

الهدف:

اللياقة البدنية وانجاز المهام

النشاط الأول:

قفزة الأرنب: نضع أمام الأطفال مجموعة حلقات نضع داخل كل حلقة في المنتصف خط مكعبات، وعلى الطفل القفز بجانب المكعبات.

النشاط الثاني:

الإسفنجة السريعة: نقسم الأطفال إلى فريقين نضع أمام الأطفال دلو مليء بالماء، وعلى بعد مسافة نضع حلقات ثم نضع بعض المخاريط، وعلى مسافة نضع دلو فارغ. على الأطفال وضع الإسفنجة في الماء لتمتص كمية كافية من الماء، ثم القفز على الحلقات والمشى بين المخاريط بشكل متعرج، للوصول إلى دلو الماء الفارغ وتفريغ الإسفنجة، والفريق الذي ينتهي من نقل الماء أولاً هو الفائز.

النشاط الثالث:

لعبة الألوان : نضع أمام الأطفال حلقات وبجانب كل حلقة نضع مجموعة من الكرات الملونة (أخضر - أحمر - أصفر)، وأمام كل حلقة نضع ثلاثة أكواب وأمامها نضع دوائر ملونة (أخضر - احمر - اصفر)، وعلى الطفل القفز على الحلقات وترتيب الكرات بحسب لون الدوائر الملونة أمام كل حلقة ووضعها على الكوب والأسرع هو الفائز.

الأدوات المستخدمة:

مكعبات - حلقات - اسفنج - دلو - مخاريط - اكواب - كرات ملونة

المهارات المعززة:

مهارة القفز - مهارة السرعة والتركيز - مهارة الانتباه وترتيب الأشياء