

العنوان | الحبل البشري _ عقارب الساعة _ تنس الأكياس

الهدف:
الأصرار

النشاط الأول:

الحبل البشري: لعبة حركية يقوم المربي بقسم اللاعبين إلى فريقين حسب القوة الجسدية ووضع خط المنتصف ويطلب من الفريقين الوقوف على بعد متساوي من خط المنتصف والاستعداد وعند إعطاء الإشارة يحاول كل فريق سحب الفريق الآخر ليتجاوز خط المنتصف معتمداً على العمل الجماعي وقوة الفريق بالكامل والفريق الذي يسحب الفريق الآخر يكون هو الفريق الفائز .

النشاط الثاني:

عقارب الساعة: لعبة حركية يقوم المربي بوضع مخاريط متباعدة على شكل دائرة يجلس كل لاعب وراء مخروط ، يقوم لاعب بأخذ الكرة والركض حول اللاعبين بشكل عقارب الساعة وعند الوصول إلى أول لاعب يعطيه الكرة ويجلس مكانه ويقوم اللاعب الأول بالركض مرة ثانية حول اللاعبين وإعطاء الكرة للذي يليه تستمر اللعبة إلى أن يلعب جميع المتسابقين .

النشاط الثالث:

تنس الأكياس: لعبة حركية يقوم فيها اللاعبين بوضع كيس بأيديهم وعند إعطاء الإشارة يرمي المربي كرة فيقوموا برمي الكرة لبعضهم عن طريق الكيس واللاعب الذي لا يمسك بالكرة يخرج خارج اللعبة وآخر لاعب يبقى يكون هو الفائز .

الأدوات المستخدمة:

كرة قدم _ مخاريط _ أكياس بلاستيك _ كرات صغيرة

المهارات المعززة:

مهارة التركيز - تآزر حركي بصري - مهارة ضرب الكرة بواسطة الكيس - مهارة التقاط الكرة - مهارة الجري بسرعة .