

العنوان | غولف الأقماع _ هوكي الأكواب _ الرمي السريع

الهدف:
الذاكرة البصرية والحركية

النشاط الأول:

غولف الأقماع: لعبة حركية تتكون من فريقين نضع لكل فريق أقماع بشكل نائم ونحدد نقطة وقوف اللاعبين بقمع يخرج لاعب من كل فريق ويديه عصا ومعه أربع كرات متوسطة الحجم ويضع كرة أمامه وعليه تسديدها داخل القمع ويكرر العملية لتسديد الأربع كرات والفريق الذي ينتهي أولاً هو الفائز وتستمر اللعبة إلى أن يلعب جميع المتسابقين .

النشاط الثاني:

هوكي الأكواب: لعبة حركية تتكون من فريقين ، نضع طاولة ونلصق على حوافها من الجانب لاصق كحواجز ونخرج لاعب من كل فريق بيد كل لاعب كأس ، ونضع على الطاولة غطاء علبة حديدي ويقوم اللاعب برمي الغطاء إلى اللاعب الآخر ويجب على اللاعب الآخر صدها ، وتستمر اللعبة إلى أن يقع الغطاء على الأرض واللاعب الذي يقع الغطاء عنده يكون هو الخاسر ، وتستمر اللعبة إلى أن يلعب جميع المتسابقين .

النشاط الثالث:

الرمي السريع: لعبة حركية تقوم بإخراج أربع لاعبين ، ولدى كل لاعب كرة قدم يقف اللاعبون بشكل + في كل زاوية لاعب ، ولدى المرابي كرة يقوم برميها إلى لاعب ومن ثم يبدأ اللاعبون برمي الكرة إلى بعضهم ويجب على اللاعب الذي تُرمى الكرة له رمي الكرة التي بيده لأحد اللاعبين والنقاط الكرة الطائرة في الهواء وهكذا واللاعب الذي لا يمسك بالكرة يكون هو الخاسر ، وتستمر اللعبة إلى أن يلعب جميع المتسابقين .

الأدوات المستخدمة:

أقماع _ عصا _ كرات متوسطة _ أكواب _ غطاء علبة حديدي _ طاولة _ كرات قدم

المهارات المعززة:

مهارة التنسيق العصبي العضلي _ الإحساس بالاتجاه والإدراك الفني _ مهارة التركيز في وضع الكرة في القمع _ مهارة الإنتباه لتسديد الغطاء _ مهارة التنظيم المكاني