



وزارة التربية
التوجيه الفني العام لرياض الأطفال

دليل التربية الحركية في رياض الأطفال



مايو ٢٠١٦

إعداد

أ. منيرة عبدالله العازمي

الموجهة الفنية

أ. أبرار يوسف العوضي

المشرفة الفنية

أ. دلال محمد الحمر

المعلمة

المشاركة في الإعداد

أ. سميرة محمود شهاب

الموجهة الفنية

أ. آلاء فاضل الشيرازي

المعلمة

تنسيق

أ. فاطمة حمزة الصراف

المعلمة

إشراف عام

أ. وداد محمد الهجيمي

الموجهة الفنية العامة لرياض الاطفال

الفهرس

الصفحات	المحتوى	م
٤	إهداء	١
٥	كلمة الموجهة العامة لرياض الأطفال	٢
٦	المقدمة	٣
٧	رأى ذوي الاختصاص	٤
٨	المدف الشامل للتربية في رياض الأطفال - الأهداف العامة لرياض الأطفال	٥
١٠	أهداف وتعريف التربية الحركية	٦
١١	المهارات الحركية - شرح مراحل تنفيذ المهارة	٧
١٢	شروط تكامل النشاط الحركي - قاعة النشاط الحركي	٨
١٣	إرشادات عامة	٩
١٤	نموذج التحضير الأسبوعي للنشاط الحركي	١٠
١٥	نموذج درس المستوى الأول - مهارة مرجحة الذراعين	١١
١٦	المهارات الحركية للمستوى الأول	١٢
١٧	المهارات الحركية للمستوى الثاني	١٣
١٨	صور المهارات الحركية المقترحة	١٤
٤١	مسابقات مقترحة	١٥
٤٢	صور حركات الاسترخاء	١٦
٤٥	الألعاب الحركية الحديثة	١٧
٥٢	الحقيبة الابتكارية	١٨
٦٤	صندوق الحركية الشامل	١٩
٦٧	أهميته الصندوق لطفل الداون - التأثير الإيجابي للصندوق على أطفال متلازمة داون	٢٠
٦٨	المصادر و المراجع	٢١

إهداء

إلى كل معلمة روضة...

محبة لهنتها ..
مخلصة في عملها ..
حريصة على تربية و تعليم أطفالها ..
تسعى دوما لتنمية مهاراتهم وقدراتهم ..
تبتغي من وراء ذلك
خدمة و رفعة وطننا الحبيب الكويت ..

كلمة الموجهة العامة لرياض الأطفال

تتعدى التربية الحركية مفهوم اكتساب الأطفال المهارات الحركية لتشتمل النمو الشامل المتكامل .
فلا يمكن لطفل الروضة أن ينفذ المهارات الحركية دون فهم و ادراك عقلي (نمو معرفي) ودون ميل و رغبة (نمو انفعالي) ودون مشاركة (نمو اجتماعي) .
والتربية الحركية أو التربية من خلال الحركة مفهومان يساهمان بشكل كبير جدا بتعلم طفل الروضة الحركة و اتقانها و زيادة الخبرات و المعارف لديه واكتسابه اللياقة البدنية و الصحية .

و نظراً لأهمية التربية الحركية في حياة الطفل لما لها من تأثير ايجابي في توجيه القدرات و نمو المهارات و تطوير مفهوم الذات حرص التوجيه الفني لرياض الأطفال على اعداد هذا الدليل التربوي الهادف بما يحتويه من مادة علمية هامة حول التربية الحركية وبرامجها وأساليب تنفيذ أنشطتها حيث جاءت فكرة اعداد هذا الدليل بمبادرة طيبة من الهيئات التعليمية وبإشراف عام من التوجيه الفني لرياض الأطفال لنضعه بين يدي معلمات الرياض ليكون خير معين لهن في اداء عملهن .

وداد محمد المجيمي

المقدمة

تعتبر مرحلة الطفولة المبكرة من أهم المراحل التي تضع البذور الأولى لشخصية الفرد ، فطفل هذه المرحلة يتميز بكثرة الحركة والنشاط ويستطيع ادراك ما حوله واكتساب خبرات عديدة تساهم في نموه و تكوين ملامح شخصيته.

ومرحلة رياض الأطفال مرحلة متميزة قائمة بذاتها لها فلسفتها التربوية وسيكولوجيتها التعليمية وأهدافها السلوكية ولا تقل أهمية عن المراحل التعليمية الأخرى.

كما تركز أهداف المرحلة على احترام ذات الطفل وخصوصيته واستثارة تفكيره الإبداعي المستقل وتشجيعه ورعايته بدنياً وتعويده العادات الصحية السليمة ومساعدته على النمو المتكامل واكتشاف مهاراته واستثمار طاقاته.

و طفل الروضة هو المحور الأساسي لجميع الأنشطة سواء كانت أنشطة ذاتية أو أنشطة تعتمد على التجريب والمحاولة والاستكشاف وممارسة اللعب الحر ، لذا فإن الإمكانيات الحركية الفطرية الطبيعية المتاحة للطفل والتي يطلق عليها الحركة الأساسية هي التي تعتمد عليها التربية الحركية ومن هنا جاء الاهتمام بها والحرص على تطبيقها وفق أسس صحيحة أدرجت في هذا الدليل.

رأي ذوي الاختصاص

دكتورة
بدور المطوع

التربية الحركية تعتمد بصورة أساسية على الإمكانيات الحركية الأساسية المتاحة للطفل لمرحلة رياض الأطفال وعلى جوانب الحركة وابعادها والتي تشكل الأساس الحركي للمهارات الرياضية..
والدليل الذي بين يديك ما هو إلا محاولة جادة في مجال التربية الحركية تسترشد به معلمة الرياض أثناء تدريس الخبرة الحركية..
والدليل سيكون عوناً للمعلمة كما سيساهم ويساعد في توضيح كيفية التعامل مع المهارات الحركية للطفل وقد تميز الدليل بالوضوح والدقة..
فخالص الشكر لمن كانت له بصمة في اعداد هذا الدليل..

أستاذة
سلطانة الشطي

فعلاً .. معلمة الروضة بحاجة ملحة لمثل هذا الدليل الممتع في إعدادهِ والرائع في إخراجهِ فهو بمثابة خطوط هادية مرشدة لها..
تستطيع أن تسترشد بها عند تعليمها للمهارة الحركية الجيدة المتقنة وحتى تصل للهدف المطلوب عليها أن تمارسها أولاً حتى تستوعبها جيداً فنقلها للطفل بشكها الصحيح..

الموجهة العامة للتربية
البدنية بنات
أ. ناهد الفهد

يتقدم التوجيه الفني العام للتربية البدنية بنات بالشكر والتقدير لكل من شارك بفكر وعلم وبذل جهد لإعداد الدليل الإرشادي المتخصص الخاص بالتربية الحركية وأنشطتها وتطبيقاتها لمرحلة رياض الأطفال حيث جمع المعرفة والعلم والذي ضم الأنشطة والتطبيقات لجعل التدريس متعة كما سهل على معلماتك الرياض من بعدكم العمل فجزاكم الله خير الجزاء على جهودكم النيرة التي بذلتموها فكان لزاماً علينا تقدير هذه الجهود ..

الدكتورة - بدور المطوع
الأستاذة - سلطانة الشطي
الأستاذة - ناهد الفهد



ثقافة ورياضة
بنات

الهدف الشامل للتربية في دولة الكويت

تهيئة الفرص المناسبة لمساعدة الأفراد على النمو الشامل المتكامل روحيا وفكريا واجتماعيا وجسمانيا إلى أقصى ما تسمح به استعداداتهم وإمكانياتهم في ضوء طبيعة المجتمع الكويتي وفلسفته وأماله وفي ضوء مبادئ الإسلام والتراث العربي والثقافة المعاصرة بما يكفل التوازن بين تحقيق الأفراد لذواتهم وإعدادهم للمشاركة البناءة في تقدم المجتمع الكويتي بوجه خاص والمجتمع العربي والعالمي بوجه عام.

الأهداف العامة لمرحلة رياض الأطفال

- ١- مساعدة الأطفال على غرس العقيدة الإسلامية في نفوسهم، وترسيخ الإيمان بالله في قلوبهم، وتنمية اتجاهات إيجابية نحو الدين والقيم الإسلامية.
- ٢- مساعدة الأطفال على اكتساب مشاعر الانتماء للأسرة والكويت والخليج العربي والأمة العربية الإسلامية.
- ٣- مساعدة الأطفال على تكوين مفهوم إيجابي عن الذات.
- ٤- مساعدة الأطفال على كسب الاتجاهات التي تساعد على ان يكونوا أمنين وإيجابيين في علاقاتهم مع أقرانهم ومع الراشدين.
- ٥- مساعدة الأطفال على تنمية إحساسهم بالمسؤولية والاستقلال ومع ذلك يتقبلون الحدود التي يتطلبها العيش في مجتمع متعاون.

- ٦- مساعدة الأطفال على كسب اتجاهات إيجابية نحو البيئة المحيطة بهم، وتقدير مظاهر الجمال فيها، والمحافظة عليها.
- ٧- مساعدة الأطفال على إدراك حاجاتهم الجسمية، والمحافظة على أبدانهم وتقويتها، من خلال تنمية عادات صحية سليمة في اللعب والراحة والنوم والتنفس والمأكل والملبس، وغرس عادات الأمن والسلامة في المنزل والشارع والروضة.
- ٨- مساعدة الأطفال على تنمية جميع حواسهم، واستخدام أجسامهم والتحكم فيها بمهارة وإحساس متزايد بالثقة.
- ٩- مساعدة الأطفال على كسب بعض المهارات الأساسية اللازمة للحياة في المجتمع.
- ١٠- مساعدة الأطفال على توسيع اهتماماتهم ومداركهم عن البيئة الطبيعية المحيطة بهم، والتفاعل الإيجابي

أهداف التربية الحركية

- *١ تنمية قدرة الطفل على التفكير السليم .
- *٢ اعتماد الطفل على نفسه و تحمله المسؤولية .
- *٣ مساعدة الطفل على حل المشكلات من خلال تعرضه للموقف الحركي الذي يثير دافعية الطفل للتفكير فيستطيع ابداء الكثير من الحلول الحركية .
- *٤ استمتاع الطفل مع اعتبار ان الحركة شكل من اشكال الاتصال .
- *٥ تنمية القيم الاجتماعية عند الاطفال .
- *٦ شعور الطفل بالمتعة و السرور و الرضا النفسي .
- *٧ مساعدة الطفل على الحكم على ادائه و اداء الاخرين
- *٨ تنمية الكثير من المفاهيم عند الطفل حوله بيئته .
- *٩ تكوين الكثير من الاتجاهات الطيبة حول الوطن .
- *١٠ لتقليل من احتمالية الاصابة و الحوادث .
- *١١ تنمية اللياقة البدنية و الحركية للطفل.

التربية الحركية هي أحد أساليب التدريس يتم بها تنفيذ المهارة الحركية ولها تعريفات عديدة من أهمها :

تعريف التربية الحركية (١):

" هي مظهر من مظاهر التربية الرياضية للمراحل الاولى من عمر الطفل تهدف الى تعليم الحركة و تنميتها و التعلم منها "

تعريف التربية الحركية: (٢):

" هي نظام تربوي يعمل على مساعدة الطفل على اكتشاف قدراته و امكانياته ومهاراته الحركية و العمل على تنميتها "

المهارات الحركية

* تنقسم المهارات الحركية لثلاث أنواع هي:

- * مهارات التحرك المكاني و مهارات التحكم و السيطرة و مهارات الثبات و الاتزان.
- * تحتوي كلا منها على مهارات محددة يتم تطبيقها حسب مناسبتها لطفل الروضة.

أولاً: مهارات التحرك المكاني:

المهارات هي:

- * المشي * الجري * الزحقة * الحبل * الوثب * القفز.

ثانياً: مهارات التحكم و السيطرة:

المهارات هي:

- * ركل الكرة * حذف * رمي * لقف الكرة * دحرجة الكرة * تنطيط الكرة.

ثالثاً: مهارات الثبات و الاتزان:

المهارات هي:

- * التكور * الاتزان و الارتكاز * المشي على العارضة.

شرح مراحل تنفيذ المهارة

- * المهمة الحركية وهي معرفة المهارة).
- * استعراض الطول الحركية وهي: التجريب لأداء المهارة.
- * اختيار الحل الأمثل وهي: شرح المهارة و تشجيع الطفل على التنفيذ ثم استخراج نموذج و ذكر اسم المهارة.
- * التكرار و التدريب وهي: التأكيد على التنفيذ الصحيح للمهارة و تصحيح الخطأ.
- * الإتقان وهي: التكرار و الصقل بتأدية المهارات بتدريبات و أدوات مختلفة.

شروط تكامل النشاط الحركي

حتى يكون النشاط الحركي نشاط متكامل لا بد من مراعاة الجوانب التالية وهي :

- إتاحة الفرصة للطفل لتحقيق ذاته و تكوين صورة ايجابية عن نفسه .
- التركيز على نشاط الطفل الذاتي اثناء تنفيذ النشاط .
- اطلاق طاقات الطفل الحركية ليعبر عنها من خلال المهارات المختلفة كالقفز و الوثب و الجري و الزحف
- تشجيع الطفل على الاستكشاف من خلال الانشطة الممارسة .
- ممارسة الالعاب التي تناسب و المرحلة العمرية .
- مساعدة الطفل على استغلال قدراته الجسمية و العقلية و الانفعالية .
- مساعدة الطفل على الانضباط الذاتي .
- تقييم الطفل دون مقارنته بالآخرين .
- توفير الامكانيات و الادوات اللازمة لممارسة مختلف الانشطة .

قاعة النشاط الحركي

عند تنفيذ الأنشطة الحركية لا بد من توفير قاعة مناسبة ذات مواصفات محددة:

- * ١ يجب ان تكون القاعة ذات مساحة مناسبة حتى يتمكن الاطفال من ممارسة الانشطة الرياضية بسهولة و يسر .
- * ٢ ان يتوافر بالقاعة صفة الدخول و الخروج غير باب الطوارئ .
- * ٣ ان تتوفر فيها عوامل الامن و السلامة .
- * ٤ ان تكون الاضاءة جيدة .
- * ٥ يجب ان تكون القاعة بعيدة عن الضوضاء .
- * ٦ ان تتوافر بها الأدوات و الأجهزة التي تشجع على الاكتشاف الحركي .
- * ٧ ان تتوفر في القاعة أماكن لتخزين الأدوات منعا لتعرضها للتلف .

إرشادات عامة

عزيزتي المعلمة ..

حتى يكون النشاط الحركي نشاط ناجح ويكون أداءك متميز فعليك اتباع الإرشادات التالية :

- ١ * الالتزام بالتدرج المعتمد للمهارات الحركية في الصفحة رقم (١٣).
- ٢ * التطابق في مهارات المستوى الأول والثاني في جدول المهارات الحركية لا يعني تنفيذ نفس المهارات والتدريبات للمستويين وإنما يجب استخدام أدوات وتدريبات مختلفة في المستوى الثاني وذلك وفق قدرات وامكانيات الاطفال.
- ٣ * التركيز على مهارة معينة يساعد في تكوين مخزون للمهارات لدى الاطفال خلال العام.
- ٤ * الحرص على تذكير الاطفال في الأسبوع الثاني بمهارة الأسبوع الأول من خلال تدريبات مبسطة قدر الامكان .
- ٥ * التزام المعلمة و الطفل على ارتداء اللباس الرياضي و الحذاء الرياضي المريح في فترة النشاط الحركي ضمن الجدول المدرسي للفصل.
- ٦ * الحرص على ارتداء الملابس الرياضية في يوم النشاط الرياضي الاسبوعي في الروضة تأكيدا على أهمية الرياضة في حياتنا .
- ٧ * الالتزام باستخدام الأدوات والأجهزة الرياضية المقترحة حسب إمكانية توفرها .
- ٨ * التزام المعلمة بمشاركة الطفل في جميع اجزاء الخبرة الحركية.
- ٩ * مراعاة الأمن و السلامة أثناء النشاط ..
- ١٠ * الحرص على تطبيق النشاط التعليمي بدقة لثبات المهارة لدى الطفل في هذه المرحلة .
- ١١ * الالتزام بتطبيق النشاط التعليمي و النشاط التطبيقي المقترح المرفق بالدليل حسب قدرات و امكانيات الأطفال.
- ١٢ * الالتزام بتحقيق المهارة في الجزء التطبيقي على ثلاثة مجموعات وتكون المجموعة الرابعة حرة.
- ١٣ * يمكن استخدام مرتبة الدرجة في النشاط التطبيقي ضمن المجموعة الحرة.
- ١٤ * المسابقة الرياضية في نهاية النشاط الرياضي اختيارية وعند رغبة المعلمة بتنفيذ مسابقة رياضية لا يشترط ارتباطها بالخبرة.
- ١٥ * يمكن للمعلمة إضافة ما تراه مناسب في نهاية الجزء الختامي من النشاط من أجهزة و أدوات رياضية للنشاط الحركي.
- ١٦ * الالتزام بالتوقيت المخصص لكل جزء من اجزاء النشاط الحركي وفي حال ضيق الوقت تلغى المسابقة .
- ١٧ * الجيم الرياضي و ملعب كرة القدم ينفذان في فترة النشاط اللاصفي أو الأنشطة الخاصة و ليس في فترة النشاط الحركي.
- ١٨ * الحرص على الاعداد الواضح للنشاط الحركي في نموذج التحضير الورقي .



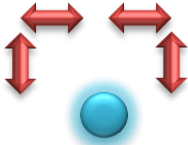


نموذج التحضير الأسبوعي للنشاط الحركي

اسم الخبرة.....

اليوم.....

الهدف التعليمي.....

التاريخ.....

م	أجزاء النشاط	التطبيق	التشكيل	العرض
١-	الدخول	الترحيب بالأطفال	xxxxxxxxx	خط مستقيم
٢-	النشاط الحركي (٥ دقائق)	<ul style="list-style-type: none"> * تنشيط الأطفال بحركات رياضية حرة. * استخدام أدوات رياضية مناسبة. * استخدام موسيقى مناسبة وسريعة. * شعور الأطفال بالبهجة والسرور. * إعادة الأدوات والأجهزة الرياضية بعد استخدامها. * إتاحة المجال للأطفال للتعبير عن سعادتهم وبهجتهم. 	<p>× × × ×</p> <p>× × ×</p> <p>× × × ×</p> <p>× × ×</p> 	انتشار
٣-	النشاط التعليمي (١٥ دقيقة)	<ul style="list-style-type: none"> * تعرف الأطفال على المهارة بأساليب متنوعة. * صوت المعلمة مسموع وواضح وتستخدم نداءات سليمة. * استخراج نموذج أمام الأطفال لتوضيح المهارة. * التنويع في تدريبات الحركة عند تنفيذ المهارة. * أداء عدد من التدريبات للتأكيد على المهارة مع تصحيح الخطأ. * استخدام أدوات مناسبة للمهارة. * الحرص على أن يكون صوت المعلمة مسموع ونداءاتها واضحة. 	<p>× × × ×</p> <p>× × ×</p> <p>× × × ×</p> <p>× × ×</p> <p>× × × ×</p> <p>× × ×</p> 	انتشار
٤-	النشاط التطبيقي (١٥ دقيقة)	<ul style="list-style-type: none"> * توزيع الأطفال الى مجاميع. * التنويع بالألعاب المستخدمة بحيث تخدم الهدف التعليمي. * عمل نموذج لكل مجموعة. * تطبيق نشاط مناسب لمستوى الأطفال. * التبادل بين المجاميع بطريقة صحيحة. * إرجاع الأدوات إلى مكانها الصحيح. * مراعاة تطبيق أنشطة مناسبة لقدرات الأطفال. 		مجموعات
٥-	النشاط الختامي (المسابقة) (٥ دقائق)	<ul style="list-style-type: none"> * *المسابقة هادئة. *اختيارية * اشترك جميع الأطفال في المسابقة وشرح المطلوب منهم. 	<p>↑ ↓</p> <p>↑ ↓</p> 	صفيين متساويين
٦-	النشاط الختامي (الاسترخاء)	<ul style="list-style-type: none"> * تمرينات الاسترخاء مناسبة. * الموسيقى هادئة ومناسبة. * تقيدت بالفترة الزمنية لكل نشاط. 	<p>× × × ×</p> <p>× × ×</p> 	انتشار

الحرص على أن يكون صوت المعلمة مسموع ونداءاتها واضحة.

نموذج درس المستوى الأول ((مهارة مرجحة الذراعين))

اسم الضربة: اسرتي أقاربي و جيراني

اليوم.....

الهدف التعليمي: مرجحة الذراعين

التاريخ.....

م	أجزاء النشاط الدخول	التطبيق	الأدوات و الأجهزة الحركية	التشكيل
١-		الترحيب بالأطفال		xxxxxxxxx
٢-	النشاط الحركي (٥ دقائق)	<ul style="list-style-type: none"> * تنشيط الأطفال بحركات رياضية حرة. * استخدام أدوات رياضية مناسبة. * استخدام موسيقى مناسبة وسريعة. * إعادة الأدوات والأجهزة الرياضية بعد استخدامها. * إتاحة المجال للأطفال للتعبير عن سعادتهم وبهجتهم. 	<p>أطواق - أكياس حبوب - كراكيش - كور صغيرة</p> 	<p>x x x x</p> <p>x x x</p> <p>x x x x</p> <p>x x x</p> 
٣-	النشاط التعليمي (١٥ دقيقة)	<ul style="list-style-type: none"> * قصة أسرتي والد أحمد وسارة ألعاب وقاموا بفتحها فكانت لعبة أحمد أطواق صغيرة ملونة ولعبة سارة كراكيش ملونه فاستفسر أحمد من سارة عن كيفية اللعب بالأطواق و الكراكيش؟؟ * من يقبل أحمد وسارة؟ مرجحة الذراعين للأعلى و للأسفل * برفح اليد اليمنى ثم رفع اليد اليسرى لتتوسع المعلمة في تدريبات الحركة عند تنفيذ المهارة * تعريف الأطفال على المهارة بأساليب متنوعة. * استخراج نموذج أمام الأطفال لتوضيح المهارة * التنويع في تدريبات الحركة عند تنفيذ المهارة * التأكيد على اكتساب المهارة مع تصحيح الخطأ * استخدام أدوات مناسبة للمهارة. * الحرص على أن يكون صوت المعلمة مسموع ونداءاتها واضحة. 	<p>أطواق - أكياس حبوب - كراكيش</p> 	<p>x x x x</p> <p>x x x</p> <p>x x x x</p> <p>x x x</p> <p>x x x x</p> <p>x x x</p> 
٤-	النشاط التطبيقي (١٥ دقيقة)	<ul style="list-style-type: none"> * توزيع الأطفال الى مجاميع. * المجموعة الأولى المشي بين الأتعام مع مرجحة الذراعين باستخدام الكراكيش للأعلى و للأسفل. * المجموعة الثانية استخدام أطواق ذات أحجام و ألوان مختلفة مع المشي على الحبل ومرجحة الذراعين يميناً وشمالاً. * المجموعة الثالثة المشي بين الحواجز مع استخدام الكراكيش ومرجحة الذراعين سرعات مختلفة. * المجموعة الرابعة (حرة). * عمل نموذج لكل مجموعة. * تطبيق نشاط مناسب لمستوى الأطفال. * التبادل بين المجاميع بطريقة صحيحة. * إرجاع الأدوات إلى مكانها الصحيح. 	<p>أتعام - حواجز - حبال - أطواق - أكياس حبوب - كراكيش</p> 	
٥-	النشاط الختامي (المسابقة) (٥ دقائق)	<ul style="list-style-type: none"> * المسابقة الرياضية: * استخدام لعبة الأطواق الصغيرة و مرجحة الذراعين ثم رمي الطوق. 		
	حركات (الاسترخاء)	* حركات الاسترخاء: استخدام الباراشوت		<p>x x x</p> <p>x x x x</p> <p>x x x x</p> <p>x x x</p> <p>x x x</p> 

المهارات الحركية للمستوى الأول

م	الخبرات التربوية	المهارات الحركية المقترحة			الأدوات الحركية المقترحة
		الأسبوع الأول	الأسبوع الثاني	الأسبوع الثالث	
١-	روضتي	المشي	الجري	مراجعة المهارات	العبل
٢-	من أنا	المشي	الجري		الأتمتع- الحواجز من صندوق الحركية الشامل
٣-	أسرتي وأقاربي و جيرانني	مرجحة الذراعين	الاتزان والارتكاز		أطواق صغيرة من لعبة فليبر - كراكيش- أطواق مختلفة الأحجام - أكياس الحبوب
٤-	صحتي وسلامتي	المشي على العارضة	الوثب عاليا		الحقيبة الابتكارية - الإدراك الحسي.
٥-	الماء و الهواء	الوثب العميق	الوثب إلى الأمام		حواجز: صندوق الحركية الشامل-الحقيبة الابتكارية
٦-	حيوانات و نباتات	القفز	الحجل		حواجز - أطواق- أقماع
٧-	مراجعة الخبرات	مراجعة المهارات			
٨-	أصوات و أشكال و ألوان	استعمالات الطوق باليد	استعمالات الطوق بالرجل	استعمالات الطوق بالجدع	اطواق مختلفة الأحجام
٩-	بلدي الكويت	الامتداد	التكور	مراجعة المهارات	مراتب - أطواق كبيرة
١٠-	البر	رمي ولف الكرة	التصويب على الهدف		كور مختلفة الأحجام
١١-	الجمعية التعاونية	الركل	الصد		كرة- الهدف المبتكر
١٢-	المواصلات	اللف	الدوران		أطواق مختلفة الأحجام- النرد من صندوق الحركية الشامل- أطباق ملونة
١٣-	البحر	الزحف	دحرجة الكرة		مراتب - حواجز-كور مختلفة الحجم-خندق
١٤-	خبرة حرة	مراجعة المهارات			

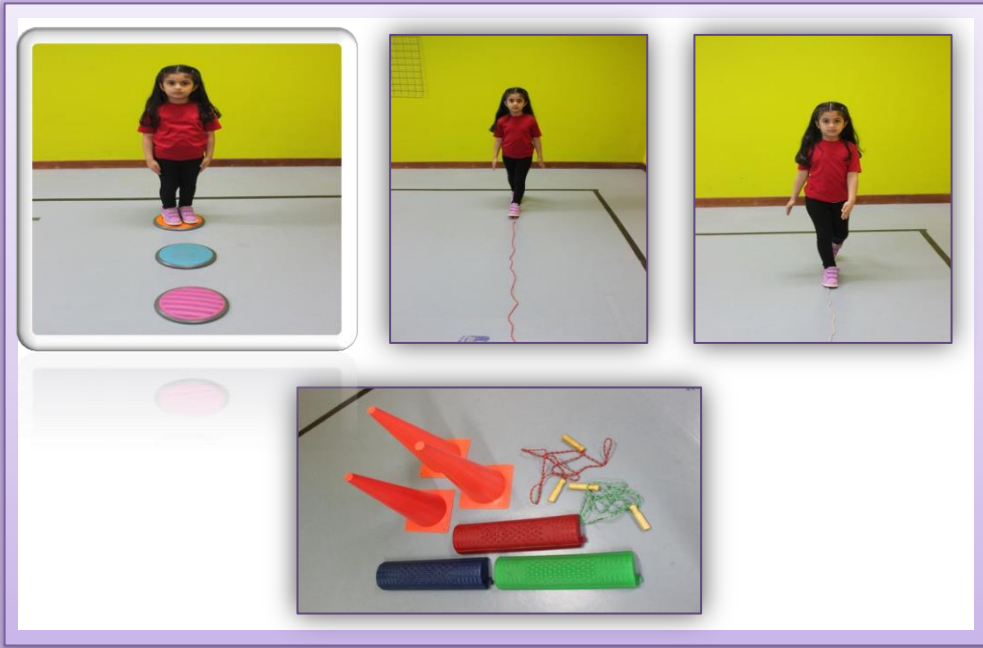
المهارات الحركية للمستوى الثاني

الأدوات الحركية المقترحة	المهارات الحركية المقترحة			الخبرات التربوية	م
	الأسبوع الثالث	الأسبوع الثاني	الأسبوع الأول		
الجب - الأقماع	مراجعة المهارات	الجري	المشي	الحاسوب في روضتي	-١
الأقماع- الحواجز من صندوق الحركية الشامل		الجري	المشي	أنا الإنسان	-٢
أطواق صغيرة من لعبة فليبير- الباراشوت- كراكيش - الإدراك الحسي - بيضة التوازن- مكعبات بلاستيكية للتوازن		الاتزان و الارتكاز	مرجحة الذراعين	الناس يعملون	-٣
العقبة الابتكارية - المقعد السويدي		الوثب عاليا	المشي على العارضة	غذائي	-٤
حواجز: صندوق الحركية الشامل- العقبة الابتكارية		الوثب إلى الأمام	الوثب العميق	الماء و الهواء	-٥
حواجز - أطواق			الحجل	حيوانات و نباتات	-٦
مراجعة المهارات			مراجعة الخبرات	-٧	
اطواق مختلفة الأحجام	استعمالات الطوق بالجدع	استعمالات الطوق بالرجل	استعمالات الطوق باليد	الفصول الأربعة	-٨
مراتب - أطواق كبيرة - الباراشوت	مراجعة المهارات	التكور	الامتداد	بلدي الكويت	-٩
كور مختلفة الأحجام		التصويب على الهدف	رمي ولقف الكرة	النفط	-١٠
كرة- الهدف المبتكر		الصد	الركل	الإسلام ديني	-١١
كرة مختلفة الأحجام - النرد من صندوق الحركية الشامل		الدوران	اللف	الاتصالات	-١٢
مراتب - كور مختلفة الحجم- أقماع- حواجز		درجة الكرة	الزحف	البحر	-١٣
مراجعة المهارات			المدرسة الابتدائية	-١٤	



مهارة المشي:

هي تحريك القدمين بطريقة تبادلية أثناء الأداء والجسم في وضع عمودي ، يتم من خلالها مرحة الذراعين بطريقة تلقائية .



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يمشي على المقعد السويدي ثم القفز داخل الطوق.
- * المجموعة الثانية:
أن يمشي على المكعبات البلاستيكية ثم الدخول بالخندق.
- * المجموعة الثالثة:
أن يمشي بين الأعمدة (صندوق الحركة الشامل).
- * المجموعة الرابعة:
لعب حر.

نماذج النشاط التعليمي

- * المشي في خط مستقيم.
- * المشي بسرعات مختلفة .
- * المشي في اتجاهات مختلفة مع تغيير الاتجاه حسب الإشارة
- * المشي على الأشكال الهندسية.

مهارة الجري:

هي امتداد طبيعي لحركة المشي إلا انه يختلف عنه بالسرعة و بوجود طيران أثناء كل خطوه مع مرجحة الذراعين بصورة عمودية.



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى: أن يجري ما بين الأعمدة (صندوق الحركية الشامل) .
- * المجموعة الثانية: أن يجري بين الأقماع .
- * المجموعة الثالثة: أن يجري حول الأطواق أو الطابوق الكبير والصغير (الحقيبة الابتكارية) ثم الدخول داخل الخندق
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * الجري بسرعات بطيء وسريع.
- * الجري اتجاهات مختلفة للأمام و الخلف واليمين واليسار.
- * الجري بين الأقماع أو الحواجز.

مهارة مرحة الذراعين:

هي مهارة يتم بها تبادل وضع الذراعين ، وقوف ذراع عاليا و الأخرى خلفا ، وتتم أيضا عند مرجه الذراعين أماما ثم أسفل.



نماذج النشاط التطبيقي

* المجموعة الأولى:

أن يمرج ذراعيه باستخدام الأطواق الصغيرة ثم يجري لیسقطها في لعبة فليبر

* المجموعة الثانية:

أن يمرج ذراعيه باستخدام الكراكيش ثم الدخول في الخندق

* المجموعة الثالثة:

أن يمرج ذراعيه باستخدام أكياس الرمل (الحقيقية الابتكارية) ثم المشي على المقعد السويدي

* المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

* مرحة الذراعين أماما و خلفا.

* مرحة الذراعين باستخدام أدوات (أطواق مختلفة الأحجام - كراكيش - باراشوت)

* مرحة الذراعين أثناء المشي بين الأدوات

مهارة الاتزان:

هي مهارة يثبت فيها الجسم لفترة زمنية محددة تتراوح بين ٣- ٥ ثواني .



مقترحات النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يتوازن على المرتبة (صندوق الحركة الشامل) ثم الدرجة على المرتبة.
- * المجموعة الثانية:
أن يتوازن باستخدام بيض التوازن ثم المشي على المقعد السويدي.
- * المجموعة الثالثة:
أن يتوازن على المكعبات البلاستيكية مع أكياس الرمل
- * المجموعة الرابعة:
لعب حر

مقترحات النشاط التعليمي

- * الاتزان أثناء الوقوف على الحل مع استخدام أكياس الحبوب على الرأس.
- * الاتزان على قدم واحدة ثم تبديل القدم الأخرى.
- * الاتزان على قدم واحدة داخل الطوق.
- * الاتزان مع الثبات على المكعبات البلاستيكية للتوازن.
- * الاتزان مع وضع بيض التوازن على الرأس.

مهارة الارتكاز:

هي الاحتفاظ بالاتزان سواء من وضع الثبات أو من وضع الحركة و القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم. ويمكن الارتكاز على قدم أو قدمين أو على ثلاث أعضاء أو أربعة أو خمسة مع الرأس).



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يرتكز على مكعب من صندوق الحركة الشامل.
- * المجموعة الثانية:
أن يرتكز على المقعد السويدي.
- * المجموعة الثالثة:
أن يرتكز على المكعبات البلاستيكية ثم المشي.
- * المجموعة الرابعة:
لعب حر

نماذج النشاط التعلبي

- * الإرتكاز على قدم واحدة ثم التبديل بالقدم الأخرى.
- * الإرتكاز على قدم واحدة مع فرد الذراعين جانباً.
- * الارتكاز باستخدام الأدوات (الإدراك الحسي).
- * اللعب الحر بالطوق ثم التوقف بوضع ارتكاز عند سماع الصافرة.

مهارة المشي على العارضة :

المشي مفرد الجسم على العارضة أو مقعد سويدي .



نماذج النشاط التطبيقي

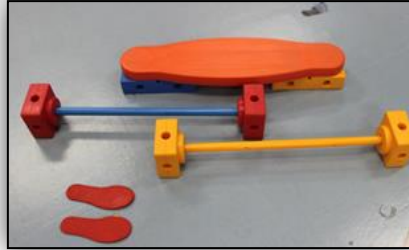
- * المجموعة الأولى:
أن يسير فوق المقعد السويدي.
- * المجموعة الثانية:
أن يسير على العارضة لعبة الإدراك الحسي.
- * المجموعة الثالثة:
أن يسير الطابوق الكبير والصغير (الحقيقية الابتكارية) ثم الدخول داخل الخندق
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * المشي باتجاهات مختلفة.
- * تحريك الذراعين والسير على المقعد السويدي
- * تحريك الذراعين أثناء السير على و بين الأدوات.
- * المشي على العارضة.

مهارة الوثب عاليا:

هي ارتفاع قصير المدى يتم فيه رفع الجسم إلى أعلى و الهبوط يكون على قدمين.



نماذج النشاط التطبيقي

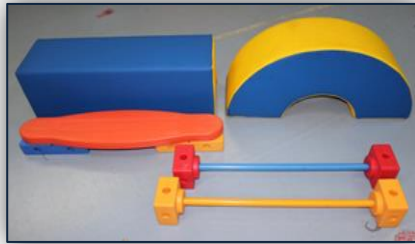
- * المجموعة الأولى:
أن يقفز فوق الحواجز (الحقيبة الابتكارية) ثم الجري على الحبل.
- * المجموعة الثانية:
أن يقفز داخل الطوق ثم المشي فوق مكعبات البلاستيكية .
- * المجموعة الثالثة:
أن يقفز فوق الأعمدة (صندوق الحركة الشامل) ثم الدخول داخل الخندق.
- * المجموعة الرابعة:
لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * الارتقاء و الهبوط داخل الطوق.
- * الارتقاء لمسافة قصيرة أو متوسطة و الهبوط بقدمين داخل الطوق.
- * الوثب باتجاهات مختلفة

مهارة الوثب العميق :

هي الوثب من أداة مرتفعة إلى الأرض مع مرجحة اليدين للخلف ثم الهبوط على أربع مع وضع اليدين على الأرض.



نماذج النشاط التطبيقي

* المجموعة الأولى:

أن يثب بين الأعمدة (صندوق الحركية الشامل) ثم القفز فوق الحاجز.

* المجموعة الثانية:

أن يثب من المقعد السويدي ويهبط داخل الطوق.

* المجموعة الثالثة:

أن يثب بين الألواح (الحقيبة الابتكارية) ثم المشي على المقعد السويدي

* المجموعة الرابعة:

لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

*الوثب أماما لأبعد مسافة.

*الوثب لاجتياز الطوق أو الحبل.

*الوثب أماما و اجتياز الحاجز.

مهارة الوثب إلى الأمام:

هي الوثب لمسافة إلى الإمام لكسب مسافة من الثبات إلى الحركة.



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يثب بين الأعمدة (صندوق الحركية الشامل) ثم المشي بين الحبال.
- * المجموعة الثانية:
أن يثب داخل الطوق ثم على الحبل حتى انتهاء المسافة.
- * المجموعة الثالثة:
أن يثب فوق الألواح (الحقيبة الابتكارية) ثم المشي المتعرج بين الأقماع.
- * المجموعة الرابعة:
لعب حر

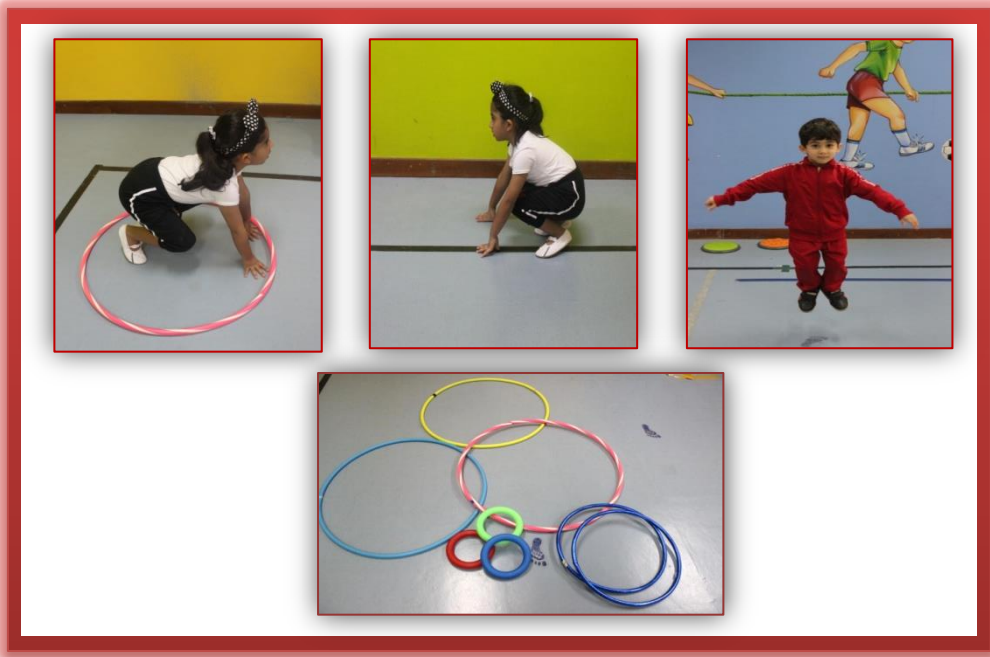
نماذج النشاط التعليمي

- * الوثب أماما للوصول إلى الخط أو الحبل
- * الوثب عاليا مع الهبوط لاجتياز الطوق أو الحبل الحاجز.
- * الوثب أماما لأبعد مسافة.



مهارة القفز:

هي الوثب عاليا ثم الهبوط باستخدام القدمين و اليدين بنفس الوقت (قفزة الأرنب).



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
القفز عاليا ثم الهبوط على اربع باستخدام الطوق الكبير.
- * المجموعة الثانية:
القفز عاليا ثم الهبوط على الخطوات أو أثار الأقدام.
- * المجموعة الثالثة:
القفز عاليا ثم الهبوط على المرتبة.
- * المجموعة الرابعة:
لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * القفز باستخدام المرتبة.
- * القفز داخل الطوق.
- * القفز على الحبل.
- * القفز على أثار الأقدام.



مهارة الحبل:

هي الارتقاء بإحدى القدمين من الأرض لأعلى في الهواء نتيجة لقوة دفع إحدى القدمين أو الهبوط على نفس قدم الارتقاء



نماذج النشاط التطبيقي

* المجموعة الأولى:

أن يحجل باستخدام الحبل ثم يمشي فوق المكعبات البلاستيكية.

* المجموعة الثانية:

أن يحجل فوق الحواجز (الحقيبة الابتكارية).

* المجموعة الثالثة:

أن يحجل فوق الحواجز (صندوق الحركة الشامل) ثم يصوب الهدف.

* المجموعة الرابعة:

لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

* الحجل مع الزميل في اتجاه متبادل.

* الحجل في اتجاهات مختلفة.

* الحجل باستخدام الأدوات (حبل) - طوق- الإدراك (الحسي).

* الحجل بين الأقماع و الحواجز.



مهارة استعمال الطوق:

هي استخدام الأطواق مختلفة الأحجام حول الرجل أو اليد أو الجذع بشكل دائري.



نماذج النشاط التطبيقي

* المجموعة الأولى:

أن يحرك الطوق الصغير باليد باتجاهات مختلفة ثم المشي بين الأقماع.

* المجموعة الثانية:

أن يدور الطوق حول الجذع ثم يمشي على المقعد السويدي.

* المجموعة الثالثة:

أن يحرك الطوق بالرجل بحركة دائرية وهو على المرتبة (صندوق الحركة الشامل).

* المجموعة الرابعة:

لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

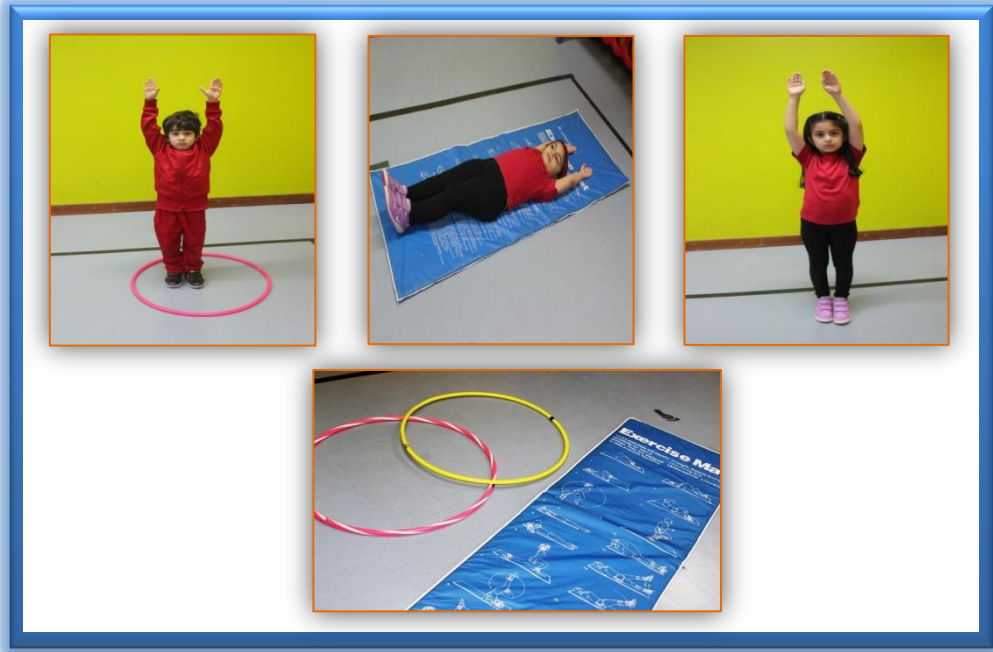
* دوران الطوق حول اليد - الرجل - الجذع.

* تحريك الطوق باتجاهات مختلفة..

* حمل الطوق و استخدامه و المشي بين الأقماع أو الحبال .

مهارة الامتداد:

هي فرد الجسم ليكون أطول ما يمكن ويمكن أن تؤدي من الوقوف أو الرقود.



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
المشي على المقعد السويدي من وضع الامتداد وممسك كيس الحبوب .
- * المجموعة الثانية:
أن يستخدم الأطواق ثم الوثب داخل الخندق.
- * المجموعة الثالثة:
أن يمتد على المرتبة(المراتب الملونة) ثم المشي بين الأعمدة (صندوق الحركة الشامل).
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * الامتداد عاليا داخل الطوق عند سماع الصفارة.
- * الامتداد و السير داخل خطوط الأشكال الهندسية.
- * الامتداد أثناء السير على الحبال.
- * الامتداد رقودا على المرتبة.

مهارة التكور:

هي تقريب أجزاء الجسم إلى بعضها و يمكن أن تؤدي المهارة من الوقوف أو الجلوس أو الرقود.



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يتكور داخل الطوق واستخدام المراتب الملونة.
- * المجموعة الثانية:
أن يتكور داخل الخندق ثم الجري بين الأقماع.
- * المجموعة الثالثة:
أن يتكور داخل الأطباق الملونة ثم القز داخل الطوق.
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * التكور عند سماع الصافرة.
- * التكور داخل الطوق.
- * التكور رقودا على جانب واحد في أطباق التوازن.
- * التكور على المرتبة.

مهارة رمي الكرة:

مهارة تؤدى والذراع مفرودة من ورمي الكرة أماما و خلفا باليدين أو الحائط .



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يرمي لعبة النرد ثم يجري بين الأقماع.
- * المجموعة الثانية:
أن يرمي كرة الريشة بالمضرب ثم يمشي على المقعد السويدي.
- * المجموعة الثالثة:
أن يرمي الكرة داخل لعبة الهدف المبتكر ثم القفز داخل الطوق.
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * رمي الكرة مع فرد الذراعين إلى الزميل
- * السير بين الأقماع و الحواجز ثم رمي الكرة داخل السلة.
- * رمي الكرة أثناء المشي و الجري.
- * رمي الكرة بمستويات و اتجاهات مختلفة
- * رمي الكرة على هدف ثابت

مهارة لقف الكرة:

هي ثبات القدمين مع امتداد الذراعين للأمام نحو الكرة وتكون راحتا اليدين مفتوحة بفتحة مناسبة لاستلام الكرة والأصابع ممتدة عن بعضها قليلا.



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يلقف الكرة الصغيرة من صديقة ثم يجري بين الحواجز (الحقيقية الابتكارية).
- * المجموعة الثانية:
أن يلقف الكرة الكبيرة من صديقة ويجري بين الأقماع.
- * المجموعة الثالثة:
أن يلقف النرد من صديقة ثم القفز داخل الطوق على حسب العدد الذي يظهر له.
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * لقف الكرة من زميل بمستويات مختلفة (الرأس - الركبة).
- * لقف الكرة بسرعات و اتجاهات مختلفة
- * لقف الكرة بأوضاع مختلفة (جلوس - وقوف - جلسة القرفصاء).

مهارة إصابة الهدف:

هي ثبات القدمين مع امتداد الذراعين للإمام ورمي الكرة الى الهدف أو الزميل.



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يرمي الكرة الصغيرة من صديقة ثم يجري بين الحواجز (الحقيقية الابتكارية).
- * المجموعة الثانية:
أن يرمي الكرة داخل السلة.
- * المجموعة الثالثة:
أن يرمي الكرة داخل الهدف المبتكر
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * رمي الكرة من زميل بمستويات مختلفة (الرأس - الركبة).
- * رمي الكرة بسرعات و اتجاهات مختلفة.
- * رمي الكرة بأوضاع مختلفة (جلوس-وقوف - جلسة القرفصاء).

مهارة ركل الكرة:

هي استخدام القدمين والجسم لضرب الكرة إلى الأمام .



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يركل الكرة بالهدف (صندوق الحركية الشامل) .
- * المجموعة الثانية:
أن يركل الكرة بالهدف المبتكر ثم يقفز بالطوق.
- * المجموعة الثالثة:
أن يركل الكرة إلى زميلة ثم يجري بين الأعمدة (صندوق الحركية الشامل).
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * تثبيت الكرة ثم ركلها للزميل.
- * ركل الكرة عد الجري للأمام.
- * الجري بالكرة ثم ركلها أماما و باتجاهات مختلفة.
- * الجري بالكرة ثم ركلها بمستويات مختلفة.
- * ركل الكرة لأقصى مسافة و سرعة.

مهارة صد الكرة:

استخدام القدمين والجسم لامتناس قوة الكرة وإثناء بسيط في الجذع أثناء التقاء الكرة بالجسم.



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يصد الكرة باتجاهات مختلفة من خلال لعبة الهدف المبتكر.
- * المجموعة الثانية:
أن يصد أكياس الرمل أثناء الوقوف على المرتبة الملونة.
- * المجموعة الثالثة:
صد الكرة باستخدام لعبة الهدف.
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * صد الكرة القادمة بسرعات مختلفة.
- * صد الكرة القادمة باتجاهات مختلفة..
- * الدوران حول الأداة أو الجهاز من صندوق الحركية الشامل.
- * وقوف الأطفال على شكل دائرة و يصد الطفل بمركز الدائرة الكرات المرسله له.

مهارة اللف:

هي لف الجسم مع حركة القدمين واتجاه الجسم أو عضو من مكان الثبات



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
لف الجذع جهة اليمين واليسار باستخدام الطوق ثم القفز خارج الطوق.
- * المجموعة الثانية:
لف الذراعين إلى جهة اليمين واليسار باستخدام الأقراص الصغيرة ووضعها في لعبة فليبير.
- * المجموعة الثالثة:
لف الجسم مع أكياس الرمل على الرأس ثم المشي على المقعد السويدي
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * اللف حول نفسه يمينا ثم يسارا.
- * اللف حول ذاته باتجاهات مختلفة داخل الطوق.
- * اللف حول نفسه مع وضع أكياس رمل على رأس اللف حول ذاته باتجاهات مختلفة باستخدام جهاز أو أداة.

مهارة الدوران:

هي حركة الجسم كله حول المحور الرأسي أو الأفقي أثناء وجود الجسم في وضع الفرد أو الثني وهي كذلك حركة عضو الجسم في جميع الاتجاهات .



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يدور حول الأطباق الملونة.
- * المجموعة الثانية:
أن يدور حول الأطواق ثم القفز فوق الحاجز (صندوق الحركية الشامل).
- * المجموعة الثالثة:
أن يدور على المكعبات البلاستيكية ثم القفز داخل أو خارج اللعبة
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * الدوران حول الأطواق.
- * دوران الذراعين دون أداة في اتجاهات مختلفة.
- * الدوران حول الأداة أو الجهاز من صندوق الحركية الشامل.

مهارة الزحف:

هي التحرك إلى الأمام و الخلف من خلال تحريك اليدين و الركبتين بصورة عكسية مع دفع الجذع و الاستناد على الكوعين أو الركبتين.



نماذج النشاط التطبيقي

- * المجموعة الأولى:
أن يزحف بين الأعمدة (صندوق الحركية الشامل) ثم السير فوق الحاجز.
- * المجموعة الثانية:
أن يزحف تحت حواجز (الحقيبة الابتكارية).
- * المجموعة الثالثة:
أن يزحف داخل الخندق ثم المشي على المقعد السويدي.
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * الزحف على الكوعين باستخدام المرتبة
- * الزحف داخل لخندق
- * الزحف إلى الأمام و إلى الخلف.
- * الزحف مع تبادل حركة اليدين.
- * الزحف نحو هدف.

مهارة دحرجة الكرة:

هي دفع الكرة أو تحريكها لتدور مندفعة بشكل متتابع .



نماذج النشاط التطبيقي

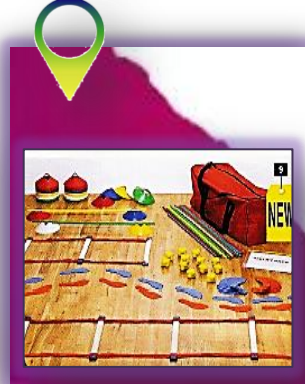
- * المجموعة الأولى:
أن يدحرج الكرة باتجاه الهدف (صندوق الحركية الشامل) ثم المشي بين الحبال.
- * المجموعة الثانية:
أن يدحرج الكرة تحت الحواجز (الحقيبة الابتكارية) ثم القفز فوق الحاجز.
- * المجموعة الثالثة:
أن يدحرج الكرة بين الحبلين ثم القفز بالطوق.
- * المجموعة الرابعة: لعب حر

نماذج النشاط التعليمي

- * دحرجة الكرة باتجاهات مختلفة.
- * دحرجة الكرة بين الأدوات (الحواجز و الأقماع).
- * دحرجة الكرة بالتبادل مع الزميل .

مسابقات مقترحة

م	المسابقة	الأدوات والأجهزة الحركية
١-	مسابقة القفز داخل الأطواق لتكوين حلقات الفليب.	أطواق - لعبة فليب
٢-	مسابقة القفز على دوائر لعبة الإدراك الحسي لجمع الكور داخل سلة.	الإدراك الحسي - سلة
٣-	مسابقة جمع الكور عن طريق الجري بين الحواجز ووضعها داخل (الأطباق الملونة).	صندوق الحركية الشامل - كور ملونة- الأطباق البلاستيكية الملونة
٤-	مسابقة تصويب الطوق نحو الهدف عن طريق الجري بين الأقماع.	أقماع - لعبة الأطواق أو الهدف المبتكر
٥-	مسابقة حمل أكياس الرمل و السير على الحبال أو ين الحاجز لتجميع أكبر عدد منها داخل السلة.	أكياس رمل - حبوب - حواجز- أقماع-سلة
٦-	مسابقة النرد ترمي المعلمة النرد لكل فريق فيجمعوا كور بعدد النقط الظاهرة على النرد.	صندوق الحركية الشامل- النرد-كور ملونة- سلة.



حركات الاسترخاء







ملحق الألعاب الحركية



لعبة الأطواق ذات الأشكال الهندسية الملونة

الهدف منها:

- * تقوية العضلات الدقيقة و الكبيرة.
- * تنمية القدرة على اكتساب مهارات حركية.
- * معرفة مفاهيم عديدة مثل فوق / تحت / خارج / داخل.



طريقة الاستخدام:

عبارة عن أربعة أشكال هندسية خشبية ملونة بألوان جميلة لها قواعد تثبت عليها عند اللعب يقوم الطفل بالمرور داخلها مؤديا بعض لحركات والمهارات الرياضية.

مرتبة الدحرجة

الهدف منها:

- * اكتساب مهارة الدحرجة.
- * تقوية العضلات الكبيرة.
- * إضفاء جو من المتعة والسرور على نفوس الأطفال.



طريقة الاستخدام:

عبارة عن مرتبة يتدرب عليها الطفل فتساعده على اكتساب مهارة الدحرجة .

لعبة المراتب الملونة

الهدف منها:

- * إشباع رغبة الطفل باللعب والحركة .
- * تنمية القدرة على اكتساب مهارات حركية لليدين والجسم كالشقلبة والتدريج .



طريقة الاستخدام:

عبارة عن مراتب تستخدم لأداء بعض المهارات الرياضية وحركات الاسترخاء .

المقاعد السويدية الملونة

الهدف منها:

- * تقوية العضلات الدقيقة والكبيرة .
- * تنمية القدرة على اكتساب مهارات حركية لليدين والرجلين كالتوازن والمهارات الرياضية المختلفة .



طريقة الاستخدام:

عبارة عن أربع مقاعد تستخدم لتنمية مهارات التوازن والمهارات الرياضية المختلفة .

مكعبات بلاستيكية للتوازن على الأرض

الهدف منها:

- * تقوية العضلات الدقيقة و الكبيرة.
- * إشباع رغبة الطفل باللعب والحركة .
- * تنمية القدرة على اكتساب مهارة الاتزان .



طريقة الاستخدام:

عبارة عن مكعبات بلاستيكية يقوم الطفل بتركيبها حسب رغبته لتعزيز مهارات التوازن للطفل والعضلات الكبيرة .

لعبة بيض التوازن

الهدف منها:

- * اكتساب مهارة التوازن .
- * اكتساب مهارة السيطرة والتحكم .
- * تنشيط الدورة الدموية .



طريقة الاستخدام:

عبارة عن قطع بلاستيك يستطيع الطفل وضعها وتثبيتها على رأسه والمشي بها فتساعده على اكتساب مهارة التوازن.

لعبة فليبر

الهدف منها:

- * تنمية القدرة على اكتساب مهارات حركية.
- * تنمية روح التنافس الشريف بين الأطفال .
- * تنمية المهارات العقلية كالملاحظة والانتباه والتركيز.



طريقة الاستخدام:

عبارة عن اسطوانة مصنوعة من البلاستيك ذات حجم كبير بها دوائر مفرغة يقوم الطفل بإسقاط الحلقات الملونة داخل الدوائر المفرغة لتنمية المهارات العقلية والاجتماعية و الحركية .

لعبة الأطباق الملونة

الهدف منها:

- * تنمية القدرة على التوازن والتركيز .
- * تنمية المهارات الحركية المتنوعة مثل مهارة الدوران
- * إضفاء روح المرح والمتعة والسرور في نفوس الأطفال.



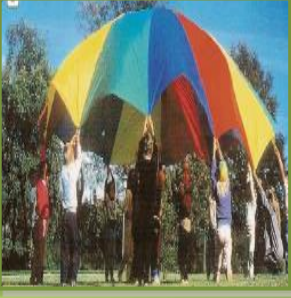
طريقة الاستخدام:

عبارة عن عدد من الأطباق الأرضية البلاستيكية ملونة يجلس الطفل بداخلها مؤديا بعض الحركات والمهارات الرياضية .

لعبة البراشوت

الهدف منها:

- * تنمية العضلات الدقيقة والكبيرة .
- * تنمية القدرة على اكتساب مهارات حركية لليدين والرجلين.
- * إضفاء روح المرح والمتعة في نفوس الأطفال .



طريقة الاستخدام:

عبارة عن قطعة من البلاستيك الخفيف الملون بشكل دائري خفيفة الوزن ولها مقابض عدة لإدخال اليد بها.

لعبة الهدف المتكرر

الهدف منها:

- * تنمية القدرة على اكتساب مهارات حركية لليدين كالرمي .
- * تنمية القدرة على اكتساب مهارة الركل .



طريقة الاستخدام:

عبارة عن مرمى هدف يتدرب الطفل من خلاله على رمي الكرة أو ركلها داخله.

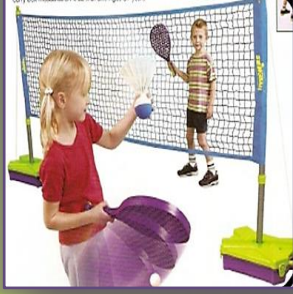
لعبة الريشة

الهدف منها:

- * اكتساب الأطفال مهارة الدقة والتركيز .
- * اكتساب الأطفال مهارة الرمي .
- * تنمية روح المشاركة الجماعية .
- * تقوية عضلات الطفل الكبيرة .
- * تنشيط الدورة الدموية .
- * إضفاء جو من المتعة والسرور على نفوس الأطفال.

طريقة الاستخدام:

اللعبة عبارة عن قاعدتين من البلاستيك عليها أعمدة لتثبيت شبك كرة الريشة وعدد اثنان من المضارب للعب في الساحات الخارجية أو الداخلية ويمكن تخزين أدوات اللعبة داخل القاعدة .



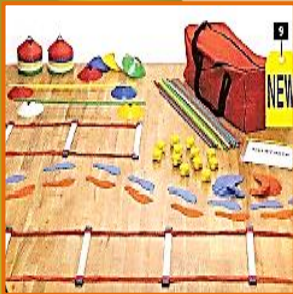
حقبة الألعاب الابتكارية

الهدف منها:

- * تنمية ذهن الأطفال من خلال التفكير .
- * تنمية القدرة على اكتساب مهارات حركية لليدين والرجلين .
- * مساعدة الأطفال على تطوير حركات الاتزان بين الجزء العلوي والسفلي.

طريقة الاستخدام:

عبارة عن حقبة تحتوي على عدد من الأدوات المختلفة وتستخدم للمسابقات الابتكارية التي تبعث على المرح والمتعة .



حقيبة الألعاب الابتكارية



نقاط للملاحظة

- ١* يجب أن يكون هناك إشراف من شخص بالغ على الألعاب.
- ١* الرجاء إبعاد المنتج بعيدا عن الحرارة وعن اللهب.
- ٢* الرجاء إبقاء أكياس البلاستيك بعيدة عن متناول الأطفال بعد إفراغها.



١

إرشادات الامن والسلامة

- ١* التسخين وتهيئة اليدين ضروري قبل اللعب.
- ١* الرجاء قراءة التعليمات لكل لعبة قبل البدء.
- ٢* إذا كان الطفل لا يشعر بالراحة أثناء اللعب فأوقفني اللعب وابحثي عن السبب وعالجيه.
- ٤* أثناء استخدام أدوات اللعب استخدممي مكانا مناسباً للعب.



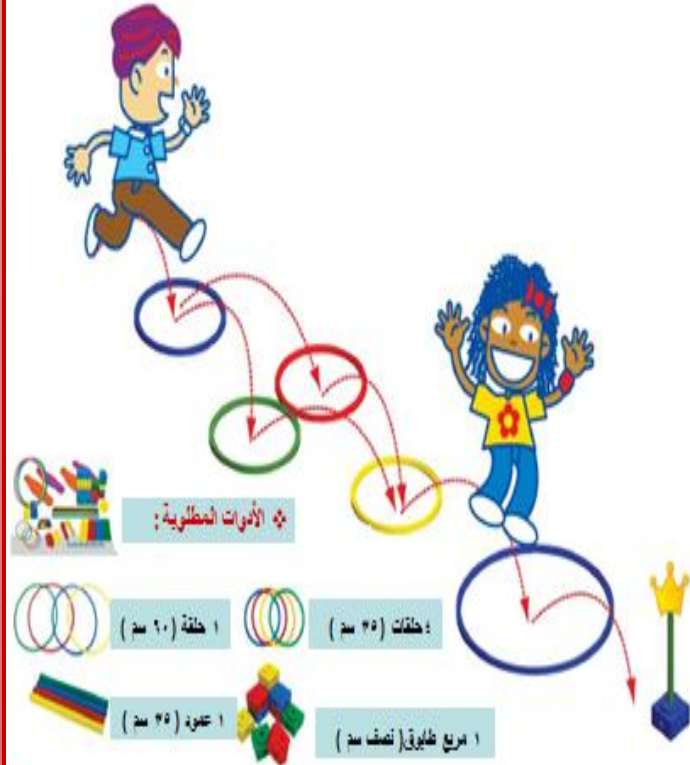
٢

* عند تنظيم الأدوات بالشكل الموضح بالصورة ، يساعد الطفل على تقوية عضلات القدم واتزان النصف السفلي عن اليدين ، وتنمية مهارة القفز والوثب.

٣

* تنظيم الأدوات كما هو موضح بالصورة ، وهذا يساعد الأطفال على اتباع إرشادات المخطط ويساعدهم على حفظ حركات مختلفة ، وادراك الفراغ والحيز.

٤

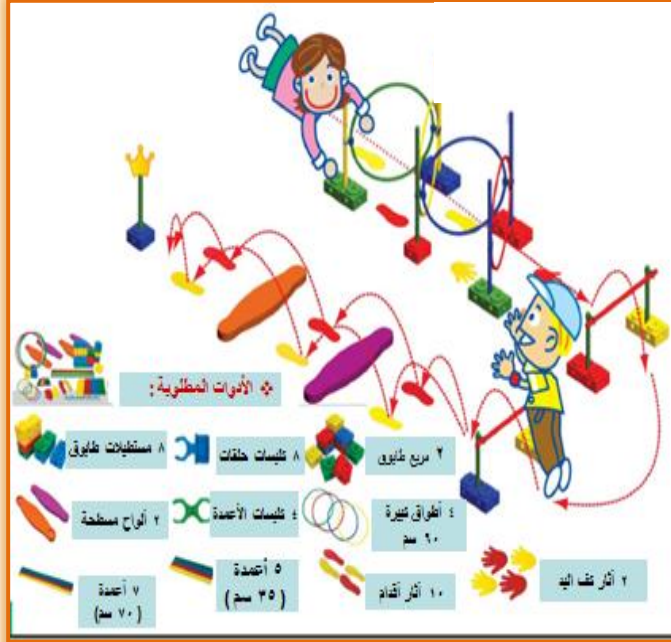




* بهذا التدريب يتعلم الطفل على تذكر وحفظ حركات مختلفة ويطور من تفاعله ، هذا التدريب يجمع عدة حركات مثل المشي والجري والقفز .



* من هذا التدريب يتعلم الطفل كيف يتذكر ويحفظ حركات مختلفة ويريد من تفاعله .
* هذا التدريب يجمع عدة حركات مختلفة مثل المشي ، الجري ، القفز ، الدوران .



* بهذا التدريب يتعلم الطفل على تذكر وحفظ حركات مختلفة ويريد من تفاعله ، يجمع هذا التدريب على حركات متعددة مثل : المشي والجري والقفز والوثب .

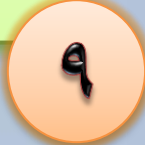


* هذا التدريب يساعد الطفل على تذكر وحفظ حركات مختلفة وينمي التفاعل أيضا يجمع هذا التدريب حركات مختلفة مثل : المشي ، الجري ، القفز ، الدوران .





* ترتيب الادوات كما هو موضح
بالصورة ، يطور مهارة الاتزان عند
الطفل .



* بهذا التدريب يتعلم الطفل كيف
يحسن من مرونته ويزيد من قوة
العضلات حول الأربطة عن طريق تمارين
الزحف ، القفز .





• الأدوات المطلوبة :



٤ أطواق كبيرة
(١٠ سم)



٣ أطواق صغيرة (٣٥ سم)



عمود واحد
(٣٥ سم)



١ طابقي مربع

* ترتيب الادوات كما هو موضح
بالصورة ، يتمكن الطفل من تطوير
مهارته في القفز ، الوثب ، وفي
ادراك المسافات .

١١



• الأدوات المطلوبة :



عمود واحد
(٣٥ سم)



١ مربع طابقي



٨ مستطيلات
طابقي



٤ أطواق كبيرة
(١٠ سم)



٣ أطواق صغيرة
(٣٥ سم)

* ترتيب الادوات كما هو موضح
بالشكل يساعد الأطفال على تحسين
مرونة الجسم وزيادة قوة العضلات حول
الاربطة بممارسة حركات الرحف ،
القفز :

١٢

*ترتيب القطع كما هو موضح في الصورة يطور التآزر بين اليد والعين وادراك العلاقات المكانية فوق وتحت .

١٣

*ترتيب الأدوات كما هو موضح في الصورة يساعد الأطفال على تطوير وتنمية ادراكهم بالآتزان عن طريق مهارة القفز الوثب .

١٤



* ترتيب الادوات كما هو موضح
بالصورة ، يطور الاطفال ادراكهم
بالتوازن عن طريق المشي خلال
المخطط.



١٥

* ترتيب الادوات كما هو موضح
بالصورة يطور التآزر بين حركة الرجل
مع العين ويتعلمون كيف يتم التباعد
أو التفرقة بين القدم اليمين والقدم
اليسار وأيضا يزيد من قوة عضلات
القدم والأربطة .



١٦



*ترتيب الأدوات كما هو موضح في الصورة يساعد الطفل على تطوير حركات الأتزان بين الجزء العلوي والجزء السفلي عن طريق الزحف.

١٧



* ترتيب الأدوات كما هو موضح بالرسم، يساعد الأطفال على تنمية سرعة حركتهم وتفاعلهم.

١٨



*ترتيب القطع كما هو موضح
بالصورة يساعد الاطفال على تطوير
ادراكهم بالاتزان عن طريق الحركة
يمينا ويسارا بسرعة .

١٩



* ترتيب الأدوات كما هو موضح
بالشكل يساعد الأطفال على تطوير
ادراكهم بالاتزان بوضع أكياس الرمل
على مناطق محددة من أجسامهم .

٢٠



*ترتيب الأجزاء كما هو موضح
بالصورة . يطور الطفل إدراكه بالحيز
والفراغ وإدراكه بالاتزان.



❖ الأدوات المطلوبة:



٧ مستطيلات ملونة



عاصمان
(٣٥ سم)

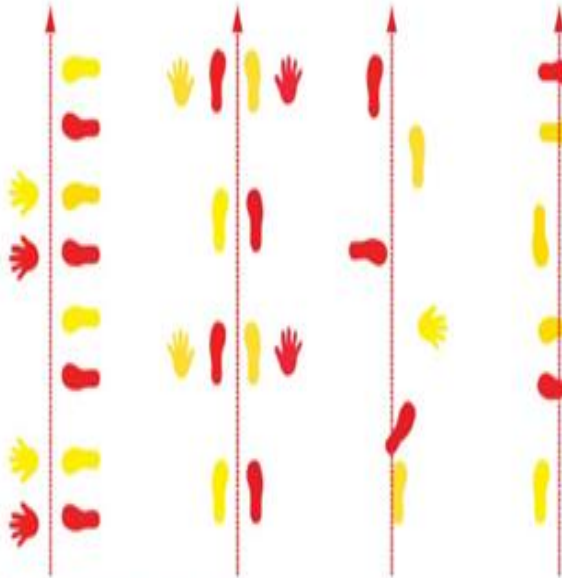


٢ مربعات ملونين



٤ أطواق حجم صغير

٢١



* ترتيب الأدوات كما هو موضح
بالشكل يطور التأزر بين العين واليدين
وإدراك الحيز والفراغ.



❖ الأدوات المطلوبة :



١٢ أثار أصابع
القدم



١٢ أثار كف
اليدين

٢٢

صندوق الحركية الشامل



استخدامات صندوق الحركية الشامل :

- الإحماء .
- تطبيق المهارة في أكثر من طريقة .
- المجموعات (اللعب الحر) .
- مسابقة بين الأطفال (النرد لعبة أرقام و ألوان) .

طريقة الاستخدام:

- * يشمل العديد من المراتب التي يمكن تشكيلها بطرق مختلفة لعمل تمارين فريدة من نوعها تخدم مهارة معينة تستطيع المعلمة التدريب عليها ، في المساحات الكبيرة وحتى في المساحات الصغيرة .
- * يشمل قاعدة صلبة مبطنه و لينة و أربعة أرجل متحركة .
- * يمكن استخدام جانبي الصندوق في اللعب .
- * يمكن استخدام جانبي الصندوق وممكن أن تكون متصلة في القاعدة الأساسية.
- * كل جزء من أجزاء اللعبة مغطى بغطاء ناعم و مادة قوية التحمل وصحية على جسم الطفل وهي عبارة عن مجموعة المراتب والألعاب التي تشمل الصندوق تخزن جميعها داخل الصندوق لحفظ المساحة.

* صندوق الألعاب الحركية سمي نسبة إلى شكله
فهو عبارة عن صندوق يحتوي على الأدوات بداخله
، عدد هذه الأدوات ١٧ قطعه وهي :

- * قاعدة لوحة (110x110) سم بها 4 عجلات
- * عدد (2) نصف اسطوانة
- * (4) مراتب (10x 80 x 100) سم التي لها جانبين
- * اللاصق الخشن (فيلكرو)
- * 3 مكعبات (30x 30 x 80) سم
- * زاويتان (30x 60 x 60) سم
- * 2 شبه منحرف
- * النرد
- * قوسان (15x 30 x 60) سم
- * يشمل الصندوق المتحرك على عدة قطع متحركة يمكن دمجها في
عدة طرق مختلفة لتكوين جملة حركية فريدة من نوعها ولتدريب
الطفل على مهارات حركية مختلفة.
- * تنمية مهارات الطفل الحركية والذهنية.

من المهارات المستخدمة في اللعبة:

الامتداد	التكور	الجري	الزحف	المشي	الوثب	القفز
----------	--------	-------	-------	-------	-------	-------

مميزات صندوق الحركية

* ويتميز صندوق الحركة الشامل بأنه:

- ١- آمن للطفل وذلك بسبب جوده الصنع .
- ٢- سهوله التنظيف وذلك لان تغطي الأدوات ماده مصنوعة من الجلد.
- ٣- ألوانه مشوقه وجاذبه للطفل .
- ٤- سهوله تخزينه حيث يوفر المساحة.
- ٥- سهوله تحريكه وذلك بسبب وجود أربع عجلات في القاعدة .
- ٦- ينمي لدى الأطفال القدرة على الإبداع بالتمارين الرياضية .
- ٧- تقوي العضلات الكبيرة والصغيرة .
- ٨- الاعتماد على الذات وزيادة الثقة لدى الطفل

أهميته لطفل متلازمة داون

* يستغل صندوق الألعاب الحركية الشامل لفئة متلازمة الداون وذلك بسبب ألوانه المشوقة وجودته العالية التي تحافظ على سلامه الطفل.

* ويتم بتدريب طفل متلازمه الداون على مهارات حركية مختلفة عن طريق جملة حركية ، يتدرب طفل متلازمه الداون عليها من خلال الصندوق الحركي لكي يتقن المهارات.

التأثير الإيجابي للصندوق على أطفال متلازمه داون

- ١- تقوية قدراتهم الحركية والذهنية عن طريق استخدام النرد وصعود المكعبات ومهاره القفز.
- ٢- الاعتماد على الذات وزيادة الثقة عن طريق جمع القطع ووضعها في الصندوق لترتيبها واتقان المهارات المختلفة.
- ٣- تقوية عضلاتهم الدقيقة عن طريق استخدام مهارة الرمي واللقف والتكور والامتداد .
- ٤- تقوية عضلاتهم الكبيرة عن طريق مهارة الجري ومهاره المشي والوثب.

المصادر والمراجع

* معلمة الرياض و النشاط الحركي – أ. د/ بدور عبدالله المطوع
الجمعية الكويتية للبحوث والدراسات التخصصية-الطبعة
الثانية ٢٠٠٦.

* أساسيات تدريس التربية الحركية لرياض الأطفال و المرحلة
الابتدائية- أ. د/ بدور عبدالله المطوع. الطبعة الأولى -٢٠١٢.

* التعلم الحركي و التدريب الرياضي -موقع الأستاذة سلطنة
الشطبي .

* مفهوم و تصنيف المهارات الحركية - أسامة راتب و عبد
الوهاب النجار -١٩٩٩-كلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة.
- المرشد في رياض الألفية الثالثة لرياض الأطفال –وزارة التربية -
دولة الكويت.

* كتاب التربية الحركية لطفل الروضة- د/ انشراح إبراهيم
المشرفي-مطبعة دار الميسرة -

أستاذ رياض الأطفال المشارك بجامعة أم القرى بمكة المكرمة.

تم بحمد الله...

التمنيات

مع

أجمل

بالتوفيق