



الوحدة الرابعة عشرة

---

التعامل مع الكرة





## الوحدة الرابعة عشر التعامل مع الكرة

### أولاً: المفاهيم الحركية المستخدمة في الوحدة

ضرب الكرة بأجزاء الجسم، تطبيقات القوة، علاقات التوجيه إلى اتجاه مرغوب، جزء من الكرة، السطح الخابط للكرة، تثبيت جزء الجسم، دفع، تنطيط الكرة في اتجاهات مختلفة، مستويات، مسارات حركية.

### ثانياً: أهداف الوحدة

بعد ثلاثة دروس ومن خلال المفردات المستخدمة والتطبيقات في الوحدة سوف يظهر الأطفال دلائل على فهمهم ومقدرتهم على أداء لما يلي:

#### ١ - فيما يتعلق بالوعي بالجسم

- الإحساس بالفارق بين الضرب والدفع.
- تثبيت جزء الجسم في لحظة الملامسة.

#### ٢ - فيما يتعلق بالحركة

- ضرب الكرة بمختلف أجزاء الجسم.
- ضرب كرة في اتجاه معين، وبكم معين من القوة، وإلى مستوى معين.
- ضرب كرة ثابتة أو متحركة.
- دفع كرة، كما في حالة تنطيطها في اتجاهات معينة، وبمعدلات سرعة ملائمة، وإلى مستويات مختلفة، وبدرجات مختلفة من القوة.
- الدفع لتمرير الكرة إلى طوق أو إلى زميل / زميلة.

#### ٣ - فيما يتعلق بالسيطرة على الجسم

- تنفيذ منحنى حركي لليد خلال مد الذراع.

- تنظيط الكرة خلال فراغ بتجنب، أو بالمرور فوق، أو تحت، أو حول أداة.

#### ٤ - فيما يتعلق بالتعاون مع الأفراد الآخرين

- ضرب الكرة أماما وخلفا مع محاولة تحقيق أكبر كم ممكن من الضربات.
- العمل كفريق للحفاظ على بقاء الكرة فوق الأرض وفوق الشبكة.
- دفع كرة للزميل / الزميلة بحيث يكون من السهل عليه / عليها الإمساك بها.

#### ٥ - فيما يتعلق بمبادئ الحركة

- خبط الكرة في اتجاهات محددة بمواجهة السطح الخابط للهدف.
- توجيه القوة تجاه جزء معين من الكرة في خط المسار الحركي المطلوب.

• التفريق بين الخبط والدفع.

#### ثالثا: نقاط هامة يجب أن تراعيها المعلمة/الأخصائية

- سوف نقدم في هذه الوحدة مهارتين مختلفتين اختلافا متباينا لأن كلاهما هو عبارة عن تعامل مع الكرة، ولأنهما أيضا سهلتا التعلم معا في نفس الوحدة، ألا وهما ضرب الكرة، ودفعها.
- إن ضرب الكرة بأجزاء الجسم تعتبر مهارة هامة في الكثير من الرياضيات التي قد يمارسها الطفل مستقبلا وتستخدم بكثرة جدا في ألعاب المضرب. إما مهارة دفع الكرة فإنها تستخدم في قطع الكرة لمسافات أو مساحات معينة.

## الدرس رقم (١) من الوحدة الرابعة عشرة

أولاً: المفاهيم الحركية المستخدمة في الدرس

١ - المفاهيم الجديدة

الضرب بأجزاء الجسم، تطبيقات القوة، علاقات التوجه إلى اتجاهات معينة، أجزاء الكرة، حركات متكررة.

٢ - مفردات ومفاهيم المراجعة

تزايد القوة، مستوى، تسلسل الحركات، دوام، اتجاه، المتابعة، خطوة، ميل وميل عسكى، نقطة مقصودة.

ثانياً: النقاط الرئيسية التي يركز عليها الدرس

- سوف يقدم هذا الدرس إرسال الكرة بعيداً من خلال ضربها.
- يجب تشجيع استخدام أجزاء جسم مختلفة خلال استكشاف المهارة.
- ضرب الكرة بالقدم، والرأس، والركبة، والصدر، الفخذ، والأقدام والرجلين كلها تستخدم في كرة القدم، وفي الكرة الطائرة يستخدم ضرب الكرة باليد والرأس.

ثالثاً: الأدوات المستخدمة والمساحات المطلوبة

- مساحة مناسبة أو قاعة ليس بها أى إضاءة متدلية.
- كرة بلاستيكية أو من الفلين أو أى كرة خفيفة أخرى لكل طفل.
- أكبر عدد ممكن من الأقماع المرتفعة أو متوسطة الارتفاع بحيث يكون هناك واحد لكل ثلاثة أطفال.
- أكبر عدد من شباك رد الكرات.

رابعاً: التنظيم والإجراءات

يجمع الأطفال ويجلسوا في منتصف المساحة المحددة للنشاط.

تبدأ فعاليات الدرس بأن توجه المعلمة / الأخصائية حديثها للأطفال كما يلي:

- هيا استمعوا إلى نغمة يدي حينما أصفق... (اختاري لنا محببا للأطفال وصفقى على إيقاعه، واجعلى الأطفال يصفقون بأيدهم أمام أجسامهم، ثم فوق رؤوسهم، ثم أسفل وإلى أحد الجانبين، ثم إلى الجانب الآخر. استمرى على نفس الإيقاع. ثم اجعلى الأطفال يؤدون على نفس النغمة ولكن من خلال خبطهم الخفيف على أجزاء مختلفة من الجسم وعلى الأرض).
- أن الأداء السابق يسمى ضرب. ضرب الكرة بالأجزاء المختلفة مهارة هامة فى لعبة كرة القدم (\*). ففى بعض الأحيان تضرب الكرة، بالركبة، أو بالرأس، أو بالرجل، أو بالصدر. أى أجزاء الجسم يستخدمها الأفراد أثناء لعبهم الكرة الطائرة (\*).؟ (الأيدي لكن براحة اليد فقط).
- (وزعى الكرات البلاستيكية أو الفلينية المتوافرة، بحيث يأخذ كل طفل كرة). أريد منكم الآن تذكر الصوت الذى يصدر من أيديكما حينما تضربون يداً بيد للتصفيق. هل بإمكانكم أن تجعلونى أسمع صوت الضرب وتضربوا الكرة عاليا باليد فى اتجاه السماء؟
- من باستطاعته استخدام جزء آخر من الجسم؟ هذا جيد، أننى أرى بعض الأطفال يستخدمون أقدامهم، وآخرون يستخدمون الركبة، وآخرون يضربون بالمرافق. هل حاول أى منكم أن يضرب الكرة برأسه؟
- إلى أى ارتفاع يكون بإمكانكم إرسال الكرة؟ أى أجزاء الجسم التى يمكن ضرب الكرة بها إلى أبعد مسافة فى اتجاه السماء؟ أى جزء من الكرة تخبطونه حتى تجعلوا الكرة تسير باستقامة إلى الهواء؟ (أسفلها).

(\*): ألعاب محببة للأطفال عادة.

• دعونى أرى كيف يكون بالإمكان خبط الكرة إلى السماء باستخدام من أجسامكم فوق الوسط. (إننى أرى البعض يستخدم الرأس . . . . . والأكتاف . . . . . والمرافق . . . . .). أى الأجزاء أسفل الوسط يكون بإمكان كل منكم استخدامها لضرب الكرة لأعلى فى خط مستقيم؟ (الركبة . . . الفخذ . . . . . القدم . . . . .).

• والآن سأترك الحرية لكم كى تستخدموا أى جزء من أجسام الجسم كى تخطوا به الكرة حتى ارتفاع الرأس فقط. مستعدون؟ هيا نبدأ. . . هذا جيد. دعونى الآن أسئلكم ماذا غيرتموه كى تجعلوا الكرة تذهب حتى هذا المستوى المنخفض وهو مستوى الرأس؟ (مرجحة خلفية أقصر، متابعة أقل، أداء أبطأ، ربما عدم أخذ خطوة. ربما استخدموا بعض نماذج الضرب من أسفل).

• أريد من كل منكم خبط الكرة إلى أعلى ما يمكنكم تنفيذه وتشعروا بالفارق الذى قام الجسم بتنفيذه. هل مازلتم تخطون الكرة من أسفلها؟ (نعم) ما هى التغيرات التى أدخلتموها على أدائكم كى تجعلوا الكرة تذهب عالية.

• هل بإمكان أى منكم أن يجد طريقة يخبط بها الكرة مرتين بعنف؟ هيا نحاول ذلك مرة أخرى. ما هو الأمر الهام كى تستطيعوا تنفيذ ذلك؟ (النظر إلى الكرة، التحرك كى نكون أسفلها، نجعل الأيدي مستعدة . . . . .) هل بإمكان كل منكم أن يخبطها مرة باليد والمرة الثانية بجزء آخر من الجسم؟ (إننى أرى البعض يستخدم اليد والركبة . . . . .).

• الآن ارموا الكرة إلى الهواء وسوف نرى إذا ما كان بإمكانكم خبطها بقوة بينما هى ما زالت فوق الرأس. مستعدون هيا نبدأ. هذا جيد.

• ليحاول كل منكم أن يؤدى نفس الأداء السابق ولكن مع إضافة هى الوثب عاليا للقاء الكرة فوق الرأس لخبطها. هل تستطيعون ذلك؟

• هل بالإمكان أن تخطبوا الكرة في اتجاه أسفل؟ ما هو الجزء من الكرة الذى سوف تخطبونه؟ (قمة الكرة). ليحاول كل منكم استخدام جزء مختلف من الجسم لخطب الكرة في اتجاه أسفل. أننى أرى البعض يستخدم راحة يده. لنرى إذا ما كان بالإمكان خطب الكرة أعنف... ضربة ساحقة جيدة إلى الأرض!! استخدموا اليد الآن لخطب الكرة لأسفل بأسرع ما يكون. هل تعتقدوا ما أدبتموه سابقا يشبه الرمي من أعلى؟ (هذا يسمى ضرب بنموذج أعلى الرأس).

• لنرى إذا ما كان بإمكانكم عمل مباراة لأنفسكم بخطب الكرة إلى أسفل ثم بدون أن تمسكوها، أخطبوها لأعلى. هيا هل أنتم مستعدون الآن. لنجرب ذلك. خطبها لأسفل... خطبها لأعلى.

• (نظمى الأطفال فى مجموعات ثنائية أو أكثر فى مستوى الأقماع العالية أو المتوسطة. اجعليهم يحتفظوا بكرة بلاستيكية أو فلينية واحدة لكل مجموعة وأن يعيدوا الباقي إلى صندوق خزنها. يطلب من الأطفال أن يكون أحد أفراد المجموعة هو «الخابط» والطفل الآخر، أو الطفلين الآخرين «جامعى كرات». وعلى الطفل الخابط / الخابطة تنفيذ الخطب بقوة وسرعة. تجمع الكرات، ثم يستبدل الأطفال أماكنهم).

• (من المهم أن يكون مرورك من مجموعة إلى أخرى مركزاً على الأفكار للنماذج الأساسية للخطب، على سبيل المثال... هل تراقبون الكرة؟ تأكدوا من أنكم تأخذون خطوة خلال المرجحة... هل تميلون للخلف ثم تميلون عكسياً؟... هل تتابعوا الخطب بسرعة وقوة).

## سادسا: مستويات أداء راقية للتحدي

- (ارفعى الأقماع، وضعى بدلا منها شباك رد الكرات أو استخدمى بدلا منها الحائط، ثم قسمى الأطفال إلى مجموعات) هل وقف كل منكم خلف هذا الخط (حوالى من ٨ : ١٠ أقدام) لنرى إذا ما كان كل منكم يستطيع خبط الكرة إلى الشبكة. أى جزء من الكرة سوف تقومون بخبطه كى تجعلوها تسير باستقامة تجاه الشبكة؟ حينما ترتد الكرة مرة أخرى دعونا نرى إذا ما كان بإمكانكم الإمساك بها... أو حتى خبطها مرة أخرى.

## سابعاً: المراجعة

- أى جزء من الكرة تخبطونه إذا ما أردتم أن تسير الكرة مستقيمة لأعلى؟... وإذا ما أردتم أن تسير مستقيمة لأسفل؟... وإذا ما أردتم أن تسير مستقيمة أمامكم؟
- أى أجزاء الجسم تفضلون خبط الكرة به؟ لماذا تعتقدون أن الأسهل استخدام هذا الجزء فى الخبط.

## الدرس رقم (٢) من الوحدة الرابعة عشرة

أولاً : المفاهيم الحركية المستخدمة في الدرس

١ - المفاهيم الجديدة

توجيه السطح الضارب، تثبيت جزء الجسم أثناء الملامسة.

٢ - مفاهيم المراجعة

تزايد القوة، تطبيقات القوة، المتابعة، المستوى، الشدة، أجزاء الجسم، مواجهة، مضاد، ضرب.

ثانياً : النقاط الرئيسية التي يركز عليها الدرس

- هذا الدرس يعتبر استكمالاً للدروس السابقة.
- سوف تراجع بعض مبادئ وأساسيات الحركة، وسوف يتم التأكيد على أهمية مواجهة السطح الضارب في لحظة الملامسة.
- سوف يطبق الأطفال خبط الكرة للأمام وللخلف عبر الخط، وفوق شيء، وأخيراً فوق شبكة كرة طائرة في مباراة اسمها «احتفظوا بها عالياً».

ثالثاً : الأدوات المستخدمة والمساحات المطلوبة

- مساحة مناسبة كافية لتنفيذ النشاط لا يكون به إضاءة متدلية.
- كرة فلينية أو بلاستيكية لكل طفل.
- حبل قصير لكل زوج من الأطفال أو خط يتم تخطيطه بلون مميز.
- شبكة كرة طائرة وقائمين.
- كرات شاطئ كبيرة ملونة.
- خليط من الأدوات الصغيرة لخبطها بالكرة (مكعبات، صولجانات، أشكال هندسية، أحبال متأرجحة، شبك قصيرة) نوع واحد لكل طفل.

## رابعاً: التنظيم والإجراءات

توزع كرة بلاستيكية أو فليينية على كل طفل وينتشر كل منهم فى فراغ شخصى .

## خامساً: أنشطة التعلم

تبدأ فعاليات الدرس بأن توجه المعلمة/ الأخصائية حديثها للأطفال كما يلي:

- هل تتذكرون كيف تخبطون الكرة عالياً إلى الهواء؟ استخدموا ثلاثة أجزاء مختلفة على الأقل من الجسم لضرب الكرة أثناء الإحماء .
- حاولوا أن تضربوا فى مستوى متوسط . حاولوا أن تتذكروا الأمر الذى غيرتموه وكان سبباً أن تذهب الكرة إلى أعلى . هل بإمكان كل منكم أن يخبطها لأسفل؟ ماذا يشبه شعور استخدام قوة خفيفة فى خبط الكرة؟
- من باستطاعته خبط الكرة بعنف تجاه الأرض؟ أى جزء من الكرة تضربونه أثناء تنفيذ ذلك؟ هل بإمكانكم خبط الكرة أقوى بحيث ترتد إلى أعلى لترتفع فى الهواء؟ إلى أى ارتفاع بإمكانكم ردها من الأرض؟ أى نماذج استخدمتموها؟ هل هى الضرب من أسفل؟ (لا) . هل هى الضرب من أعلى؟ (نعم) .
- من يستطيع ضرب الكرة إلى الهواء ثم يدعها ترتد وبعد ذلك يضربها مرة أخرى؟ هيا اجعلوا القدمين مستعدين للحركة . تحركوا بسرعة كى تجعلوا الجسم تحت الكرة . هل بإمكان أى منكم استخدام اليد الأخرى أو جزء آخر مختلف من الجسم؟ دعونى أرى ذلك . . هل أنتم مستعدون؟ . . . الخ .
- حينما تريدون ضرب الكرة باليد مستقيمة إلى السماء، بأى طريقة تواجه راحة اليد الكرة عند خبطها؟ (مستقيمة لأعلى) لنحاول تنفيذ ذلك .

- حينما تريدون ضرب الكرة باليد مستقيمة إلى الأرض بقوة وسرعة، بأى طريقة تواجه راحة اليد الكرة؟ (تتجه لأسفل). حددوا أى اتجاه تريدون خبط الكرة إليه ووجهوا راحة اليد بالأسلوب المناسب لضربها. هل نفذتم؟ وهل التوجيه مناسب؟
- على كل منكم الآن أن يجد طريقة لخبط الكرة بكلتا اليدين فى نفس الوقت. كيف يكون بإمكان كل منكم أن يحتفظ بهما متجاورين؟ لنرى إذا ما كان بإمكانكم أرجحة كلتا الذراعين لأعلى خلال ضرب الكرة. هل تساعدكم الرجلين فى تنفيذ ذلك؟
- ماذا تشعر مفاصل الأيدي حينما تضربون الكرة بقوة وسرعة؟ حاولوا ذلك مرة أخرى وفكروا فى مفاصل اليدين. هل تشعرون بها قوية مشدودة أم مرتخية؟ (قوية ومشدودة) احتفظوا بمعاصمكم مشدودة هذه المرة واضربوا الكرة لأعلى باستخدام كلتا اليدين. هل ذهبت الكرة عاليا هذه المرة؟
- (قسمى الأطفال إلى ثنائيات واعطى لهم كرة واحدة. استخدمى خطوط الملاعب للمساعدة فى التطبيق أو اعطى كل ثنائى من الأطفال حبل قصير ليستعمل كخط فاصل. اجعلى كل طفل من الاثنى يقف على جانب من جانبي الحبل (الخط). يقوم كلا من الطفلين بضرب الكرة جيئة وذهابا بينهما. قد ترتد الكرات من الأرض خلال ضربها من الطفلين. لاحظى أنه يمكن استخدام كرة الشاطئ الكبيرة لضربها إلى الهواء. شجعى التعاون. لا تستخدمى احتساب النقاط).
- (استبدلى الأحبال بقطع الأدوات المختلفة والتي يجب أن توضع على الخط المنصف، حيث ستستخدم هذه الأدوات كنوع من أنواع «الشباك» كى يستخدمها الأطفال فى ضرب الكرة من فوقها. . . . خلال سيرك بين الأطفال تحدثى حول «أخذ الخطوة»، «مواجهة اليد للمكان المطلوب ذهاب الكرة إليه»، «ضرب المكان أو الجزء الصحيح من الكرة»، «تحريك القدمين كى تأخذوا المكان والوضع الصحيحين»).

## سادسا: مستويات أداء راقية للتحدي

• (قسمى الأطفال إلى فريقين، كل فريق على جانب من جانبي شبكة الكرة الطائرة. هذه اللعبة تسمى «احتفظوا بها عاليا». سوف تستخدم كرة الشاطئ الكبيرة الملونة وضربها في الهواء ويحاول الفريقين الاحتفاظ بها عاليا في الهواء. ربما يستخدم عدداً من الضربات قبل إرسالها إلى الجانب الآخر من الشبكة. لا تستخدم احتساب النقاط، وسيكون المرح الناتج عن ضرب الكرة لتمر فوق الشبكة كافياً لكافة الأطفال).

## سابعاً: المراجعة

- كيف يمكنك ضرب الكرة إلى السماء؟ وفي أي جزء من الكرة تضربها؟
- بأي طريقة توجه راحة اليد إذا ما أردت أن تذهب الكرة إلى أسفل في اتجاه الأرض؟
- هل من الضروري أن يكون مفصل اليد مشدوداً وقوياً أثناء ضرب الكرة؟ أم مرتخياً؟ ولماذا؟



شكل رقم ( ٣٥ )

تنظيف الكرة

## الدرس رقم (٣) من الوحدة الرابعة عشرة

### أولاً: المفاهيم الحركية المستخدمة في الدرس

#### ١ - المفاهيم الجديدة

دفع، تنطيط الكرة بيد، تنطيط في اتجاهات مختلفة، مستويات، مسارات حركية، إلخ.

#### ٢ - مفاهيم المراجعة

ضرب، أجزاء الجسم، أقسام إيقاع حركة الكرة، اتجاه، مستوى، مسار حركي، مهارات الانتقال.

### ثانياً: النقاط الرئيسية التي يركز عليها الدرس

- في هذا الدرس سوف يتم تعلم طريقة أخرى للتعامل مع الكرة وهي دفعها.
- تستخدم مهارة دفع الكرة في التنطيط باليد، والتمريرة الصدرية، والتمريرة المرتدة، والتصويبة الصدرية. . . . . إلخ في كرة السلة.
- صفع الكرة بسرعة هو أكثر الأخطاء الشائعة انتشاراً بين الأطفال الصغار بنين / بنات خلال محاولتهم تنطيط الكرة.
- مساعدة الطفل في أن يصبح واعياً للفرق بين ضرب الكرة ودفعها هي أهم نقطة تمكنه من أداءه لهذه المهارة بنجاح.

### ثالثاً: الأدوات المستخدمة والمساحات المطلوبة

- كرة ألعاب كبيرة الحجم لكل طفل.
- مساحة مناسبة ذات سطح صلب.
- بعض الأدوات لارتداد الكرة حولها، وفوقها، وحولها، وخلالها مثل: أقماع بلاستيكية عالية، أشكال هندسية، مكعبات فلينية، أحبال، إطارات مستديرة. . . إلخ.
- طوق بلاستيكي لكل طفلين (ثنائي).

## رابعاً: التنظيم والإجراءات

يجلس الأطفال فى منتصف المساحة المحددة للنشاط.

## خامساً: أنشطة التعلم

تبدأ فعاليات الدرس بأن توجه المعلمة / الأخصائية حديثها للأطفال كما يلى:

- هيا تصفق... صفقوا بأيديكم ١..... ٢..... ٣.....
- اخبطوا الأرض بأرجلكم ١..... ٢..... ٣..... اخبطوا الركبتين برفق ١..... ٢..... ٣..... الآن لندفع راحتنا اليدين معا. هل تشعرون بأنهما يدفعان بعضهما بعضا. لندفع ضد الأرض باليدين..... بالقدمين..... بأجزاء أخرى من الجسم.....

• هل هناك أى مشكلة وأنتم تدفعون؟

- (وزعى الكرات) ليضع كل منكم كرته على الأرض أمامه وإلى الجانب الأيمن، ثم يدك فوقها مع ملاحظة مواجهتها براحة اليد. استخدموا الأصابع المنحنية برفق وادفعوا الكرة باستقامة تجاه الأرض. حاولوا ذلك باليد الأخرى. والآن امسكوا الكرة وارفعوها فوق الفخذ. هل جربتكم دفع الكرة بأصابع اليد كما سبق فى اتجاه الفخذ؟

- ضعوا الكرة مرة أخرى على الأرض، ولنرى إذا ما كان باستطاعتكم ضربها فى قمته عدداً من المرات حتى تتردد لأعلى ولأسفل فوق الأرض. هل الضرب يبدو مختلف عن الدفع؟

- ليقف كل منكم لنرى إذا ما كان باستطاعة كل منكم دفع الكرة إلى الحائط. هل تصدر اليد أى صوت؟ الكرة سوف تصدر صوتا إذا ما ضربت إلى الأرض، لكن اليد إذا ما دفعت الكرة فإن ذلك سوف يتم فى هدوء تام.

• أى جزء من أذرعكم بإمكانه المساعدة فى الدفع؟ (الأصابع، والمعصم اليد، والمرفق، والكتف). ضعوا الكرة أسفل على الأرض مرة أخرى وادفعوا الكرة واشعروا بأصابعكم وهى تعمل. هل تشعرون بالمعصم ينثنى فى كل مرة تريدون فيها دفع الكرة؟ فكروا فى كافة أجزاء ذراعكم وأنتم تدفعون الكرة. إذا ما كنتم تساعدون فى دفع سيارة، هل ستستخدمون أصابعكم فقط؟ (لا).

• حاولوا أن تنظطوا الكرة باليد الأخرى وفكروا فى أجزاء الجسم التى يمكن أن تسهم فى دفعها. سنرى إذا ما كان بإمكان كل منكم رد الكرة من الأرض مرة بيد ومرة أخرى باليد العكسية. هل تشعرون بأن الركبتين ينثيا أثناء ردكم للكرة؟ حاولوا ذلك.

• من يستطيع تنظيط الكرة وأن يجعلها تأتى إلى مستوى الوسط؟ هل بإمكان كل منكم أن يجعلها ترتفع فقط إلى مستوى الركبة؟ هل بإمكانكم دفعها أقوى وجعلها تأتى لأعلى لمستوى الرأس؟ لكن حذارى من أن تذهب إلى الوجه. هل تجعلونى أرى كل منكم وقد نظط الكرة على نقطة واحدة فقط على الأرض؟ هل تستطيعوا تكرار ما سبق وفى ذات الوقت تدورون حول هذه النقطة أثناء تنظيطكم للكرة فى مسار دائرة؟ إلى أى مدى تستطيعون الاستمرار فى الدوران حول النقطة على الأرض أثناء تنظيطكم للكرة دون أن تفقدوها؟

• هل منكم من يستطيع أن يجد طريقة للتحرك للأمام وتنظيط الكرة باستقامة؟ أى جزء من الكرة تدفعونه لتجعلوا الكرة تسير للأمام؟ (قمتها) هل تشعرون أن اليد تذهب أماما فى كل مرة.

• هل بإمكانكم التحرك للخلف بالكرة وأنتم تنظطونها؟ عليكم الآن الاستكشاف للبحث عن اليد الأسهل لاستخدامها فى التحرك من

اليمين إلى اليسار والعكس..... هل بإمكان أى منكم تنطيط الكرة خمس مرات، ثم بعد ذلك العودة للجانب الآخر لتنفيذ خمس تنطيطات أخرى؟

• ماذا لو أنك تريد الدوران حول هذه المساحة فى الفراغ، هل بالإمكان أخذ الكرة معك؟ دعونا نحاول ذلك. مستعدون؟ لنبدأ.... وتوقف. امسكوا الكرات. ماذا غيرتموه كى تجعلوا الكرة تذهب معكم؟ (دفعها للأمام أكثر مع كل تنطيطة). لنحاول ذلك مرة أخرى ولنرى إذا ما كنتم تستطيعون استخدام أى مهارة انتقالية أخرى (القفز، وجرى الفرس، الحجل).

• (قسمى الأطفال إلى مجموعات ثنائية مع كل مجموعة كرة. واستبعدى الكرات الأخرى تجنباً للحوادث) هؤلاء الأطفال الذين يضعون الكرة فى صناديق خزنها من فضلكم هل أحضر كل منكم معه طوق بلاستيكى؟ ضع / ضعى الطوق بينك وبين الزميل / الزميلة. لنرى إذا ما كان بالإمكان رد الكرة بينك وبين الزميل / الزميلة شريطة أن يكون ذلك داخل الطوق. (اسمحي للأطفال بالوقوف قريبين من بعضهما بالمسافة التى تناسبهما فى أول الأمر) بأى طريقة يجب أن تنفذ اليد الدفع؟ (فى اتجاه الطوق). هل تشعرون بأن الأصابع، ورسغ اليد، والمرفق، والكتف تعمل؟ ما الذى استطعتم أن تفعلوه بالقدمين كى تحصلوا على اتزان أفضل ودفع أقوى؟ (خطوة للأمام فى الاتجاه المضاد تجاه الطوق).

### سادسا: مستويات أداء راقية للتحدى

(نظمى الأدوات المتنوعة بتوزيعها فى المساحة، وزعى على كل طفل كرة. اطلبى من الأطفال تنطيط الكرة فى مسارات حركية مختلفة وحينما يصل أى منهم إلى أداة من الأدوات المنتشرة فى المساحة المحددة

للنشاط . . . . . فإن عليه أن ينطط الكرة لترتد فوق هذه الأداة، أو يجعلها تذهب خلالها أو قد يكون بعضهم قادراً على التنطيط وردها من أسفلها).

**سابعاً: المراجعة:**

• ما هو الفارق الكبير بين تنطيط الكرة وبين ضربها؟