

الوحدة السادسة عشرة

الخطأ بآداة



obeikandi.com

## الوحدة السادسة عشرة الخط بأداة

### أولاً : المفاهيم الحركية المستخدمة في الوحدة

الخط بمضرب تنس خشبي، وجه المضرب، طول ذراع الأداة، خط كرة ثابتة وممرية أو مضروبة بالمضرب.

### 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

- تثبيت المعصم عند لحظة خط الكرة.
- الشعور بأن الذراع مفردة وطويلة لحظة خط الكرة.

#### ٢ - فيما يتعلق بدرجة الجسم

- خط كرة بالمضرب الخشبي.
- ضبط كرة لأعلى بأداة.
- خط كرة أرضية مباشرة.
- ضبط كرة عالية مباشرة.

#### ٣ - فيما يتعلق بالسيطرة على الجسم

- السيطرة على المعصم بحيث تكون مواجهة الكرة للأداة صحيحة.
- أداء قبضة صحيحة.

#### ٤ - فيما يتعلق بالتعاون مع الآخرين

- استخدام خطبات الأداة بأسلوب آمن وجيد.
- أخذ الدور في خط الأداة.

• السماح للأفراد بأداء الخطبات الخاطئة إلى الأهداف دون تدمير أو

توجيه ملامة إليهم.

0 - فيما يتعلق بمبادئ الحركة

• خبط الكرة بالأداة في الاتجاه المرغوب بمواجهة سطح المضرب

للهدف.

• تطابق القوة المنتجة مع جزء معين في الكرة مع المسار الحركي المطلوب.

• تزايد القوة من خلال المرجحة الخلفية، والمتابعة، والسرعة، وطول

المضرب، وشد العضلات خلال تنفيذ الخط.

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

• هذه الوحدة آخر وحدات البرنامج، وهي تقدم لنا الخبط بالمضرب الخشبي والمضرب المفلطح.

• لقد تم استخدام مبادئ الخبط في دروس سابقة في التعامل مع الكرة وركلها، لكن تطبيقاتها كانت مختلفة.

• نهنتكم باستكمال البرنامج ونتمنى أن تكونوا جميعا استنبطتم كثيراً من التطبيقات من أفكاركم الخاصة، فنحن متأكدون من ذلك.

• هيا وحظا حسناً في آخر الوحدات من هذا البرنامج.

**رابعا: نقاط يفت إليها نظر الأطفال**

• سوف تتعلمون أيها الأطفال في هذه الوحدة كيف تستخدمون المضارب الخشبية في تطبيقات مرحة وآمنة، أريد منكم ملاحظة تلك الطرق التي تجعل الكرة تطير عاليا بعيداً.

• على كل منكم أن يفكر في كيفية استخدامه للأدوات في التعامل مع الكرة بحيث تجعلونها تسير إلى المكان الذي تريدونه.

• إذا ما كنتم قد تعلمتم من قبل أى شىء عن ضرب الكرة باليد أو بالقدم، فسوف يساعدكم ذلك في خبط الكرة بالأداة.

• هذه آخر وحدة فى برنامجكم، نتمنى أن تكونوا تعلمتم الكثير من الأشياء.

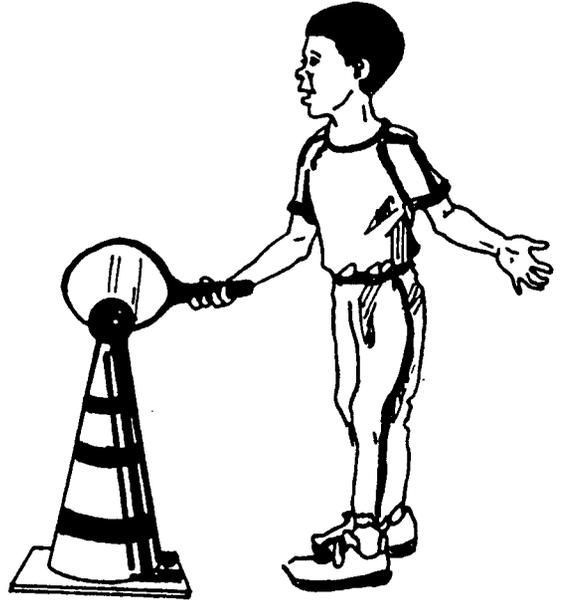
• تذكروا أن على كل منكم أن يطبق ما تعلمه، وأن يتدرب عليه حتى تتحسن مهاراتهم، وتشعرون بالسعادة والمرح.

### خامسا:مراجعة الوحدة

- هل بإمكانكم تسمية أدوات تستخدم فى خبط الكرات؟ (المضارب الخشبية، مضارب التنس، مضارب تنس الطاولة، المضارب المفلطحة).
- ماذا بإمكانكم أن تفعلوه كى تجعلوا الكرة تسير عالية وبعيدة؟
- ما هى الأفكار التى تعلمتموها حول خبط الكرة بأيديكم أو أقدامكم وترون أنها هى نفسها التى تستخدم فى الخبط بالمضرب؟



شكل رقم (٤٠)  
خبط البالون بأداة



شكل رقم ( ٤١ )  
التمويه لخبط الكرة (أمامية)  
بأداة من فوق حامل



شكل رقم ( ٤٢ )  
التمويه لخبط الكرة بأداة (خلفية)  
من فوق حامل

## الدرس رقم (١) من الوحدة السادسة عشرة

أولاً : المفاهيم الحركية المستخدمة في الدرس

١ - المفاهيم الجديدة

الخبط بالمضرب الخشبي، السطح الخابط مواجه، علاقة القوة بسطح الأداة. وجه المضرب.

٢ - مفاهيم المراجعة

خبط كرة اليد، توجيه سطح أداة تجاه هدف، جزء الكرة الذي يلامس، مستوى شدة، اتجاه، تزايد القوة، أجزاء مختلفة من الجسم.

ثانياً : النقاط الرئيسية التي يركز عليها الدرس

- هذا الدرس يوجه بشكل مباشر إلى الخبط بالمضرب بما يسهم في نقل القوة إلى باقى أجزاء الجسم.
- كلا الأطفال بنين / بنات ربما يوجد لديهم بعض المصاعب في استخدام المضرب نظراً لأنهم يمدون السطح الضارب من المضرب بصورة مغالى فيها بعيداً عن الجسم. لهذا فإنه كلما كانت ذراع المضرب قصيرة كلما كان ذلك أسهل بالنسبة للأطفال.

ثالثاً : الأدوات المستخدمة والمساحات المطلوبة

- مساحة كبيرة قد تكون مكشوفة، وقد تكون قاعة، مع مراعاة أن لاتكون بها إضاءة متدلية.
- كرة بلاستيكية لكل طفل.
- مضرب خشبي لكل طفل، وكذلك أداة أخرى مشابهة (يراعى الأمان والسلامة فى الاختيار).
- كرة تنس أو ما يشابهها لكل طفل.

## رابعاً: التنظيم والإجراءات

يوزع على كل طفل كرة بلاستيكية، ويطلب منهم الانتشار فى الفراغ.

## خامساً: أنشطة التعلم

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

• سننذ الإحماء اليوم من خلال التعرف على أجزاء الجسم المختلفة التى تستخدم فى خبط الكرة لأعلى. هل بإمكانكم خبط الكرة لأعلى؟ هيا دعونا نرى إذا ما كان بإمكانكم استخدام كلتا اليدين فى خبط الكرة لأعلى فى نفس الوقت.

• على كل منكم أن يتذكر طريقة يمكن من خلالها خبط الكرة إلى أسفل فى اتجاه الأرض. ارموا الكرة إلى الهواء ودعونا نرى إذا ما كان بإمكانكم خبطها من أعلى خلال سقوطها أسفل. هناك طريقة أخرى لتنفيذ ذلك وهى أن تضربوا الكرة ضربة ساحقة بيدكم. هيا نرى بأى قوة يكون بإمكانكم ردها من الأرض.

• لنرى إذا ما كان بإمكانكم ضرب الكرة إلى الهواء، ثم تتركوها ترتد من الأرض، ثم تضربوها مرة أخرى إلى الهواء. كم مرة تستطيعوا تنفيذ ذلك وأنتم تتحركون للأمام بشكل متتالى؟ تذكروا أنه من الضرورى الحفاظ على أن تحركوا القدمين تحت الكرة فى كل مرة.

• (اطلبي من الأطفال استبدال الكرة البلاستيكية بكرة التنس أو أى كرة مشابهة) سوف يكون أمراً هاماً أن تحتفظوا بكرة التنس الخاصة بكل منكم فى الفراغ الشخصى الخاص. على كل منكم الانتباه جيداً والملاحظة قبل التحرك إلى فراغات أفراد آخرين وأنتم تتابعون كرتكم الخاصة، حيث ربما لا يكونوا متبهين وأنتم تتجهون نحوهم (الأمن والسلامة).

• هذا الجزء الذى تستخدمونه فى خبط الكرة يسمى وجه المضرب، أو السطح الضارب. إليكم الآن أحد الأسئلة البسيطة وهو... إلى أى اتجاه نوجه وجه المضرب إذا ما أردتم أن تذهب الكرة إلى الأسفل؟

• على كل منكم أن يمكس بمضرب.

• هيا نرى كم مرة تستطيعون خبط الكرة بشكل متالى دون أن تجعلوها تخبط الأرض؟ ما هو أول شىء يجب أن تفعلوه إذا ما أردتم أن تجيدوا هذا الأداء؟ (النظر إلى الكرة). والشىء الثانى الذى يجب أن تفعلوه هو تحريك القدمين بسرعة. ماذا يجب أن يكون عليه وضع المضرب؟ (نمده للأمام ونجعله مواجهها لأعلى!!).

• فى هذه المرة على كل منكم أن يخبط الكرة لأعلى ارتفاع يستطيع كل منكم الوصول إليه. ما الذى يساعدكم فى خبط الكرة لأعلى ارتفاع؟ (الأرجحة للخلف، المتابعة، الحركة السريعة، شد الرسغ). لنرى إذا ما كان الذراع طويلا وأكثر امتداداً خلال أدائكم للمرجحة، وبذل قوة أكبر. (لا تشجعى حركة المرفق المحدودة). نعم، اجعلوا الذراع طويلة خلال إخراجكم للقوة الكبيرة!!

• الآن استبدلوا مضاربكم بشىء آخر مختلف إلى أى مسافة أمامية يكون بإمكان كل منكم ضبط الكرة إليها؟ هل تستخدمون ذراع طويلة لتحقيق أرجحة جيدة للذراع؟

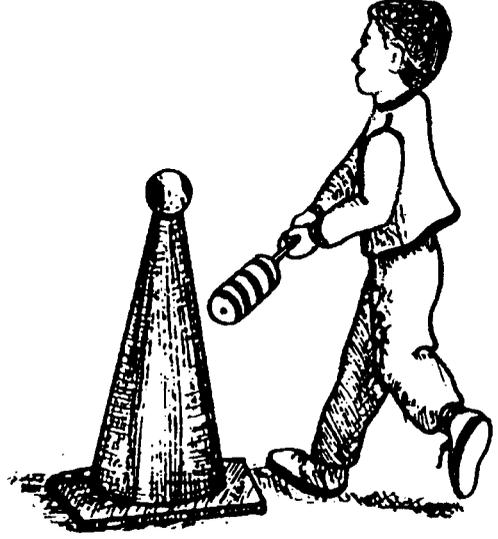
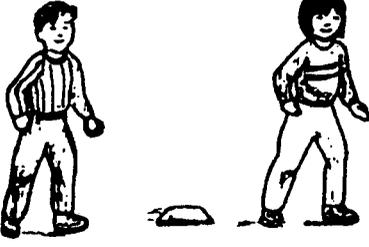
• دعونا نفكر فى الخبط بالأداة أعلى الرأس. هل بإمكان كل منكم أن يرمى الكرة فوق رأسه تماما ثم بعد ذلك يخبطها بقوة وهى عالية فوق؟ هل تعتقدوا بأن الذراع تتأرجح كما فى حالة الخبط أعلى اليد؟ هل هى تشبهها؟ لا تنسوا القبض على المضرب بقوة أثناء خبطكم للكرة.

## سادسا: مستويات أداء راقية للتحدي

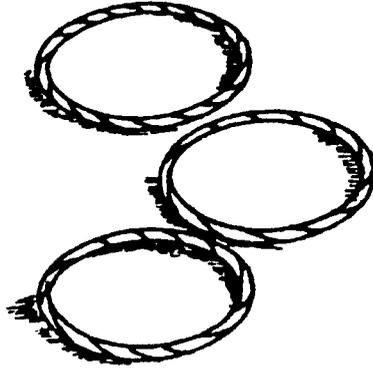
- سوف يؤدي كل منكم اللعبة بمفرده باستخدام مضرب واحد وكرة واحدة. سوف نرى إذا ما كان بإمكانكم خبط الكرة إلى مستوى عال، ثم بعد ذلك خبطها في مستوى منخفض، ثم بعد ذلك في مستوى مرتفع مرة أخرى.... مستعدين. هيا لنبدأ.
- والآن ليحاول كل منكم خبط الكرة بطريقة مستمرة لأعلى أثناء تقدمه للأمام، وللخلف وللجانب.... وأثناء قيامكم بالجلوس.... وأنتم جالسون... هل بإمكانكم النهوض وأنتم مستمرين في خبط الكرة..

## سابعا: المراجعة

- ماذا يسمى هذا الجزء من مضاربكم؟ (أشيرى إلى وجه المضرب)
- أى اتجاه يجب أن توجهوا إليه وجه المضرب إذا ما أردتم أن تذهب الكرة لأسفل؟ (لأسفل).
- أين يجب أن تنظروا إذا ما أردتم ضرب الكرة بقوة؟ (النظر إلى الكرة).



شكل رقم ( ٤٣ )  
خبط الكرة بأداة لمسافة



شكل رقم ( ٤٤ )  
خبط الكرة بأداة  
طويلة للدقة

## الدرس رقم (٢) من الوحدة السادسة عشرة

أولاً : المفاهيم الحركية المستخدمة في الدرس

١ - المفاهيم الجديدة

استخدام المضرب في خبط كرة، خبط كرة ثابتة فوق قاعدة، القبضة الأرجحة .

٢ - مفاهيم المراجعة

الخبط بمضرب مفلطح مستطيل، مواجهة، وجه المضرب، تزايد القوة، أخذ خطوة في الاتجاه المضاد، ميل الجذع، الاحتفاظ بالعين على الكرة .

ثانياً : النقاط الرئيسية التي يركز عليها الدرس

- مراجعة مختصرة لخبط الكرة بالمضرب سوف تعد الأطفال لأداء اللعبة البسيطة «فوق الخط» بينهم وبين بعضهم .
- يجب تشجيع الأطفال على أخذ خطوة للخارج وتنفيذ أرجحة الذراع، لأن خلال إثارة فعاليات اللعبة سوف ينسوا أحيانا طريقة الأداء الصحيحة وما يجب أن تفعلوه .
- بعد تنفيذ اللعبة بعدد مختلف من الأدوات فسوف يتم تقديم الخبط والكرة ثابتة .

ثالثاً : الأدوات المستخدمة والمساحات المطلوبة

- مساحة كبيرة مناسبة لعدد الأطفال للأداء بالمضارب الخشبية .
- مساحة كبيرة طويلة لتطبيقات خبط الكرة .
- مضارب مستطيلة مفلطحة ذات مقبض يفضل أن تكون من البلاستيك بحيث يزيد عددها عن نصف عدد أطفال الفصل .

- عدد من الأقماع متوسطة الارتفاع وتناسب فى ارتفاعها فى ذات الوقت مع أحوال الأطفال لتوضع عليها الكرة لخطبها ويتساوى عددها مع المضارب البلاستيكية المفلطحة .
- كرة بلاستيكية أو فلينية لكل طفل .
- كرة صغيرة لتستخدم مع المضارب الخشبية .
- حبل قصير لكل زوج من الأطفال (أو خط قصير لكل زوج من الأطفال بحيث يتم التنسيق بين فراغات الخطوط) .

#### رابعاً : التنظيم والإجراءات

يطلب من الأطفال الجلوس فى مجموعة فى أحد جوانب المساحة المحددة للنشاط بعد أن يأخذ كل منهم مضرب خشبي وكرة .

#### خامساً : أنشطة التعلم

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

- فى الدرس الأخير طبقتم خبط الكرة بالمضارب الخشبية، وذلك من خلال خبط الكرة لأعلى وخطبها لأسفل، مباشرة فى اتجاه السماء، وفى اتجاه الأرض . ما هى بعض الأشياء التى تتذكرونها حول الخبط والتى تساعدكم فى أن تؤدوه بشكل جيد؟ (النظر إلى الكرة عند محاولة خطبها، تحريك القدمين كى نكون تحتها، . . . . . إلخ) .
- والآن . . . على كل منكم أن يجد لنفسه فراغا شخصيا، ثم يبدأ فى التطبيق . هل بإمكان كل منكم أن يخبط الكرة بالقوة المناسبة؟ هذا حسن . . . كيف يكون بإمكانكم خطبها بأقصى قوة؟ . . . هذا حسن أيضا . لنرى إذا ما كان بإمكان كل منكم أن يخبطها ثلاث مرات بصورة متتالية . . . . . إلخ .

- هل بإمكان كل منكم أن يجد زميل / زميلة وأن يجلسا؟ هل بإمكانك يا «ثناء» أن تأخذى جبل وثب، وأن تفرديه على استقامته على هيئة خط . «زياد» تعالى أنت وقف فى هذا الجانب من الجبل، وستقف «ثناء» فى الجانب الآخر. ولنرى إذا ما كان بإمكانكما معا أن تجدا طريقة لخبط الكرة للأمام وللخلف فيما بينكما عبر الجبل . (قد يلجأ الطفلين إلى أن يمسكا بالكرة أثناء الأداء بعد تنفيذهم بعض من تبادلها فيما بينهما، لذا عليكى بتعريفهم أن بإمكانهما السماح للكرة بأن تسقط على الأرض، أو أن يخبطونها مباشرة فى الهواء دون أن تسقط) . . . هل رأيتم . . . على كل ثنائى من الأطفال أن يستعد الآن لأخذ جبل، واختيار فراغ كاف . . . هل أنتم مستعدون الآن . . . هيا نبداً.
- (ليس هناك قواعد لهذه اللعبة، فاسمحي للأطفال بأن يلعبوا فى ثنائيات بالطريقة التى تناسب كل ثنائى . أو أن تحورى الثنائيات بعد ذلك إلى مجموعات . الشئ الهام والأساسى هو أن هذه التطبيقات خاصة بخبط الكرة التى هى أصلاً مخطوة إليك) .
- اجعلى اللعب يستمر ما بين ٤ : ٥ دقائق .
- (اطلبى من الأطفال أن يضعوا بعيداً كافة الأدوات إلى الجانب وفى مكان آمن، ثم يأتوا ليجلسوا . وزعى الأقماع التى ستستخدم كقواعد فى التطبيقات التالية، اطلبى أن يأخذ كل منهم مضرب بلاستيكى مستطيل ثم قدمى نموذج لخبط الكرة وهى فوق القمع البلاستيكى) .
- ليتخيل كل منكم أنى أريد خبط الكرة بالمضرب إليكم، فهل أقف خلف القمع (قاعدة الكرة لأواجهكم بشكل مباشر؟) (لا، إنما يجب أن تقضى بالجانب) . خبط الكرة وهى ثابتة فوق هذه القاعدة كذلك، إذ يجب أن أقف بالجانب إلى الهدف، حيث يكون على أن ألق بكل وزن جسمى ليقع على القدم الخلفية ثم بعد ذلك اللف العسكى تجاه الهدف خلال أخذى للخطوة .

- هل تتذكرون كيفية القبض على المضرب (كلتا اليدين معا فى نهاية المقبض على أن تكون اليد المسيطرة هى الأعلى). على أى مسافة يجب على أن أقف بالقرب من القاعدة؟ (القمع). ليس قريبا جداً لأنكم تريدون لذراع كل منكم أن يفرد للخارج خلال خبط الكرة. هيا نحاول مراجعة ذلك بالقبض على المضرب بالقرب من الكرة فوق القاعدة، ثم نحرك المضرب للخلف حتى تصيح الذراع مستقيمة. تأكدوا من أنكم تقبضون على المضارب بحيث تصل إلى مستوى أعلى من الكتف بينما أنتم تنظرون إلى الكرة.
- إذن أنتم تنظرون إلى الكرة الآن. هيا ليأخذ كل منكم الأرجحة الخلفية، وخطوة فى اتجاه القاعدة (القمع)، ودوران عكسى، وأرجحة للمضرب. هل كان بإمكان كل منكم أن يوقف حركة المضرب قبل خبط الكرة مباشرة؟ الآن أعتقد أنكم مستعدون... هيا نبدأ... هذا جيد.
- (قسمى الأطفال إلى ثنائيات أو إلى أقل عدد ممكن بحيث يكون مناسباً مع عدد القواعد، ومن الأهمية ملاحظة أن لا يحاول أى طفل أن يمسك بالكرة المخبوظة للأمان والسلام. اسمحى بأن يخبط كل طفل الكرة لعدد مناسب من المرات مع مراعاة الاستبدال بعد كل خبطة).
- (اطلبى من الأطفال جمع الأدوات فى صناديق خزنها).

### سادساً: المراجعة

- حينما تكونوا مستعدين لخبط الكرة فوق قاعدة، أى الاتجاهات التى يجب أن يتخذها الجسم؟
- على مسافة من الكرة يجب أن تقفوا؟ كيف يكون بإمكانكم قياس تلك المسافة؟
- هل يجب أن تكون اليدان متلاصقتين أم يجب أن يكونا بعيداً عن بعضهما خلال القبض على المضرب؟ أى من القبضتين يجب أن تكون هى الأعلى؟ (اليد المسيطرة).

## الدرس رقم (٣) من الوحدة السادسة عشرة

### أولاً: المفاهيم الحركية المستخدمة في الدرس

#### ١ - المفاهيم الجديدة

خبط كرة مخبوظة من قاعدة، استقبال.

#### ٢ - مفاهيم المراجعة

خبط كرة ثابتة فوق قاعدة، العمل مع كفريق، مواجهة، مستوى، تثبيت أجزاء الجسم، متابعة، نقطة مقصودة، ضربة من أعلى اليد، الإمساك بالكرة.

### ثانياً: النقاط الرئيسية التي يركز عليها الدرس

- هذا هو الدرس الأخير في البرنامج حيث تتم مراجعة القبض، وأرجحة الأداة الخابطة، ثم بعد ذلك تطبيق أكثر الأفكار شيوعاً وهي مواجهة وجه الأداة الخابطة، وتثبيت أجزاء الجسم الملتحمة مع الكرة، . . . . إلخ.
- قد يكون بعض الأطفال لديهم المقدرة على خبط كرة مخبوظة أصلاً من قاعدة.

### ثالثاً: الأدوات المستخدمة والمساحات المطلوبة

- مساحة كبيرة مناسبة للخبط من على قاعدة بأمان.
- مضارب بلاستيكية مسطحة مستطيلة أو قد يتم الاستعاضة عنها بمضارب خشبية لكن يجب مراعاة الأمان على أن يكون عددها مضرب لكل ٣ : ٤ أطفال.
- عدد مناسب من الأقماع لوضع الكرة عليها لخبطها ومن الممكن قمع لكل ٣ : ٤ أطفال.
- شباك، وكرات، شبكة لكل ٣ : ٤ أطفال.
- زجاجتان بلاستيكيتان لكل ٦ : ٨ أفراد.

## رابعاً: التنظيم والإجراءات

يطلب من الأطفال الانتشار في المساحة المخصصة للنشاط .

## خامساً: أنشطة التعلم

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

- هيا نؤدى إحماءً مناسباً لأقدامنا ومفاصلها بلفها يمينا ويساراً وشدها... والآن لنرفع أحد الكعبين وعندما يهبط ترفع الآخر... أسرع قليلاً... والآن لنرفع الركبتين... ونجرب فى المكان... والآن نميل للأمام ونجرب برفق فى كل الفراغ الكبير. توقفوا! دعونا نبدأ مرة أخرى... ارفعوا كعب... ثم الآخر... وهكذا.
- هيا تعالوا إلى هنا واجلسوا بالقرب من منطقة القواعد (الأقماع). إلى أى مسافة يجب أن تبتعدوا إذا ما وقف أحد الأفراد هنا وأرجح مضربه؟ (مناقشة). ما الذى ستفعلونه إذا ما ذهبت الكرة التى تستعملونها بالقرب من خابط آخر؟ هل ستجرون لتأخذوها؟ (لا... بل يجب الانتظار حتى يعرف هؤلاء أننى أحتاج للتقاط كرتى وذلك قبل أن أذهب لمناطق أداء الخاطبين). تأكدوا من أن كل منكم لا يجب عليه أن يأتى بالقرب من خابط من الخلف لأنه / لأنها قد تكون فى حالة تنفيذ لخطبة.
- دعونا نفكر فيما تعلمناه حول خبط الكرة فوق قاعدة (قمع) فى آخر درس. تخيلوا أنى سأخبط الكرة. كيف يجب أن أقبض على المضرب؟ على أى مسافة من القاعدة (القمع) يجب أن أقف؟ أين يجب أن أنظر؟ أى اتجاه يجب على جسمى أى يواجه؟ بينما أكون مستعدة للأرجحة ماذا يجب أن أفعله بالمضرب؟ (أقبض عليه فوق كتنفى على جانب اليد الخاطبة). ثم بعد ذلك ألف، واحتفظ بالنظر إلى الكرة طوال الوقت، ثم بعد ذلك آخذ خطوة للخارج فى اتجاه وألف لأخبط الكرة.

• (قسمى الفصل إلى مجموعات من ٣ : ٤ أطفال ثم وجهى كل مجموعة إلى القاعدة الخاصة بها، مع ملاحظة أن تأخذ كل مجموعة مضرب مسطح بلاستيكي، فإن على كل منهم أن يخبط الكرة ثم يتبادل مكانه مع أحد زملاء المجموعة المتشربين).

• (تحركى بين المجموعات واعطى للأطفال أفكاراً يمكن أن تسهم فى الأداء الجيد. ثم بعد أن يمر الأطفال على كل من الميدان والقاعدة، اطلبى منهم التجمع مرة أخرى).

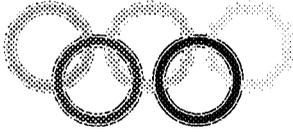
• أى جزء من المضرب يحب أن يضرب الكرة؟ (وجه السطح المفلطح من المضرب) أى طريقة يجب أن تمسكوا بها المضرب إذا ما أردتم للكرة أن تسير عالياً إلى الهواء؟ (وجه المضرب يجب أن يتوجه لأعلى فى زاوية). بأى طريقة يجب أن تقبضوا على المضرب حتى يمكن أن تسير الكرة فى مستوى متوسط؟ (مستقيم).

• فى اللحظة التى يخبط فيها المضرب الكرة ماذا يجب أن يكون عليه معصم اليد؟ هل تتذكرون ما فعلتوه مع مفصل القدم بينما أنتم تركلون الكرة؟ (يجب شد مفصل القدم وأن يكون قويا). لنرى إذا ما كان بإمكانكم أن تجعلوا معاصمكم قوية ومشدودة خلال ضربكم للكرة، ثم بعد ذلك نفذوا المتابعة.

• (قد يكون من الأفضل العمل على عودة الأطفال الأصغر سناً إلى أماكنهم لتطبيق الخبط من القاعدة. أما الأطفال الأكبر سناً فقد يكونوا مع الكرات المخبوظة. نظمى شبك رد الكرات، وكونى مجموعات للتطبيق. ربما يكون عليكى الانتقال من مجموعة إلى أخرى).

### سادساً: المراجعة

• ماذا يجب أن تفعلوا بأجسامكم كى يكون فى مقدوركم ضبط الكرة بقوة وبسرعة.



## قائمة المراجع

# المراجع العربية والمراجع الأجنبية

### أولا : المراجع العربية:

- ١ - تينا بروس (١٩٩٢). أسس التعليم فى الطفولة المبكرة: ترجمة ممدوحة سلامة، بيروت، دار الشروق.
- ٢ - سوزانا ميلر (١٩٧٤). سيكولوجية اللعب: ترجمة رمزى يسى، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- ٣ - فاروق السيد عثمان (١٩٩٥). سيكولوجية اللعب والتعلم: القاهرة، دار المعارف.
- ٤ - مفتى إبراهيم حماد (١٩٩٨). التربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والابتدائية، مؤسسة مختار.
- ٥ - هدى الناشف (١٩٨٩). رياضة الأطفال: القاهرة دار الفكر العربى.
- ٦ - هدى محمد قناوى (١٩٩٢). الطفل وسيكولوجية اللعب: القاهرة، الأنجلو المصرية.
- ٧ - هدى محمد قناوى (١٩٩٣). الطفل ورياض الأطفال: القاهرة، الأنجلو المصرية.

### ثانيا : المراجع الأجنبية:

- 8 - Clement, R. Schiemen,s (1993) let's move let's play: Developmentally appropriate movement and classroom activities for preschool. Washington, USA.
- 9 - Gallahue, D (1989) Under standing motor development: USA.

- 10 - Graham, G. et al (1987) children Moving: A teacher's Guide to developing a successful Physical Education program. Mountain. Mayfield.
- 11 - Graham, G (1987). Motor Skills aquisition : an essintial goal of physical education program. Journal of physical Education, Recreation and Dance 58, 44 - 48.
- 12 - Hammett, C. (1992) Movement activities for early childhood: Champaing Human kinetics.
- 13 - Hanson, K.et al (1977). Education children for Movement Hawaii - USA.
- 14 - Pica, R. (1990). Preschoolers moving and learning : Human Kinetics.
- 15 - Pica, R. (1990) let's move and learn : champaign, Human Kinetics.
- 16 - Rockett, S. Owens, M (1977) Every child A Winner : Lesson Plans I . Gorgia.
- 17 - Sandrs, S (1990) Development a movement program for young children : Human Kinetics.
- 18 - Stephen W. (1992). Designing Preschool Movement Programes : Human Kinetics.
- 19 - U.S Department of Education (1982) Leap and Dounds : Hawaii. USA.

تم بحمد الله وتوفيقه ،،،

---

رقم الإيداع

٢٠٠٠ / ٣٧٣٢

I.S.B.N.

977 - 294 - 182 - 1

---

مطابع أمون

٤ الفيروز من ش إسماعيل أباطة

لاظوغلى - القاهرة

تليفون : ٢٥٤٤٥١٧ - ٢٥٤٤٢٥٦