

## العنوان | الشَّهْب المتطايرة

الهدف:

اللياقة البدنية

النشاط الأول:

البوالين الملونة: نضع على الأرض شريط لاصق ونضع بوالين من لونين مختلفين ثم نقسم الأطفال لفريقيين ونختار طفلين ونقوم برمي مكعب الألوان على نفس لون البوالين واللون الذي يقع عليه المكعب يقوم الطفل بالقفز على لون البالون الذي اختاره وهكذا حتى نهاية البوالين ثم القفز على قدم واحدة نحو مكان كرة السلة ويرمي الكرة داخل السلة والذي ينتهي أولاً يفوز

النشاط الثاني:

في بداية الربيع وقبل العطلة الصيفية ، جمعت المدرسة الابتدائية طلابها في رحلة إلى حديقة ليستمتعوا في الطبيعة ويلعبوا بعض الألعاب ، وقد أمضوا يوماً جميلاً مسلياً ، ومن بين الأنشطة التي لعبوها لعبة اسمها الكرة المتسللة حيث اجتمع مجموعة منهم وشكلوا فريقيين ، ولكل فريق كرة ، وكل فريق وقف بشكل صف منتظم وقدميهم على شكل رقم (٨) والطفل الذي يقف بأخر الرتل عليه أن يمرر الكرة من بين أقدام زملائه في بقية الرتل إلى اللاعب الذي يقف في أول الرتل فيأخذها الطفل الأول ويركض حول الأقماع ثم يقف في آخر الرتل وهكذا حتى يكرر اللعبة كل عناصر الفريق والفريق الذي ينتهي أولاً هو الفائز، وبالفعل كانت إحدى الألعاب التي استمتع بها الأطفال في هذا اليوم الربيعي الجميل وبعد بضع ساعات من المرح واللعب عادوا إلى منازلهم فرحين بهذا اليوم الجميل .

الكرة المتسللة: نقسم الأطفال لفريقيين ونعطي لكل من الفريقيين كرة ويقفون وراء بعضهم وقدميهم على شكل (٨) والطفل الذي يقف بالأخير يمرر الكرة لصديقه الأول عن طريق بين القدمين ثم يأخذها للكرة الطفل الذي يقف الأول ويركض حول الأقماع تكون موجودة على الأرض بشكل متتالي وعند ركضه حول الأقماع يذهب لأخر الفريق ويمرر الكرة بين أقدام رفاقه لتصل لرفيقه الأول ونفس الشيء يأخذ الكرة ويركض حول الأقماع والفريق الذي ينتهي الأول يفوز

النشاط الثالث:

المحاجرة:(حجرة\_ورقة\_مقص): نقسم الأطفال لفريقيين ونختار طفلان ونضع على الأرض حلقات من لون واحد وأخر حلقة تكون من لون مختلف ويقوم الطفلان بلعبة المحاجرة ونحدد لهم مرة واحدة والذي يفوز يضع المخروط ذو اللون الذي أختاره على الحلقة الأولى وهكذا حتى نهاية المخاريط والذي ينتهي ويضع مخروطه على الحلقة الأخيرة ذات اللون المختلف يفوز

الأدوات المستخدمة:

بوالين\_ شريط لاصق\_ مكعب ألوان من الكرتون وورق ملون\_ كرة كبيرة\_ أقماع\_ حلقات\_ مخاريط

المهارات المعززة:

تأزر بصري حركي\_ الركض\_ القفز\_ سرعة البديهة