

الحلقة الخامسة: أنا رائد فضاء

مدة النشاط: 35 دقيقة  
التاريخ: / / 14هـ  
المستوى: الأول والثاني والثالث

اسم النشاط: حديقتي  
اليوم:  
منهج: التربية البدنية للأطفال

أهداف النشاط:

في نهاية هذا النشاط ينبغي أن يكون الطفل قادراً على أن:

- 1 . يؤدي تمارين تناسب مع قدراته الحركية .
- 2 . يحافظ علي نظافته الشخصية .
- 3 . يراعي قواعد الأمن والسلامة .

التمهيد للنشاط: نبدأ حلقتنا بتحية الإسلام ثم أسأل أحبتي عن أحوالهم وصحتهم واتفقد الغائب منهم وندعو له بالشفاء العاجل.

الأعمال الإدارية – الإحماء (15 دقيقة)

تدريبات متنوعة للإحماء:

- 1 . اطلب من الأطفال المشي حول الملعب .
- 2 . اطلب من الأطفال الجري حول الملعب .
- 3 . اطلب من الأطفال الوقوف انتشارا في الملعب , ثم اطلب منهم التحرك عكس الإشارة ( الجري – الحجل – الوثب ) .

عرض النشاط (20 / د):

اطلب من الأطفال أداء الحركات الأتية لمحاكاة الإهتمام ورعاية الحديقة والمحافظة عليها كما يلي :

- نمو الأشجار ( جلوس علي أربع ) مد الركبتين ببطء مع رفع الذراعين أماما عاليا والوقوف علي المشطين .
- السير للحديقة : ( الوقوف ) للامام مع الغناء والتصفيق والدبدبة , ارفع رأسك – التصفيق مع الخطوات – دب دب , امش بسكون .
- بناء جوانب أحواض الزهور : ( اقعاء ) ثني الجذع أماما وجانبا مع تحريك الذراعين جانب الجسم أماما , ثم تحريك الجذع للأمام مع تحريك الذراعين أماما .
- ري الحديقة : ( الوقوف ) ثني الجذع أماما وتحريك أصابع اليد في حركة دائرية ثم مد الجذع عاليا ولفه مع رفع الذراعين معا – أماما – جانباً – عاليا .

الأسئلة المثيرة للتفكير:

- س1: ما اسم نشاط اليوم يا حنان؟
- س2: كيف قمنا بالسير للحديقة يا محمد؟
- س3: من يصف لي تمرين ري الحديقة؟
- س4: هل أعجبتم التمارين يا أطفال؟

التأكد من تحقيق الهدف:

تحقق الهدف بتأدية الأطفال تمارين تناسب مع قدراتهم الحركية.

كيفية الانتقال إلى نشاط آخر:

أشكر الأطفال على تجاوبهم وممارستهم لنشاط اليوم ثم أذكرهم بأنشطة اليوم التالي مع توديعهم.

لو أعدت النشاط مرة أخرى ما التعديلات والإضافات التي بها؟

النشاط:

الأطفال:

الأدوات:

الحلقة الخامسة: أنا رائد فضاء

مدة النشاط: 35 دقيقة

التاريخ: / / 14هـ

المستوى: الأول والثاني والثالث

اسم النشاط: تنطيط الكرة

اليوم:

منهج: التربية البدنية للأطفال

أهداف النشاط:

في نهاية هذا النشاط ينبغي أن يكون الطفل قادراً على أن:

- 1 . يتعلم كيفية التحكم في الكرة .
- 2 . يتحكم في انفعالاته عند مواجهة المواقف المختلفة للنشاط الحركي .

التمهيد للنشاط: نبدأ حلقتنا بتحية الإسلام ثم أسأل أحبتي عن أحوالهم وصحتهم واتفقد الغائب منهم وندعو له بالشفاء العاجل.

الأعمال الإدارية – الإحماء (15 دقيقة)

تدريبات متنوعة للإحماء:

- 1 . اطلب من الأطفال المشي حول الملعب .
- 2 . اطلب من الأطفال الجري حول الملعب .
- 3 . اطلب من الأطفال الوقوف انتشارا في الملعب , ثم اطلب منهم التحرك عكس الإشارة ( الجري – الحجل – الوثب ) .

عرض النشاط (20 / د):

- اطلب من الأطفال الوقوف انتشارا بالفناء وكل طفل ممسك بكرة .
- اطلب منهم تنطيط الكرة وارتدادها علي الأرض حسب توقيت منتظم بمصاحبة الموسيقى .
- أداء الخطوة السابقة مع المشي أماما في دائرة .
- يقلد الأطفال حركة ارتداد الكرة بمصاحبة الموسيقى .
- تغيير سرعة ضرب الكرة باليد مع توقيت سريع منتظم الي توقيت بناء منتظم 4 - 3 - 2 - 1 الي 1 - 2 - 3 - 4

الأسئلة المثيرة للتفكير:

- س1: ما اسم نشاط اليوم يا عامر؟
- س2: من يقوم بتنطيط الكرة يا أطفال؟
- س3: من يقلد لي حركة ارتداد الكرة؟
- س3: هل أعجبك نشاط اليوم يا عبد الله؟ هل تريد أن نكرره مرة أخرى؟

التأكد من تحقيق الهدف:

تحقق الهدف بتعلم الطفل كيفية التحكم في الكرة والتحكم في انفعالاته عند مواجهة المواقع المختلفة للنشاط الحركي.

كيفية الانتقال إلى نشاط آخر:

أشكر الأطفال على تجاوبهم وممارستهم لنشاط اليوم ثم أذكرهم بأنشطة اليوم التالي مع توديعهم.

لو أعدت النشاط مرة أخرى ما التعديلات والإضافات التي بها؟

النشاط:

الأطفال:

الأدوات:



## أكدي على طفلك

- أكد علي طفلك ضرورة تناول وجبة الإفطار كل صباح وضرورة تناول الطعام الصحي المكون من ( الخضروات - الفاكهة - اللحوم - الألبان بمنتجاتها ..) من أجل بدن صحي سليم .
- ضرورة تناول الطعام قبل ممارسة النشاط الحركي بفترة مناسبة ولتكن ساعتين .



الحلقة الخامسة: أنا رائد فضاء

الجزء الختامي - لعبة اتبع الدليل

اليوم: / / 14هـ  
التاريخ:  
المستوى: الأول والثاني والثالث

اليوم:  
منهج: التربية البدنية للأطفال

لعبة اتبع الدليل (20 / د):

- يقف بقية الأطفال في قاطرات خلف القائد .
- يقوم القائد بعمل بعمل أي حركة مثل (الوثب الأعلى , الجلوس علي أربع ... إلخ).
- يقوم الأطفال بتقليد القائد في جميع الحركات التي يقوم بها القائد .
- يكرر الأداء من خلال أداء القائد لحركات مختلفة .
- إعادة الأدوار كما كانت في أماكنها .
- غسل الأيدي والوجه .
- الاصطفاف والذهاب الي الروضة في شكل قاطرتين.





## نواتج التعلم للحلقة

في نهاية هذا الدرس ينبغي أن يكون الطفل قادراً علي أن :

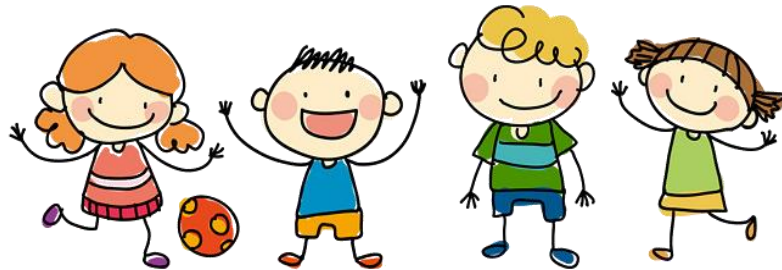
- يمارس الأنشطة والمهارات الحركية الملائمة لنموه وعمره.
- يحافظ علي صحته ونظافته الشخصية .
- يتعرف قواعد الامن والسلامة اثناء ممارسته النشاط الحركي.
- يضبط انفعالاته في مواجهة المواقف المختلفة .

الزمن : 90 دقيقة

المكان : فناء المدرسة

المواد التعليمية : اطواق ملونة احجام مختلفة - مقعد سويدي - موسيقي .

استراتيجيات التدريس : المحطات " مراكز العمل " - اللعب الحر المنتظم - الاكتشاف الموجه





## وصف الحلقة

يمارس الطفل مجموعة من الأنشطة الملائمة لعمره والتي يتدرب من خلالها علي ضبط انفعالاته في مواجهة المواقف وتطبيق قواعد الامن والسلامة .

