مخاريط وفي وسط هذه الدائرة يقف لاعب معه كرة عليه التحرك بهذه الكرة ومحاولة الخروج من الدائرة وعلى بقية اللاعبين منعه من الخروج هو والكرة من داخل الدائرة .

الأدوات المستخدمة:

بولين - دبابيس أو أعواد شواء - عصي - كرة - مخاريط

المهارات المعززة:

مهارة التركيز - مهارة التأزر الحركي البصري - مهارة التحرك كجسد واحد - مهارة فرقة البالون - مهارة السرعة في الهروب من الخصم - مهارة تثبيت العصا على الأكتاف - مهارة السرعة - مهارة الهروب من الدائرة - مهارة الانتباه - مهارة منع اللاعب من الخروج من الدائرة .

ملحقات (روابط):

https://www.instagram.com/reel/C_Ub9ury9Fh/?igsh=dmtkZWheDloMDM1
<https://www.instagram.com/reel/C-g8N1sPbwr/?igsh=MXhudmVvYTR2ZGJtbA==>
<https://www.instagram.com/reel/C-D-G4lvMW3/?igsh=ZzZ6Zm03bTFubDAz>