

## العنوان | تحدي الكرة المقلوبة \_ المسافة المحسوبة \_ صائد الحلقات

الهدف:

التركيز على سلسلة من الحركات المتتالية

النشاط الأول:

تحدي الكرة المقلوبة: لعبة حركية يقوم المربي بقسم اللاعبين إلى فريقين وينقسم كل فريق إلى قسمين حيث يقف كل قسم في جهة مقابلة للآخر ولدى كل فريق قمع وكرة قدم ، يقوم أول لاعب بوضع الكرة على القمع والركض بها إلى صديقه الذي بالجهة المقابلة وإعطائه القمع ويقوم الثاني بنفس العملية لإتمام اللعبة والفريق الذي ينتهي أولاً يكون هو الفريق الفائز

النشاط الثاني:

المسافة المحسوبة: لعبة حركية يقوم المربي بقسم اللاعبين إلى فريقين ويضع أمام كل فريق عدد من القواعد وعلى كل قاعدة كرة صغيرة وعلى آخر قاعدة كرة قدم وفي النهاية قمعان بجانب بعضهم ويقوم أول لاعب بأخذ العصا والركض لأول قاعدة وضرب الكرة على الأرض والسير بها ليصل إلى الأقماع وتسديدها داخل الأقماع والركض لإعطاء العصا لصديقه الذي يليه لتستمر نفس العملية ليصل إلى آخر لاعب الذي سيركض ليدخل كرة القدم برجله داخل الأقماع فينتهي اللعبة ويعلن فوز فريقه .

النشاط الثالث:

صائد الحلقات: لعبة حركية يقسم اللاعبين إلى فريقين وأمام كل فريق دائرة كبيرة وعلى الدائرة حواجز وبعدها عدد من الحلقات وعلى اللاعب الركض على الدائرة والقفز فوق الحواجز ليصل إلى الحلقات ويقوم بالقفز على الحلقات وجمع الحلقات بيديه وعند الانتهاء يقوم بإعادة الحلقات إلى مكانهم ويعاود القفز على الحواجز التي على الدائرة ليصل إلى صديقه الذي سيقوم بنفس العملية والفريق الذي ينتهي أولاً هو الفريق الفائز.

الأدوات المستخدمة:

أقماع \_ كرات قدم \_ كرات صغيرة \_ قواعد \_ عصا \_ حلقات

المهارات المعززة:

مهارة تطوير المهارات الاجتماعية - مهارة السرعة في الحركة - التأزر الحركي البصري - مهارة المحافظة على الكرة - مهارة الانتباه والتركيز .