

العنوان | لعبة الكناكر – لعبة الأرنب النشط - لعبة اليد القابضة •

الهدف:

الفرح والتحدي

النشاط الأول:

لعبة الكناكر : يقف اللاعبون بشكل دائرة مرسومة على الأرض ، يعطي المدرب الأمر ( in – out ) القفز لداخل وخارج الدائرة ، وهكذا واللاعب الي يخطئ في تنفيذ الأمر يخسر ويخرج من اللعبة . / تحدي سرعة ردة الفعل •

النشاط الثاني:

لعبة الأرنب النشط : نقسم اللاعبين إلى فريقين و نعطي رقم لكل مشارك وعندما ننادي برقم يخرج اللاعب صاحب الرقم ويحمل معه بالون مملوء بالماء ليقفز على رجل واحدة ذهاباً وإياباً للوصول إلى خط النهاية ، واللعبه عبارة عن تحدي وسباق بين الفريقين في عدد النقاط ، يقوم المدرب بتفجير البالون على اللاعب المتأخر في الوصول • أي انتبه من التأخير •

النشاط الثالث:

لعبة اليد القابضة : يقف اللاعبون أربع قاطرات مقابلة لبعضها ، ومع بدء الموسيقى بجري اللاعب الأول الذي يمسك الكرة إلى اللاعب في الجهة المقابلة ، ويقف أمامه ويسلمه الكرة ، واللاعب الذي تسلم الكته يعود لنفس المكان ويسلم أيضاً زميله لحين تبدل القاطرات بشكل كامل ، أي تحدي المجموعات في سرعة الانتقال من مكان لآخر ، مع الانتباه والتركيز في التسليم والاستلام •

الأدوات المستخدمة:

بخاخ لون أسود - بالونات ماء - كرة - بفلانت – صافرة .

المهارات المعززة:

مهارة التركيز والاستماع - مهارة السرعة - مهارة سرعة ردة الفعل - مهارة التركيز -الاستلام والتسليم - مهارة الاتصال والتواصل مع الآخرين - مهارة التأزر السمعي الحركي - مهارة القفز على رجل واحدة .