

العنوان | تنقل الكرة - سير الحلقات - الثعلب الماهر

الهدف:

تحدي القدرات الحركية

النشاط الأول:

تنقل الكرة : يقف مجموعتان من اللاعبين وراء بعضهم وأمامهم حلقات بعددهم وفي النهاية قاعدتان ، عند البدء يقفز اللاعب الأول داخل الحلقة الأولى ويبيده الكرة ويقوم برميها للاعب الذي يليه ، يتحرك اللاعب الثاني نحو حلقة ومعه الكرة ويقوم برميها للاعب الأول الذي بدوره يرميها للاعب الثالث وهكذا لحين وقوف آخر لاعب داخل حلقة والذهاب للقاعدة ووضع الكرة عليها .

النشاط الثاني:

سير الحلقات : نضع في منتصف الملعب العديد من القواعد وعليها كرات ، وفي الطرفين يقف اللاعبون بعدد القواعد الموضوعه ، عند البدء على اللاعبين من الجهتين المشي بواسطة حلقتين للوصول للكرة أخذها ومن يصل أولاً للكرة ويحملها يفوز

النشاط الثالث:

الثعلب الماهر : نقوم بعمل دائرة بواسطة المخاريط ، يدخل لاعبان داخل هذه الدائرة في المنتصف ، يمسك كل لاعب قدمه بواسطة يده ويرفعها للأعلى ويقفز بالقدم الأخرى محاولاً إخراج اللاعب الآخر من هذه الدائرة .

الأدوات المستخدمة:

حلقات - كرات - قواعد - مخاريط .

المهارات المعززة:

مهارة التواصل والاتصال مع الآخرين - مهارة السرعة في التنقل وتمرير الكرة فيما بينهم - مهارة التأزر الحركي والبصري - مهارة التنقل بشكل صحيح بواسطة الحلقات - مهارة القفز على قدم واحدة مع محاولة إخراج اللاعب الآخر من الدائرة .