المملكة المغربية
وزارة التربية الوطنية
والتعليم الأولي والرياضة

ⵜⴰⴳⵍⴷⵉⵜ ⵏ ⵍⵎⵖⵔⵉⴱ
ⵜⴰⵎⴰⵡⴰⵙⵜ ⵏ ⵜⵙⴳⵎⵉ ⴰⵏⴰⵎⵓⵔ
ⴷ ⵓⵙⵙⵏⵎⵔ ⴰⵎⴰⵡⴰⵙ ⴷ ⵜⵣⵣⵉⵜ

دليل
الأنشطة الحركية
بسلك التعليم الابتدائي

المملكة المغربية
وزارة التربية الوطنية
والتعليم الأولي والرياضة

ⵜⴰⴳⵍⴷⵉⵜ ⵏ ⵍⵎⵖⵔⵉⴱ
ⵜⴰⵎⴰⵡⴰⵙⵜ ⵏ ⵓⵙⴳⵎⵉ ⴰⵏⴰⵎⵓ
ⴷ ⴰⵙⵙⵏⵎⵔⴷ ⴰⵎⴰⵡⴰⵙ ⴷ ⵜⵓⵔⵉⵜ

دليل
الأنشطة الحركية
بسلك التعليم الابتدائي

شتنبر 2022

مقدمة

تندرج صياغة هذا الدليل ضمن توجهات وزارة التربية الوطنية و التعليم الأولي والرياضة الرامية إلى إقامة نموذج بيداغوجي قوامه التنوع والانفتاح والنجاعة والابتكار، مما يتطلب بذْل مجهودات على صعيد تطوير البرامج والمقاربات البيداغوجية والتدريسية، ووسائل التعليم، وطرق التقويم، وكذا البيئة المدرسية وإدماج الأنشطة غير الصفية. ويهدف هذا الدليل إلى التربية على القيم باعتبارها رافعة أساسية لتنمية و تأهيل الرأسمال البشري[1] وما يتطلبه ذلك من تربية على المهارات الحياتية وتفعيلها داخل المجال المدرسي.

تأسيسا على ذلك، وحتى ينال المتعلمات والمتعلمون بسلك التعليم الابتدائي فرصة حقيقية في ممارسة الأنشطة الحركية، بات من الضروري توفير عدة بيداغوجية متكاملة الأركان، توضع رهن إشارة أستاذات وأساتذة التعليم الابتدائي ومنشطات ومنشطي المراكز الرياضية للاستئناس بها، كما يتم اعتماد محتوياتها كإطار للاشتغال يوجه عمل المدرس(ة) ويساعده(ا) على التمكن من المادة المعرفية - العملية اللازمة لبناء حصة تعليمية تعلمية أو لتوفير محتوى تنشيط رياضي تماشيا مع التوجيهات التربوية الخاصة بمادة التربية البدنية والرياضية بالسلك الابتدائي.

في هذا السياق، وبالنظر لما تكتسيه حصة الأنشطة الحركية بالتعليم الابتدائي وما يوازيها على مستوى التنشيط الرياضي بالمراكز الرياضية بالتعليم الابتدائي من أهمية قصوى في المساهمة في بناء شخصية المتعلم وجعله أكثر ثقة بنفسه، وتحسين قدرته على التكيف مع تغيرات البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، وتطوير توجهاته لبناء أنماط سلوكية سليمة وتمَلُك المواقف الإيجابية تجاه الذات والآخر والمحيط، أضحى من الضروري تحيين دليل تدريس مادة التربية البدنية والرياضية بهذا السلك التعليمي، بما ينسجم وأهداف مشروع «تطوير النموذج البيداغوجي» عموما.

من أجل ذلك، يتضمن دليل الأنشطة الحركية مجموعة من الأنشطة الحركية على شكل ألعاب ووضعيات تعلمية، من شأنها ان تساهم في إرساء الموارد المرتبطة بالكفايات المستهدفة الخاصة بكل مستوى دراسي وبكل مرحلة.

تنظم هذه الألعاب والوضعيات التعليمية في ستة محاور كبرى تراعي مبدئي الاستمرارية والتدرج في التعلمات، وهي:

1. التنقل بإيقاعات مختلفة؛
2. رمي وتصويب أداة؛
3. التعاون والمواجهة؛
4. القفز وتخطي الحواجز؛
5. التركيز وسرعة رد الفعل؛
6. التعبير الجسدي والتوازن الحركي.

(1): المجلس الأعلى للتربية والتكوين والبحث العلمي، التربية على القيم بالمنظومة الوطنية للتربية والتكوين والبحث العلمي، تقرير رقم 1/17، يناير 2017

تعتمد المحاور الستة في عمقها على اللعب كمدخل أساسي لإنماء الكفايات لدى المتعلمين على المستوى الحركي والنفسي والفكري والاجتماعي، في انسجام تام مع مستوى النمو الحركي والسيكولوجي للمتعلم(ة) بالسلك الإبتدائي.

وعليه فقد تم العمل على مراجعة شمولية وجدرية لدليل الألعاب الذي تم إنتاجه في وقت سابق، باستحضار ملاحظات مختلف الفاعلين الميدانيين من أساتذة ومؤطرين تربويين، أخذا بعين الاعتبار المستجدات الخاصة بالتعليم الأولي من منهاج تربوي و إصدار الدليل الخاص بألعاب التربية الحركية. إذ تمت صياغته بطريقة تمكن من:

- خلق فرص لإنماء الكفايات الحركية؛
- خلق دينامية إيجابية تسهل عملية التواصل والتعاون بين المتعلمين؛
- استيعاب واحترام التعليمات والضوابط المنظمة للألعاب؛
- ترسيخ المبادئ والقيم الأساسية التي ترتكز عليها المنظومة التربوية؛
- ترسيخ الإحساس بالانتماء إلى المجموعة والقسم، وتعزيز حب المدرسة، ودعم فرص التربية على المهارات الحياتية والمواطنة لدى المتعلمين، التي تجسدها وضعيات التعلم بمادة التربية البدنية والنشاط الرياضي بشكل فعلي وعملي.

أخذا بعين الاعتبار كون ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية حاجة بيولوجية وحقا من حقوق المتعلم(ة)، لا تقتصر على إكسابه مواردا مختلفة ومتنوعة فحسب، بل تساعده على تحويلها وربطها بموارد المواد التعليمية الأخرى كالحساب، والقياس، والقراءة، الخ. لذلك، وجب تظافر جهود جميع المتدخلين في الحقل التربوي للحيلولة دون حرمان المتعلمات والمتعلمين بسلك التعليم الابتدائي من حصص التربية البدنية والرياضية، والعمل على استغلال الفضاءات والتجهيزات المتوفرة بالمؤسسات التعليمية، ولو كانت بسيطة، لإتاحة الفرصة للمتعلم(ة) كي يعيش تجربة حركية غنية ومتنوعة مع زملائه وأقرانه.

لتسهيل استثمار الدليل من طرف أستاذات وأساتذة التعليم الابتدائي ومنشطي المراكز الرياضية، تم اتباع منهجية واضحة تعتمد تنظيما بيداغوجيا ملائما لمجموعة القسم، يروم تكوين مجموعات متجانسة، يمكن تغيير معالمها حسب الحاجة والضرورة لإذكاء الحس الجماعي وبث روح المساواة بين الجنسين؛ مع السعي وراء إدماج المتعلمات والمتعلمين في وضعية إعاقة آخذين بعين الاعتبار قدراتهم الحركية واستحضار تشخيص الطبيب المختص في هذا المجال. كما يُوَجّهُ الدليل اختيارالأستاذات والأساتذة للأدوات التعليمية وللعدة الديداكتيكية المناسبَة لبناء وضعيات التعلم وإنجاحها.

ومراعاة لمبدأي التكامل والانسجام مع مضامين دليل ألعاب التربية الحركية بالتعليم الأولي، تم اعتماد وضعيات اللعب كمدخل لإنماء مختلف الكفايات على شكل جذاذات مبسطة مكونة من العناصر التالية:

- **العنوان:**

تعبير يحيل على رمزية اللعبة في علاقتها بثقافة المتعلم المقتبسة من الواقع اليومي مما يعطي معنى للتعلمات و بالتالي يسهل عملية الاستثمار والتحويل من وضعية تعلمية إلى وضعية في الحياة اليومية المعاشة.

- **الهدف التربوي للوضعية:**

يحيل على البعد التربوي للتعلمات في ارتباط وثيق مع مدلول اللعبة المقترحة وفي هذا الصدد حاولنا صياغة الهدف بشكل يستدمج الجوانب المعرفية والسلوكية والمهاراتية مع التركيز على أهمية المهارات الحياتية الميسرة للتعلمات من قبيل التعاون والمشاركة والإبداع والتواصل، إلخ.

- **توصيف الوضعية:**

شرح يعطي فكرة تفصيلية توجه عمل المدرس أو المنشط بشكل يستجيب لمتطلبات الإنجاز. ونظراً للغنى الذي تحمله كل وضعية في طياتها من تفاعلات وامتدادات فلا يمكن حصرها في توصيف موجز ومحدود، بل ينبغي تعزيز المردودية الناتجة عن إنجازها عبر إحداث التعديلات اللازمة وإغناءها بالبدائل الديداكتيكية الملائمة للارتقاء بمستوى المتعلمات والمتعلمين.

- **المعدات:**

تتكون المعدات من الحد الأدنى مما ينبغي توفيره من أدوات ديداكتيكية التي من شأنها أن تساعد على بناء الوضعية وتأتيتها وفق المتطلبات البيداغوجية والديداكتيكية في احترام تام لمعايير سلامة المتعلمين. ويمكن في هذا الإطار إنتاج معدات تربوية من إبداع المتعلمات والمتعلمين وبتأطير من مدرسيهم حيث يمكن أن تشكل موضوع درس في مادة التربية الفنية في إطار تقاطع وتكامل المواد التعليمية.

- **متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:**

إرشادات تمكن من تبسيط اللعبة أو تعقيدها أو إثراءها بغية إذكاء التشويق والتحفيز لدى المتعلمات والمتعلمين. ولتحقيق ذلك يمكن للأستاذ أن يحدث تغييرا على المعدات أو مساحة اللعب أو عدد المتبارين أو قانون اللعبة، إلخ.

- **السند التوضيحي:**

رسم يقرب الأستاذ(ة) من محتوى اللعبة عبر توضيح التنظيم المادي والبشري المنتظر. وهو بذلك أداة تكميلية للتوصيف الكتابي للعبة في إحدى مراحلها. كما يمكن للأستاذ الاستعانة به خلال شرحه لمحتويات اللعبة.

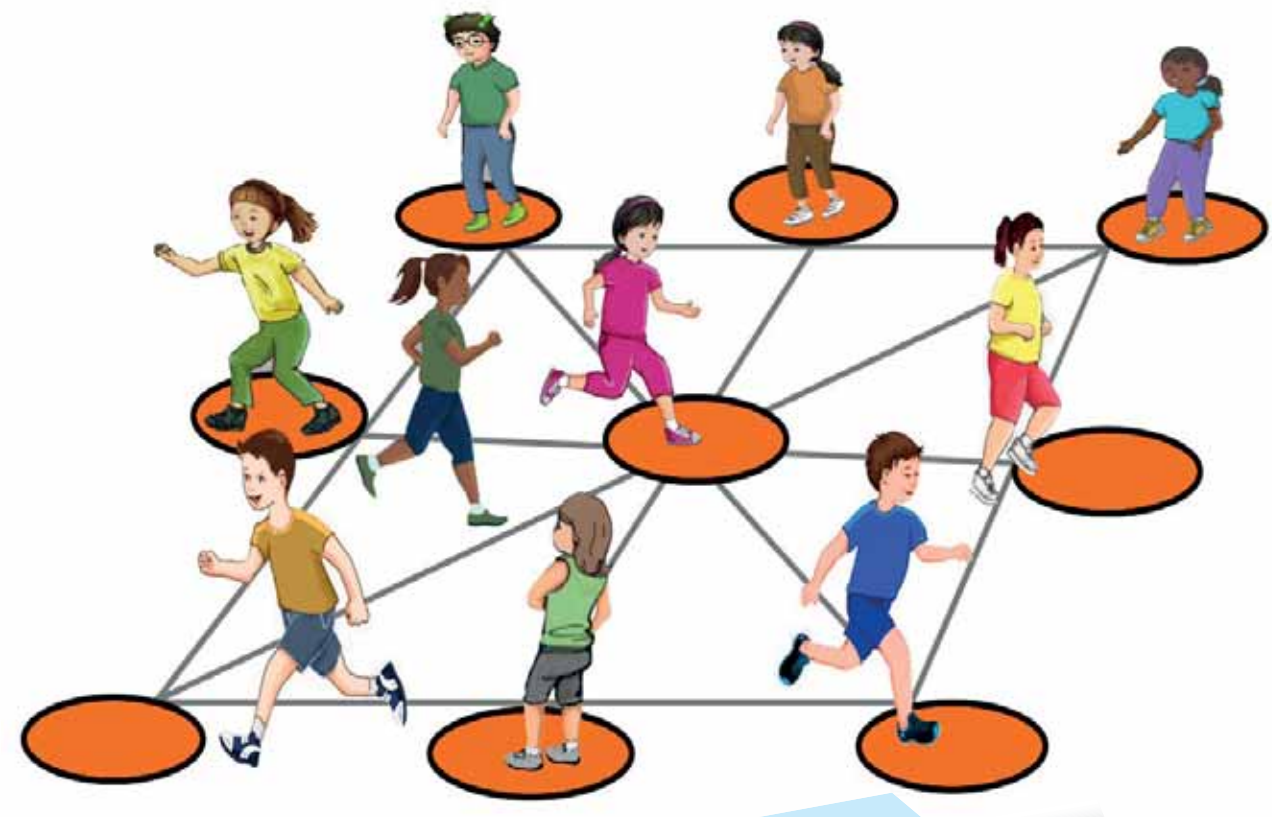
وختاما، نتمنى أن يحقق هذا الدليل الأهداف المتوخاة منه، المتمثلة أساسا في الإسهام في تجويد تدريس التربية البدنية والرياضية بسلك التعليم الابتدائي، وتوفير أساس بيداغوجي لتدريسها بطريقة مبسطة في متناول الفاعل التربوي تيسيرا للإقبال عليها بشكل منفتح وإيجابي، علما أن هذا المنتوج يظل قابلا للتطوير والإغناء عبر ملاحظات واقتراحات كل الفاعلين التربويين في حقل التربية البدنية والرياضية على الخصوص والمدرسة المغربية على العموم.

والله ولي التوفيق

الجدول العام

المستوى	التنقل بإيقاعات مختلفة	رمي وتصويب أداة	التعاون والمواجهة	القفز وتخطي الحواجز	التركيز وسرعة رد الفعل	التعبيرالجسدي والتوازن الحركي
1	▪ القط والفئران ▪ سباق التناوب ▪ الفراشة والطائر ▪ تناوب الدوران ▪ تنقل الجرادة	▪ لعبة البيانو ▪ الكرة داخل النفق ▪ التصويب الدقيق ▪ سلم الأهداف ▪ لعبة البولينج	▪ القطار ▪ التمريرات الدائرية ▪ التركيب الجماعي للصور ▪ الكرة السريعة ▪ النمل و الزرع	▪ من الرصيف إلى البركة ▪ لعبة المربع ▪ قوس قزح ▪ القفز المنتظم ▪ الضفدع	▪ حامل القبعة ▪ البحث عن ملجأ ▪ جنبا إلى جنب ▪ الوشاح الطائر ▪ نشر الغسيل	▪ توازن البهلوان ▪ التوازن الثنائي ▪ المصور ▪ الطوق المشترك ▪ ظلي يتبعني
2	▪ المطاردة الثلاثية ▪ مسار المنعرجات ▪ الدركي والهارب ▪ الذئب والراعي ▪ الفأر الهارب	▪ التسديدات المتشابكة ▪ بيت العنكبوت ▪ اقتناص الطرائد ▪ رمي القوس ▪ تحليق الوشاح	▪ الاستقبال ▪ المنقلة ▪ حصد البطاقات ▪ التهديف بالقدم ▪ السلة	▪ القفز بالتردد ▪ لعبة الحجلة ▪ سباق الحواجز في ممر دائري ▪ تخطي السواقي ▪ مسار الأطواق	▪ التمريرات السريعة ▪ الهارب والمطارِد ▪ مباغتة الصيادين ▪ البوصلة ▪ الشمس	▪ لعبة القرفصاء ▪ قائد الفرقة ▪ التوأم ▪ البهلوان ▪ التوازن الثنائي على رجل واحدة
3	▪ لعبة السلسلة ▪ الحوامة ▪ العملاق المتجول ▪ التناوب التزايدي ▪ الجسر	▪ القنص السريع ▪ لعبة الدوائر ▪ ملء السلات ▪ الرصيف ▪ التهديف عبر الحائط	▪ التمريرات الثلاث ▪ لعبة التهديف الجماعي ▪ الساعة ▪ لعبة تغيير الأماكن ▪ مقابلة في كرة القدم	▪ الطاحونة ▪ نط الحبل ▪ القفز فوق ظل القرين ▪ تحدي القفز بلعبة النرد ▪ القفز في الدائرة	▪ أنا أم أنت الهارب ▪ حارس البرج ▪ الرعد ▪ الصقر و الأرانب ▪ وجها لوجه	▪ تجسيد الحروف ▪ المقلد ▪ الفولكلور ▪ اقتفاء الأثر ▪ التجسيد الجماعي للأشكال
4	▪ العقدة ▪ اللوحة ▪ المتاهة ▪ تناوب الكنغر ▪ العبور إلى الضفة الأخرى	▪ الرمي البهلواني ▪ الصياد والطريدة ▪ الرمي باليدين معا ▪ لعبة الهدف ▪ الرماة	▪ التمريرات الخمس ▪ الإطارات الأربعة للسيارة ▪ مساندة العجوز ▪ لعبة جر الحبل ▪ دوري في كرة القدم	▪ سلم الإيقاع ▪ القفز عبرالأطواق ▪ القفزالجماعي المنسق ▪ القفز الايقاعي ▪ القفز على الأثر	▪ نزال الأشبال ▪ لعبة الأرقام ▪ لعبة القواعد الخمس ▪ تيك تاك توك ▪ البرج الخشبي	▪ لعبة اللامبو ▪ نحام وردي ▪ فك الألغاز ▪ تجاذب القوى ▪ الطوق المتجول
5	▪ الجري الخفيف ▪ جلب القبعة ▪ التناوب الثنائي ▪ الاتجاه المعاكس ▪ سباق الأرقام	▪ الصدى ▪ الرمي المشترك ▪ رمي الطوق ▪ الكرة الحارقة ▪ الرمي الدقيق	▪ العودة الصعبة ▪ الكرة السجينة ▪ الفزاعة ▪ االلاعب المساعد ▪ الكرة على الأرض	▪ القفز المتجهي ▪ قفزة البهلوان ▪ القفزالجماعي بالحبل ▪ رهان القفز ▪ القفزبوسع	▪ تبادل العكاز ▪ القنينة المتجولة ▪ حراس الحدود ▪ بر وبحر ▪ الطواف السريع	▪ ضبط الساعة ▪ طوق النجاة ▪ التعبير الحركي ▪ التوازن الثنائي ▪ النحات
6	▪ السباع والغزلا ن ▪ ألواح التزلج ▪ الجري الخفيف ▪ الحواجزغير المنتظمة ▪ ساعي البريد	▪ الرمي التدريجي ▪ الكرة المبعدة ▪ كيس الفواكه ▪ صيد الأسماك ▪ الرمي إلى الخلف	▪ ترتيب الأرقام ▪ التمريرات الثلاثة البعيدة ▪ لعبة الروكبي ▪ الكرة للعميد ▪ دوري في كرة القدم	▪ القفز التراكمي ▪ القفز المرح ▪ القفزالمزدوج ▪ مواجهة في القفز ▪ سباق الأكياس	▪ الاستغاثة ▪ انتزاع ملقط الغسيل ▪ خذ مكاني ▪ من القائد؟ ▪ الكرة اللادغة	▪ التوازن الثنائي على الرجلين معا ▪ المحاكاة ▪ مبارزة بالعرض البطيء ▪ التوازن الثنائي المركب ▪ لعبة المغناطيس

السنة الأولى



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

القط والفئران

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة مع تغيير الاتجاه لتفادي الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ مستطيلا في ساحة المدرسة يتسع لأعداد المتعلمين، حيث يحدد في الزاويتين المتقابلتين مخبأين وفي إحدى الزاويتين الباقيتين محجزا.

يعين الأستاذ متعلما يدعى القط في حين يعتبر باقي المتعلمين فئرانا. عند إشارة الأستاذ ينتشر الفئران في فضاء اللعب هربا من القط الذي يحاول لمسهم ليودعوا في المحجز، ومن أجل تفادي القط. يلجأ الفئران إلى المخبأين المتقابلين، على الفأر أن يغادر المخبأ كلما لحق به فأر جديد.

تبدل الأدوار عند حجز خمسة فئران.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد القطط والمخابئ
- مساحة اللعب.

المعدات:

مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

سباق التناوب

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة وأمرر الأداة للزميل المقابل.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات العدد، ينتظم عناصر المجموعة داخل الممر الخاص بهم على شكل صفين متقابلين. عند إشارة الأستاذ ينطلق العنصر الأول من المجموعة مسرعا وحاملا الأداة (الكرة، وشاح، طوق،الخ.) من أجل تسليمها للزميل المقابل. هذا الأخير يقوم بدوره بنفس المهمة في الاتجاه المعاكس. تستمر المنافسة حتى يستكمل الصفان تبادل الأماكن، يفوز الفريق الذي أنهت عناصره الجري بالتناوب قبل الآخرين.

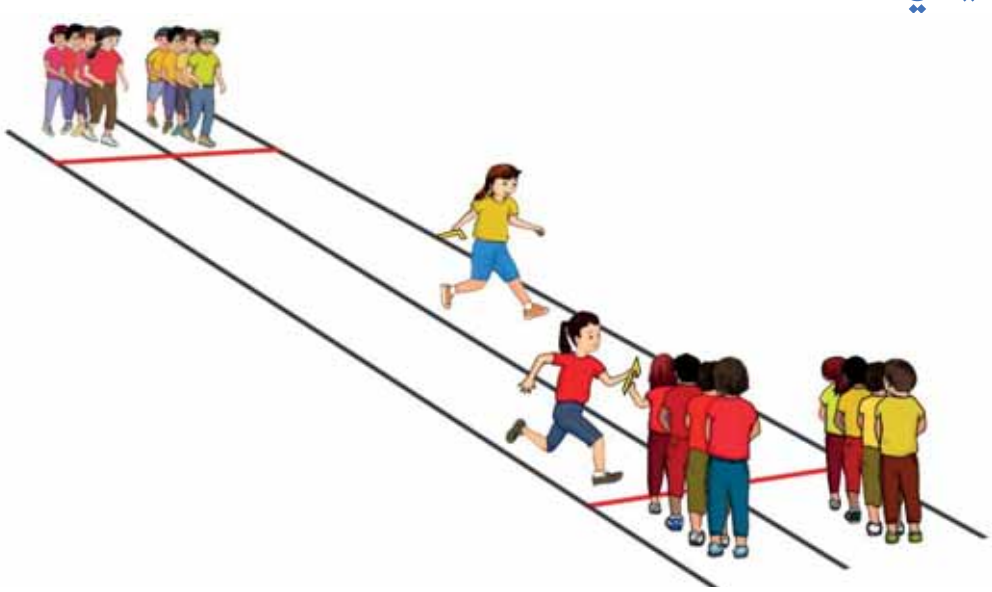
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممرات
- نوع الأداة
- عدد عناصر المجموعات.

المعدات:

- كرات، أوشحة، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الفراشة و الطائر

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة حاملا أداة في مدار دائري.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يجلس المتعلمون على شكل دائرة قطرها 10 أمتار، يطلب الأستاذ من أحد المتعلمين (الفراشة) القيام بالجري حول الدائرة حاملا أداة (قبعة أو وشاح)، أثناء دورانها تختار الفراشة زميلا (الطائر) من بين الجالسين حول الدائرة لتضع الأداة خلفه، عندئذ يتعين على الطائر ملاحقة الفراشة حاملا الأداة من أجل لمسها قبل أن تحل مكانها في الدائرة. كل طائر لم يتمكن من لمس الفراشة يقوم مقامها لتبدأ اللعبة من جديد.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- وضعية المتعلمين حول الدائرة (القرفصاء، الوقوف).

المعدات:

- قبعة، وشاح، كرة صغيرة، أقماع.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

تناوب الدوران

الهدف من اللعبة: أجري مسرعا في مسار متغير.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تقف 4 مجموعات على شكل صفوف خلف خط الانطلاق. توضع عند نهاية كل ممر خاص بالفريق علامة (قنينة بلاستيكية أو مخروط) على بعد 20 مترا. عند إشارة الأستاذ(ة)، ينطلق أول عنصر من كل فريق مسرعا للقيام بدورة كاملة حول العلامة، ثم يعود مسرعا للمس يد زميله الموالي. يفوز الفريق الذي ينهي التناوب أولاً.

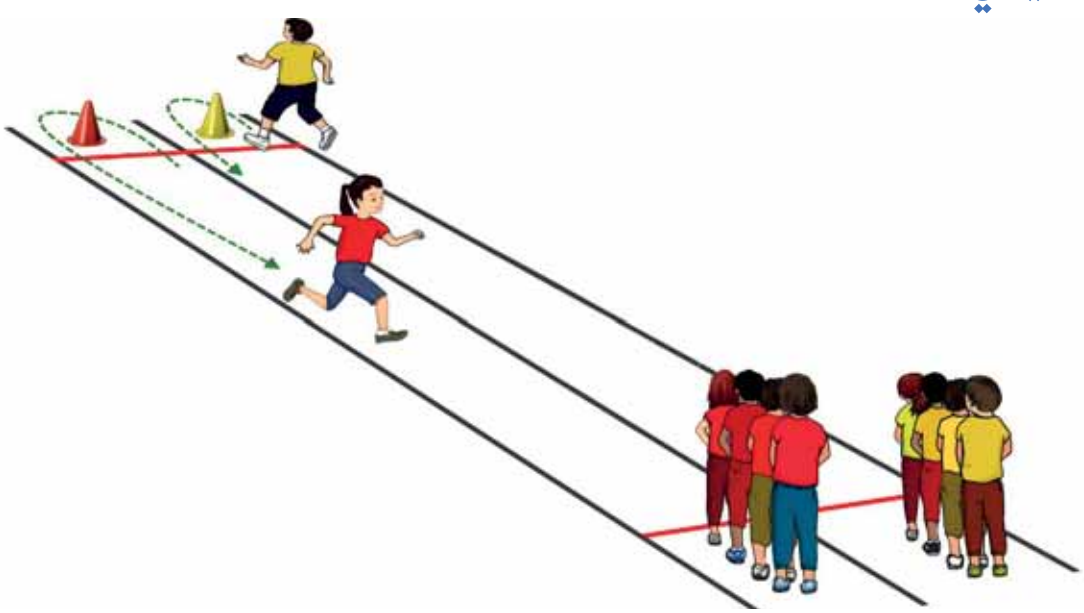
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- القيام بدورتين حول العلامة قبل العودة.

المعدات:

- مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

تنقل الجرادة

الهدف من اللعبة: أتنقل داخل ممر مستقيم باستعمال أداة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يضع الأستاذ(ة) رهن إشارة كل فريق مكون من 6 عناصر طوقين من أجل عبور ممر طوله 10 أمتار بالتناوب، وذلك عن طريق وضع إحدى القدمين داخل الطوق الأول ثم نقل الطوق الثاني إلى الأمام لوضع القدم الأخرى داخله حتى إتمام العبور والعودة بنفس الطريقة من أجل لمس الزميل الموالي.

تفوز المجموعة التي أكملت التناوب قبل منافساتها.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- نوع المسار (منعرج، دائري).

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

لعبة البيانو

الهدف من اللعبة: أرمي الكرة بسرعة إلى زميل مقابل.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تصطف مجموعات الفصل في 4 صفوف متباعدة (حوالي 3 أمتار)، يبدأ عميد الفريق المتمركز فوق الطوق على بعد 5 أمتار بإرسال الكرة إلى أول عنصر حيث يعيدها له ثم يجلس أرضا (أو وضعية القرفصاء) حتى يتمكن العميد من توجيهها إلى الزميل الموالي، وهكذا حتى آخر عنصر.

تفوز المجموعة التي تمكنت من إنهاء المهمة قبل المنافس.

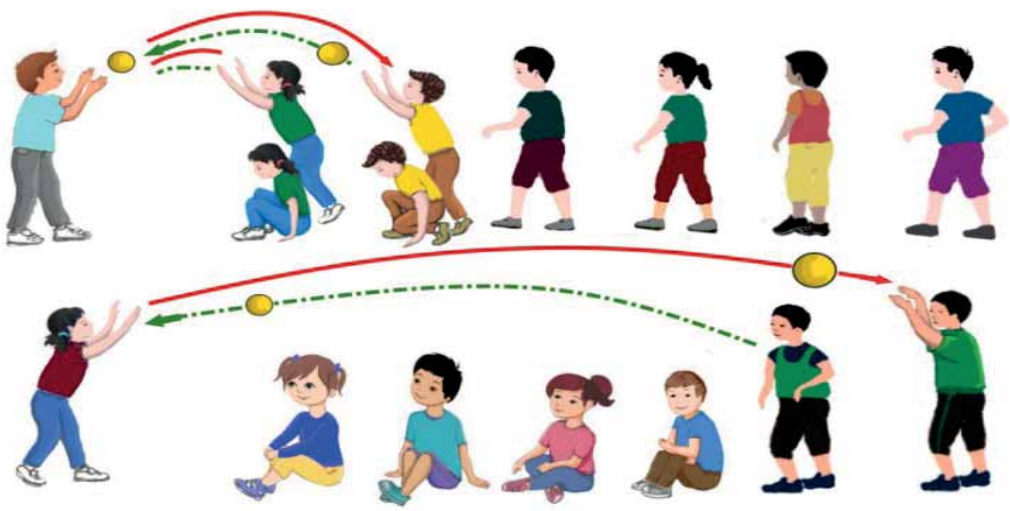
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- المسافة الفاصلة بين العميد والمجموعة
- تغيير العميد
- طريقة التمرير(فوق الرأس، من جهة الصدر).

المعدات:

- كرات، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الكرة داخل النفق

الهدف من اللعبة: أدحرج الكرة بدقة في مسار مستقيم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تصطف مجموعات الفصل في 4 صفوف متباعدة (حوالي 3 أمتار)، يدحرج عنصر الأمام الكرة بين أرجل زملائه (النفق) ثم يتموقع في رأس القاطرة، يلتقط آخر عنصر الكرة مسرعا إلى الأمام ليقوم بالمحاولة بدوره. وهكذا حتى يعود المتعلم الأول إلى مكانه عند انطلاق اللعبة. تفوز المجموعة التي تمكنت من إنهاء المهمة قبل منافساتها.

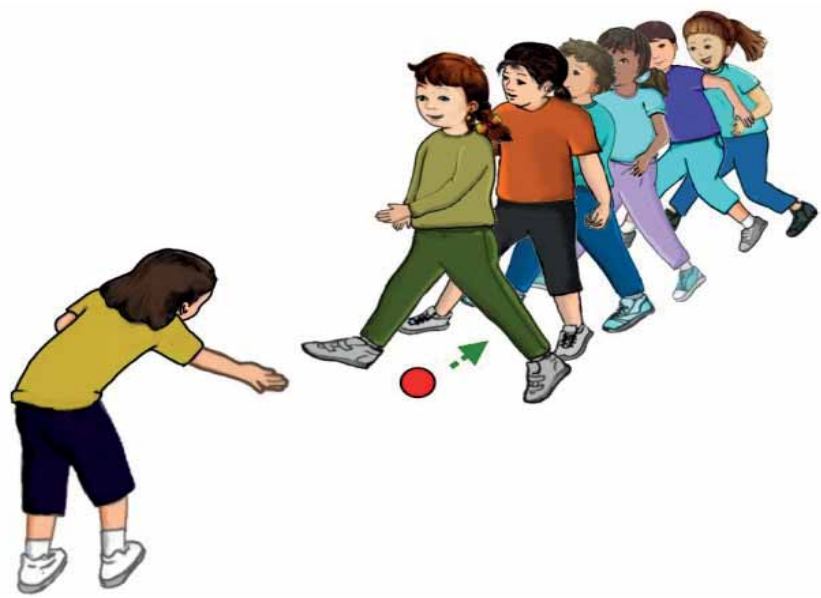
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تباعد عناصر المجموعة
- الطواف حول نقطة محددة قبل التوجه إلى مقدمة القاطرة.

المعدات:

- كرات، أطواق، مخاريط ، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

التصويب الدقيق

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة نحو هدف ثابت.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) 4 دوائر على الأرض قطرها 6 أمتار، ثم يضع سلة في منتصفها. تحاول عناصر المجموعة الواحدة تصويب الكرات المتوفرة صوب السلة من خارج محيط الدائرة في وقت محدد، يسرع أعضاء الفريق من أجل جلب الكرات المتناثرة وتكرار فرص التهديف لإحراز نقط أكثر من المجموعات المنافسة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- عدد الكرات
- حجم السلة.

المعدات:

سلة كبيرة، كرات صغيرة الحجم، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

سلم الأهداف

الهدف من اللعبة: أرمي أداة صوب الخانات الأكثر قيمة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يصطف المتعلمون على شكل مجموعات متباعدة بحوالي 3 أمتار خلف خط التهديف. يرسم الأستاذ(ة) أو ينصب سلما على الحائط يبعد خط التهديف بحوالي 5 أمتار.

يحاول كل عنصر من المجموعة تصويب الكرة داخل خانات السلم المتصاعدة القيمة حسب العلو.

تفوز المجموعة التي تمكنت من حصد أكبر عدد من النقط.

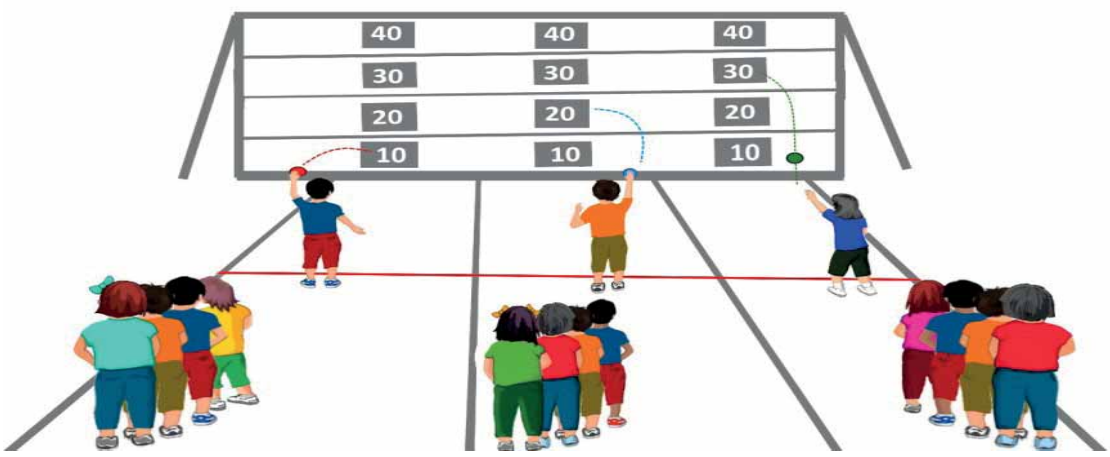
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- بعد السلم عن خط الرمي
- طريقة الرمي (يد واحدة ، اليدين معا).

المعدات:

كرات، أطواق، مخاريط ، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

لعبة البولينج

الهدف من اللعبة: أدحرج الكرة صوب هدف من أجل إسقاطه.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يصطف المتعلمون على شكل مجموعات أمام ممرات من أجل دحرجة الكرة لإسقاط أهداف(مخاريط أو قنينات بلاستيكية ملونة) تبعد ب 10 م. تحتسب النقط بعدد الأهداف التي تم إسقاطها.

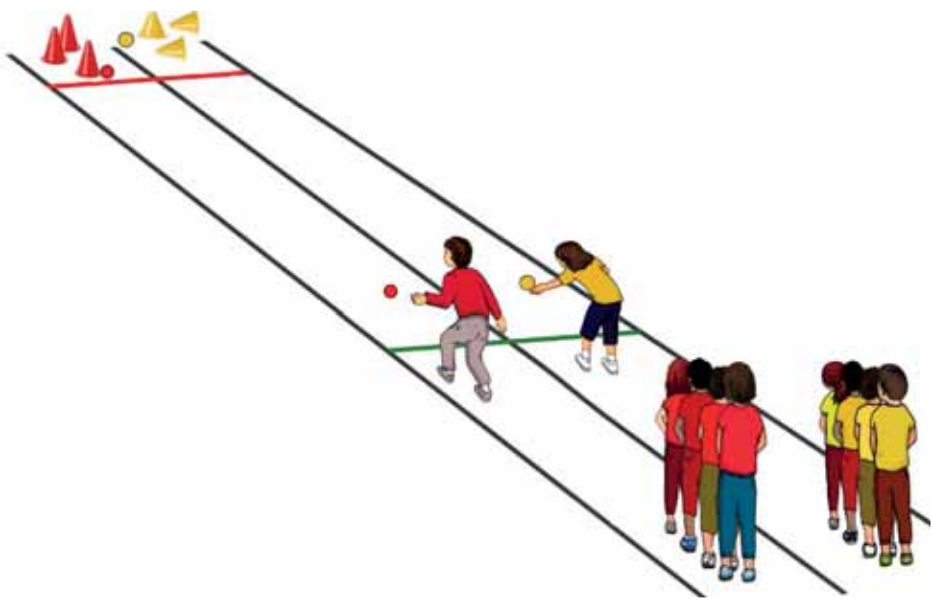
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- بعد الأهداف عن خط الدحرجة
- حجم، نوعية وعدد الأهداف
- يمكن التباري فرديا أو جماعيا.

المعدات:

- كرات، مخاريط ، قنينات بلاستيكية ملونة، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

القطار

الهدف من اللعبة: أنتظم داخل مجموعتي لالتقاط أكبر عدد من البطاقات.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتمركز الفرق خلف خط الانطلاق. عند إشارة الأستاذ(ة)، يقود عميد كل فريق مجموعته لالتقاط البطاقات المخصصة له (لون خاص) والمتناثرة في ساحة اللعب دون تفكيك الأيدي مما يحتم التقاط البطائق حصريا من طرف عنصري مقدمة و مؤخرة المجموعة، يفوز الفريق الذي حصد أكبر عدد من البطاقات خلال مدة المنافسة.

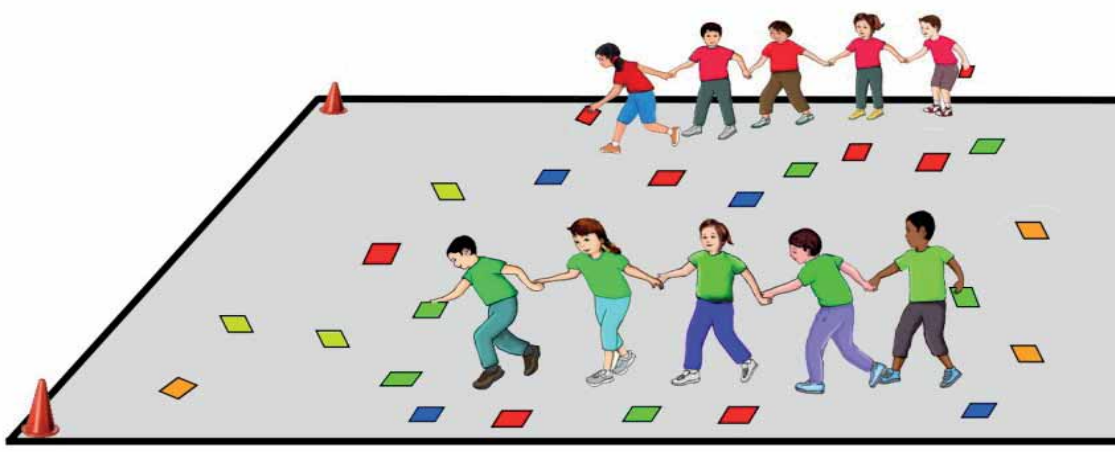
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد عناصر القاطرة
- تغيير العميد والعنصر الأخير داخل المجموعة
- عدد البطاقات.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، بطاقات ملونة، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

التمريرات الدائرية

الهدف من اللعبة: نتعاون لتحقيق دورة كاملة عبر تمرير الكرة إلى الزميل المحاذي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل كل فريق دائرة بحيث يبدأ التنافس بعد إشارة الأستاذ(ة) حيث يمرر كل عنصر الكرة لزميله المحاذي لتحقيق أكبر عدد دورات التمرير في وقت محدد.

يعدّ جهرا العنصر الأول من كل فريق عدد الدورات لحظة عودة التمرير إليه.

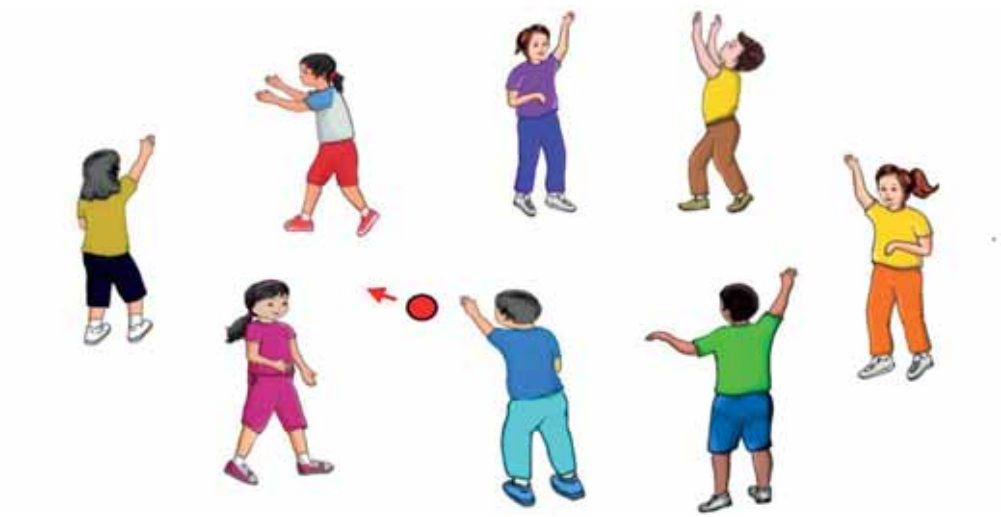
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- اتجاه التمرير
- طريقة التمرير.

المعدات:

- كرات، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

التركيب الجماعي للصور

الهدف من اللعبة: أتعاون مع زملائي لالتقاط قطع مبعثرة لصورة في وقت وجيز.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتبارى مجموعتان، تعمل الأولى على نشر قطع من ورق مقوى لصورة في فضاء محدد ومؤمن، بينما تعمل المجموعة الثانية على جمع تلك القطع المبعثرة وإعادة تركيبها. تبدل الأدوار وتفوز المجموعة التي تمكنت من إنجاز المهمة في وقت أقل من المنافس.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد قطع الصورة وحجمها
- قطع مبعثرة لصورتين
- مساحة اللعب

المعدات:

- مخاريط، قطع صورة أو صورتين من ورق مقوى، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعاون والمواجهة

الكرة السريعة

الهدف من اللعبة أساهم في التمرير الجماعي للأداة بسرعة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تصطف مجموعات الفصل في 4 صفوف متباعدة (حوالي 3 أمتار)، يقف متعلم فوق طوق عند خط الانطلاق والآخر بعد خط الوصول، بينما تنتشر بقية العناصر على طول المسار. عند إشارة الأستاذ(ة)، يقوم المتعلمون بتمريرات سريعة للأداة (كرة، طوق، مخروط) حيث يفوز الفريق الأول الذي يوصلها لآخر عنصر.

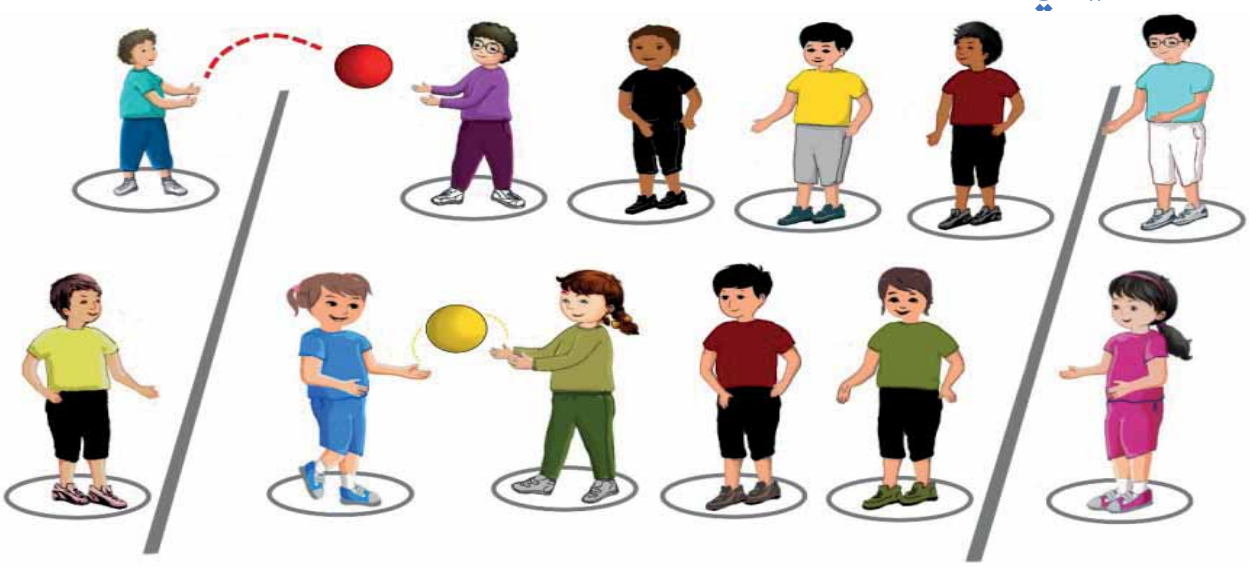
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة التمرير
- طول مسار التمرير.

المعدات:

- كرات، أطواق، مخاريط ، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

النمل والزرع

الهدف من اللعبة: أتعاون مع زملائي لنقل أدوات متنوعة بسرعة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يحدد الأستاذ أربع ممرات طولها 20 متر وعرضها مترين، ويتم وضع صندوق مملوء بأدوات مختلفة في مقدمة الممر (كرات، مخاريط أو قنينات بلاستيكية، قطع خشبية) وآخر فارغ في نهايته. عند إشارة الأستاذ يشرع المتعلمون في ملء الصندوق الفارغ بالأدوات عبر تمريرها الى الزميل المحاذي. تفوز المجموعة التي ملأت الصندوق قبل المنافس.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الأدوات
- طول الممر
- تباعد عناصر المجموعة.

المعدات:

- كرات، مخاريط، قنينات بلاستيكية صغيرة، قطع خشبية، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

من الرصيف إلى البركة

الهدف من اللعبة: أقفز بوسع بطرق مختلفة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تقف مجموعتان متقابلتان من المتعلمين عند خط يفصل ما بين منطقة الرصيف ومنطقة البرك. عندما يصيح الأستاذ(ة) بعبارة: (إلى الرصيف أو إلى البركة)، عندئذ يقفز المتعلمون داخل أطواق إما في البركة أو على الرصيف. يقوم الأستاذ(ة) بإبعاد الأطواق قليلا كلما تمكن المتعلمون من إنجاح قفزاتهم.

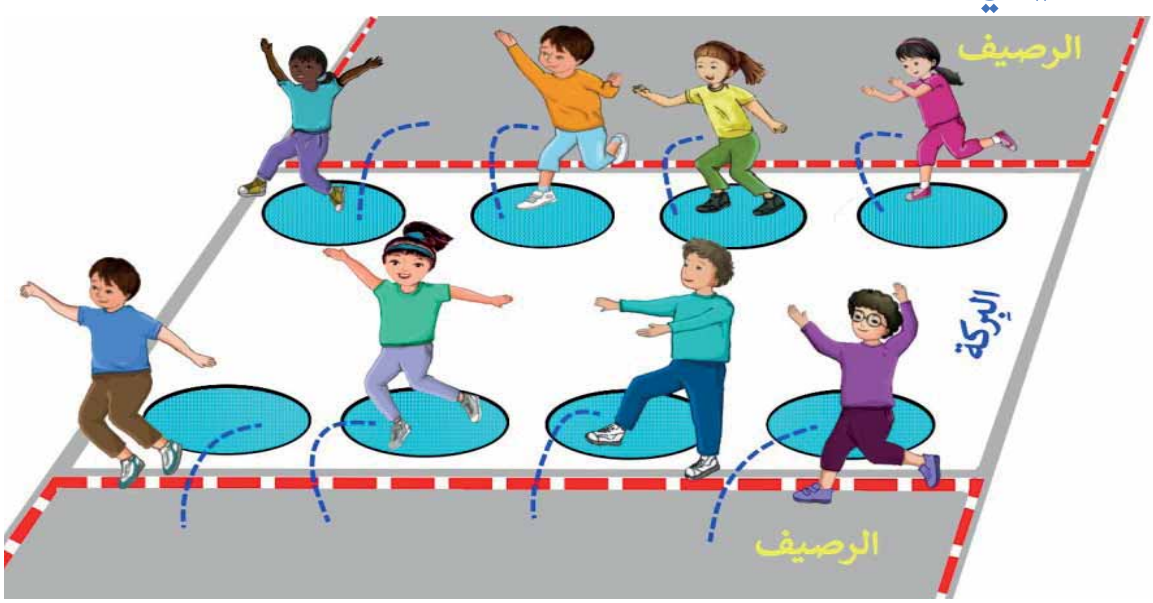
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- بعد الرصيف من البركة
- طريقة القفز (رجل واحدة أو الرجلين معا أو القفز جانبا).

المعدات:

- أطواق، مخاريط، علامات، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

لعبة المربع

الهدف من اللعبة: أقفز بطرق مختلفة مع الحفاظ على التوازن.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) عددا كافيا من المربعات المتباعدة بحيث ينتظم عناصر المجموعة حول المربع الواحد. كل مربع مجزأ إلى تسع خانات مرقمة بطريقة عشوائية من 1 إلى 9 (انظر الرسم أسفله). في وضعية تنافس، يقوم المتعلمون بإنجاز قفزات بالتناوب وفق ترتيب تصاعدي.

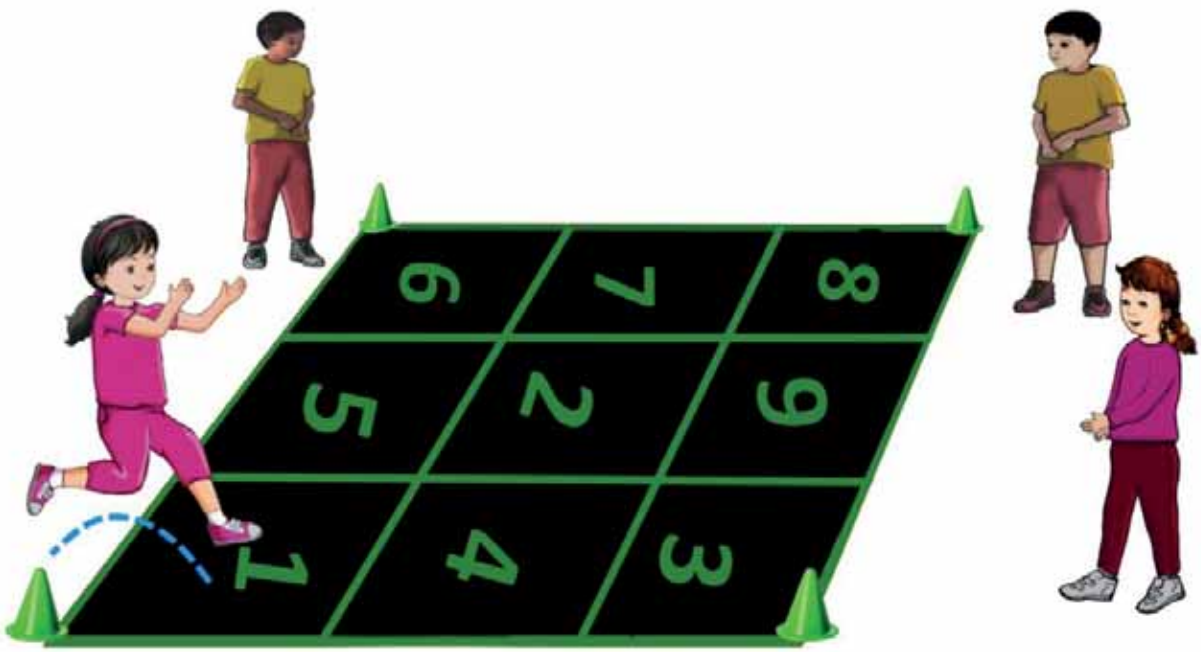
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز(رجل واحدة، الرجلين معا)
- أبعاد المربع.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، علامات.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

قوس قزح

الهدف من اللعبة: أقفز بوسع داخل خانات متباعدة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تصطف مجموعات الفصل خلف شبكة بألوان مختلفة، يطرح ممثل كل مجموعة النرد الخاص بالألوان أرضا بالتوالي. عندما توافق نتيجة الطرح لون المجموعة يتقدم الفريق درجتين قفزا إلى الأمام داخل عموده. وفي حال عدم توافق لون النرد مع لون المجموعة تستفيد هذه الأخيرة درجة واحدة في حين يتقدم فريق اللون المحصل عليه درجة واحدة أيضا.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- أبعاد خانات الشبكة
- طريقة القفز.

المعدات:

- نرد كبير، شبكة ألوان من ورق مقوى أو مرسومة على الأرض كما توضح الصورة، أطواق، مخاريط، علامات.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز المنتظم

الهدف من اللعبة: أقفز بإيقاع وتوازن داخل الشبكة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) شبكتين من 6 مستويات بشكل يحترم تعاقب مربع كبير ومربعين ملتصقين (انظر إلى الرسم أسفله)، يتبارى المتعلمون بالقفز داخل خانات الشبكة بالتوالي بوضع أحد القدمين داخل المربع الواحد ثم القدمين معا في المربعين الملتصقين والعودة بنفس الطريقة من أجل لمس يد الزميل الموالي. تفوز المجموعة التي تمكنت من إتمام التناوب قبل المنافس.

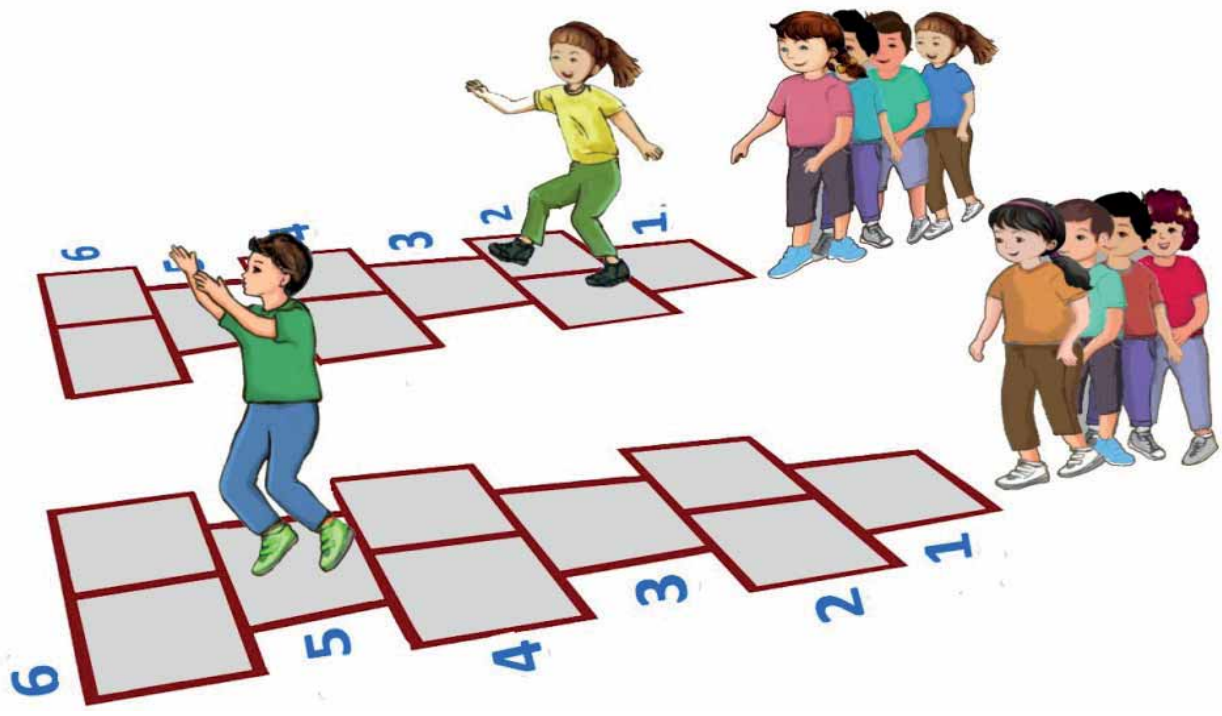
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- أبعاد الشبكة
- طريقة القفز.

المعدات:

- شبكة، مخاريط، علامات، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

الضفدع

الهدف من اللعبة: أقطع مسافة محددة بأقل عدد من القفزات.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس عناصر أربع مجموعات لقطع مسافة محددة (20 مترا) بأقل عدد ممكن من القفزات. عند إشارة الأستاذ(ة)، يبدأ العنصر الأول قفزته ويحدد موضع القدمين عند الاستقبال بواسطة طوق. ثم يتابع العنصر الموالي القفز من داخل الطوق لتتوالى محاولات المجموعة إلى غاية اجتياز خط الوصول. يحتسب عدد القفزات ويتم تسجيلها في سبورة النتائج حيث يفوز الفريق الحاصل على أقل عدد من القفزات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز(رجل واحدة، الرجلين معا)
- طول ممر القفز.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، علامات أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

حامل القبعة

الهدف من اللعبة: أركز لنقل أداة صوب هدف متحرك.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ينتشر المتعلمون في ساحة اللعب، عند إشارة الأستاذ(ة) يركضون في اتجاهات مختلفة وهم يتبادلون قباعتين فوق رؤوسهم. عند انقضاء دقيقة واحدة يصفر الأستاذ(ة) منبها إلى التوقف عن الركض لتحديد حامل القبعة. يقوم حامل القبعة بدورة حول الملعب لاستئناف اللعبة.

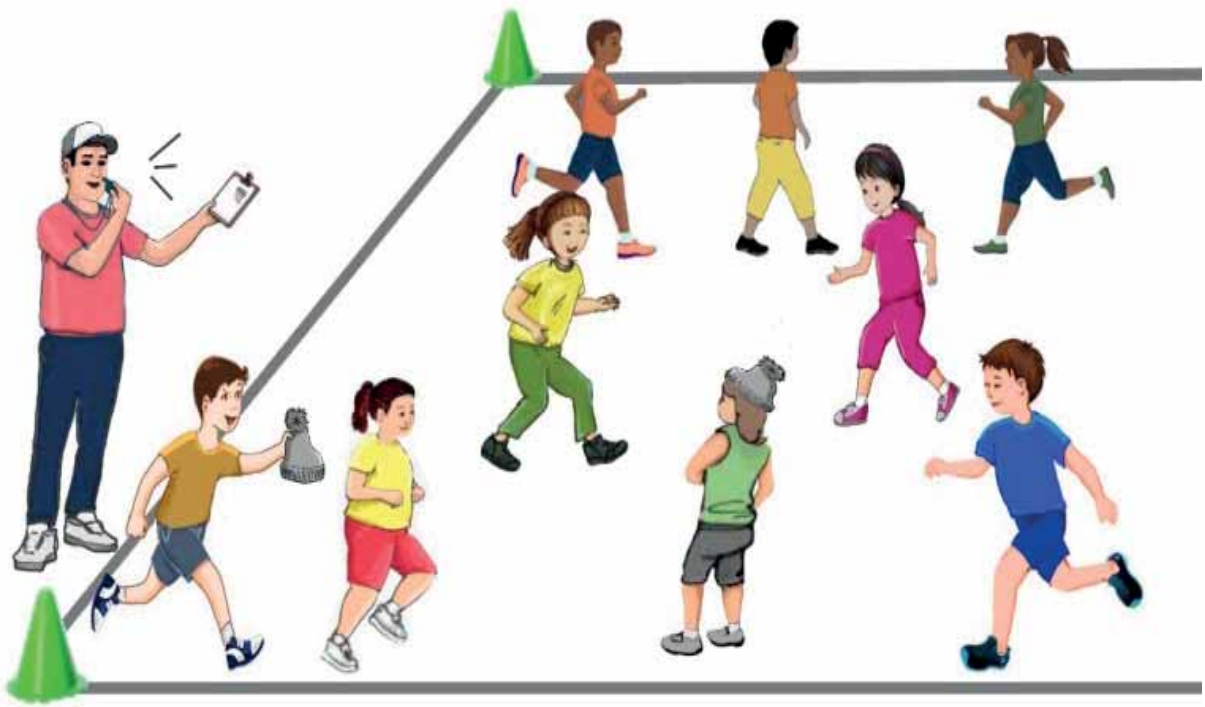
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد القبعات
- مدة المقاطع.

المعدات:

- قبعات، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

البحث عن ملجأ

الهدف من اللعبة: أتنقل بسرعة بين المحطات قبل احتلالها من قبل المنافس.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) 9 دوائر في فضاء اللعب (انظر الرسم أسفله)، عند إشارة الأستاذ(ة) يجب على كل أرنب التنقل من ركنه (الطوق) إلى ركن شاغر قبل أن يسبقه إلى الملجأ الجديد أرنب طليق في ساحة اللعب. يجب على الأرنب الغير المحتل لأي ركن أن يركز على تحركات الأرانب الآخرين ليحتل مكانا شاغرا.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الملاجئ
- عدد الأرانب بدون ركن
- بعد المسافة بين الملاجئ.

المعدات:

- أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

جنباً إلى جنب

الهدف من اللعبة: ألائم حركاتي بسرعة استجابة لنوع المثير.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ينتظم المتعلمون على شكل أزواج داخل فضاء اللعب. يعطي متعلم يدعى «المنشط» تعليمات ثم يقوم كل ثنائي بالحركة المطلوبة.

مثال:

- «اليدين على الكتف»: يضع كل عنصر يديه على كتفي زميله.
- «اليد على الرأس»: يضع كل عنصر يده على رأس زميله.
- «اليدين متقابلتين»: يبسط كل عنصر كلتا دراعيه نحو زميله ليلمس يديه.

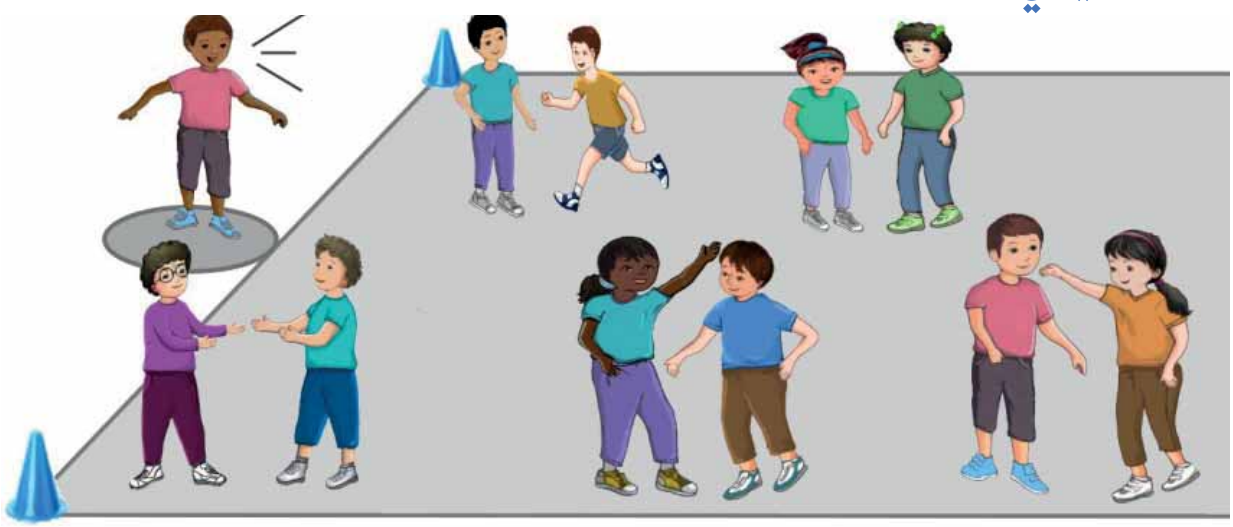
لكن عندما يصيح المنشط: «جنباً إلى جنب» ثم يدخل إلى ساحة اللعب، يجب على كل متعلم تغيير الشريك بسرعة والبحث عن شريك جديد. كل فرد وجد نفسه بدون شريك يصبح منشطا.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- إضافة تعليمات أخرى
- استبدال تعليمات شفوية بأخرى حركية.

المعدات: أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

الوشاح الطائر

الهدف من اللعبة: ألتقط أداة متحركة في الهواء.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يطوف المتعلمون حول دائرة قطرها 5 أمتار، يتموضع بمركزها لاعب يحمل وشاحا خفيفا في يده يدعى «القائد». عندما ينادي هذا الأخير باسم أو رقم أحد زملاءه ثم يرمي الوشاح عاليا، يجب على المتعلم المنادى عليه أن يسرع ويلتقط الوشاح قبل أن يقع على الأرض. إذا فشل في المسك به، فإنه يعوض القائد الموجود في منتصف الدائرة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- عدد عناصر الدائرة
- نوع الأداة الملقاة.

المعدات:

- أوشحة، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

نشر الغسيل

الهدف من اللعبة: أضع أداة في المكان المناسب حسب الترتيب المطلوب.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل الأستاذ(ة) مجموعتين متكافئتين من المتعلمين بحيث تقف كل واحدة منهما على بعد 5 أمتار من حبل معلق (طوله: 5م، و علوه: 1.2م). عند الإشارة، تنطلق عناصر الفريق بالتناوب بسرعة من أجل تثبيت ملاقط الملابس الملونة حسب الترتيب المطلوب. يحدد الأستاذ(ة) عدد الملاقط لكل فرد.

تفوز المجموعة التي تمكنت من تعليق كل الملاقط مرتبة قبل منافستها.

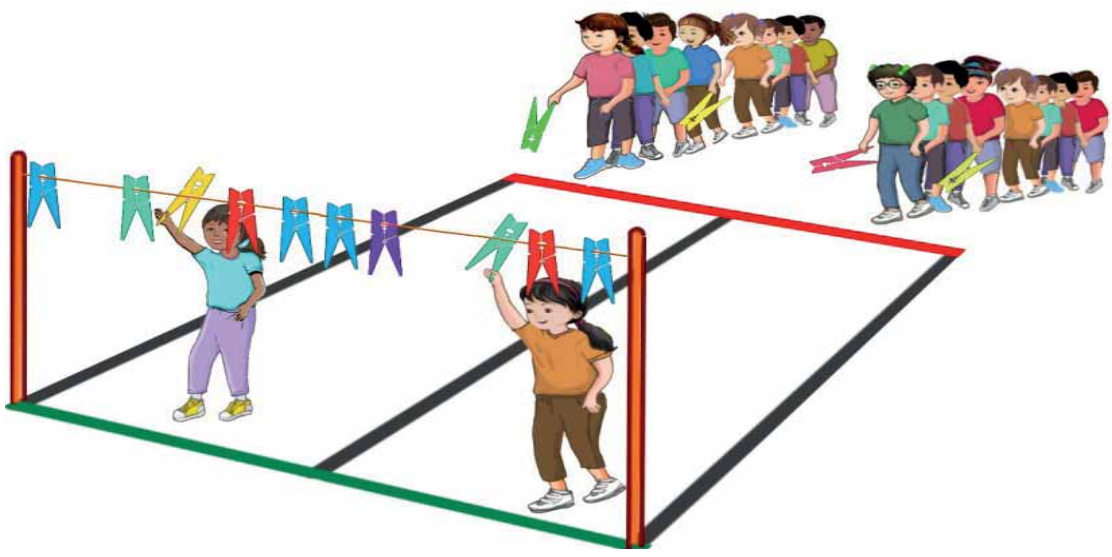
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الملاقط
- بعد خط الانطلاق عن الحبل
- علو الحبل.

المعدات:

- ملاقط غسيل ملونة، حبل متين بطول 10 م، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

توازن البهلوان

الهدف من اللعبة: أحافظ على التوازن أثناء القيام بحركات استعراضية.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يضع الأستاذ(ة) بحوزة كل مجموعة أداة (مخروط، صحن بلاستيكي صغير). عند إشارة الأستاذ(ة) يتعين على العنصر الأول من كل فريق وضع الأداة فوق الرأس والاستجابة لتعليمات الأستاذ(ة):

- الانحناء إلى وضعية القرفصاء
- القيام بدورة كاملة
- الانحناء مع بسط إحدى القدمين إلى الأمام.

تحتسب نقطة لكل عنصر تمكن من الاستجابة للتعليمة دون إسقاط الأداة.

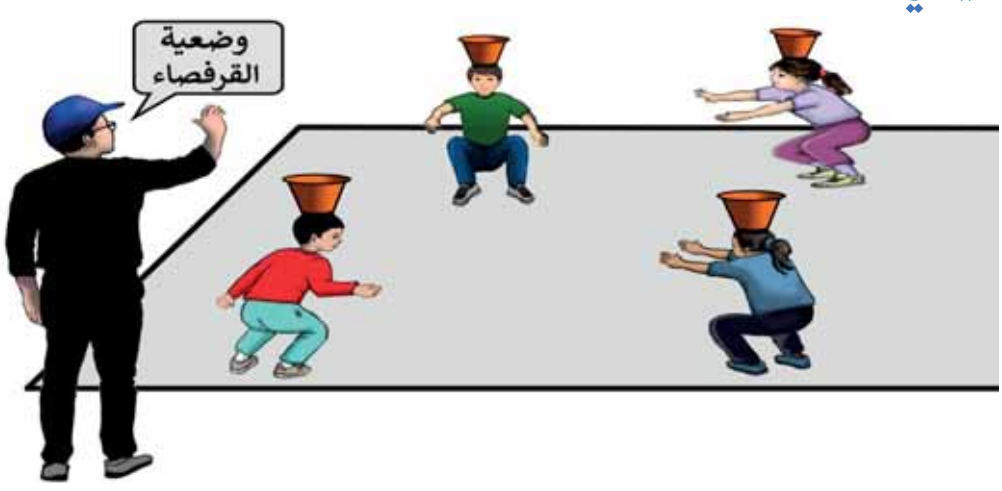
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- إضافة تعليمات أخرى
- القيام بخطوة أو خطوتين قبل تنفيذ الحركة المطلوبة.

المعدات:

- مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

التوازن الثنائي

الهدف من اللعبة: أحافظ على التوازن بتعاون مع زميلي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المنعلمـون إلى ثنائيات للقيام بإحدى الأشكال المرسومة (أنظر الجدول أسـفله). يتم الاختيار من بين الوضعيات حسب درجة الصعوبة الممكن إنجازهـا من طرف الثنائيات، يحرص الأستاذ على ضمان شروط السلامة من أجل إنجاز الشكل المعتمد: فضاء به رمل أو عشب، الاحترام الكلي للتعليمات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأقران
- تغيير الأشكال
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- مفروشات، مخاريط و علامات.

سند توضيحي:

	درجة الصعوبة "أ"	درجة الصعوبة "ب"	درجة الصعوبة "ج"
الارتكاز على الأرجل			

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

المصور

الهدف من اللعبة: أكيف حركاتي حسب إيقاع المثير.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقف متعلم يدعى «المصور» على خط يبعد 15 مترا عن زملاءه حيث يحاولون الاقتراب منه. بمجرد أن يستدير المصور يتعين على باقي المتعلمين أن يلزموا مكانهم دون أدنى حركة. كل عنصر واصل الحركة يعود إلى الخلف. يفوز المتعلم الأقرب الى خط المصور، ثم يعوضه عند تكرار اللعبة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مسافة العبور
- تردد التفات المصور.

المعدات:

مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

الطوق المشترك

الهدف من اللعبة: أتنقل بتوازن مع زميلي بواسطة أداة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتبارى المتعلمون على شكل ثنائيات داخل مجموعات متكافئة. يحاول كل زوج بالتوالي بلوغ ممر طوله 10 أمتار باستعمال طوق مشترك مثبت عند الحزام.

يحقق نقطة، كل ثنائي قطع المسافة المحددة قبل منافسيه ومن دون إسقاط الطوق. يفوز الفريق الذي تمكنت عناصره من حصد أكبر عدد من النقاط.

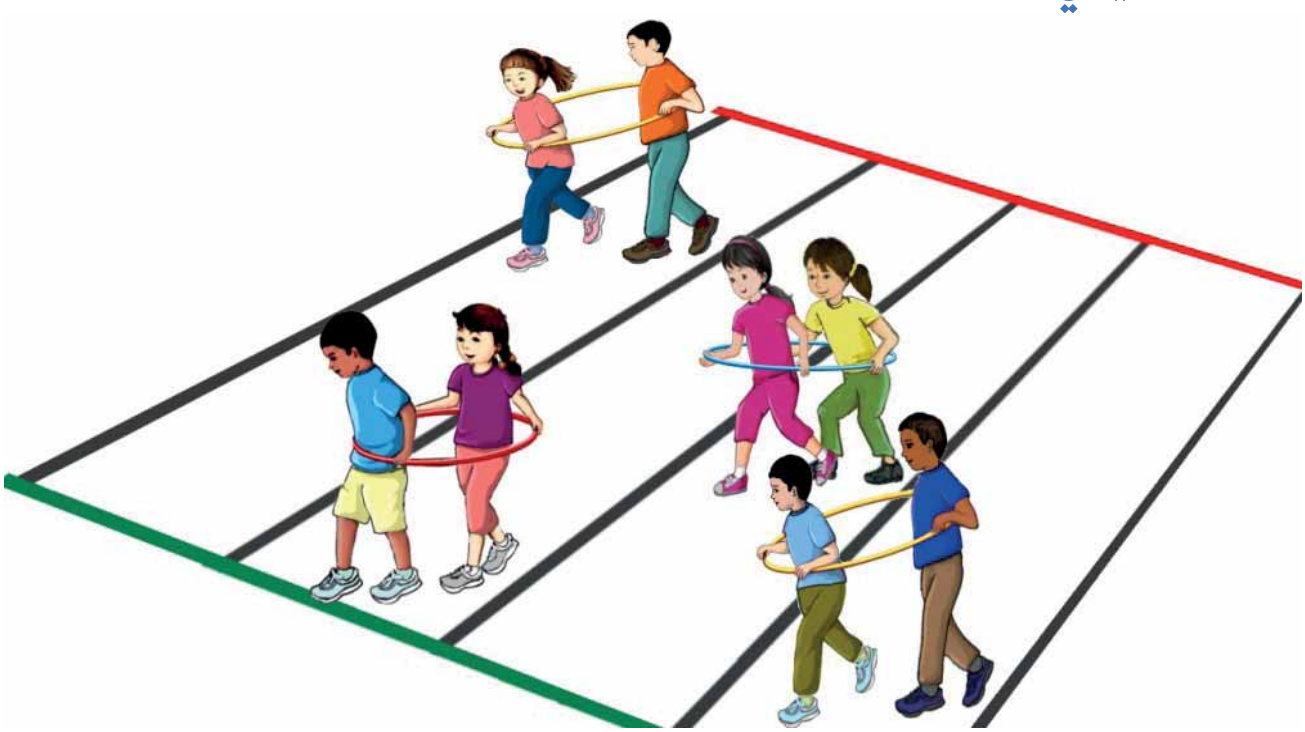
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- عدم مسك الطوق لحظة العبور.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، شريط لتحديد الممرات، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

ظلي يتبعني

الهدف من اللعبة: أقلد زميلا في حركاته وتنقلاته.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون ثنائيات تنتشر داخل رقعة الملعب، عند إشارة الأستاذ(ة) يتعقب أحد المتعلمين زميله كالشخص وظله، يتبعه ويحاكي بدقة ما يفعله من مشي وقفز وانحناء وهرولة. عند الإشارة الثانية للأستاذ يركض المتعلم نحو منطقة الأمان خارج حدود الملعب قبل أن يلمسه ظله.

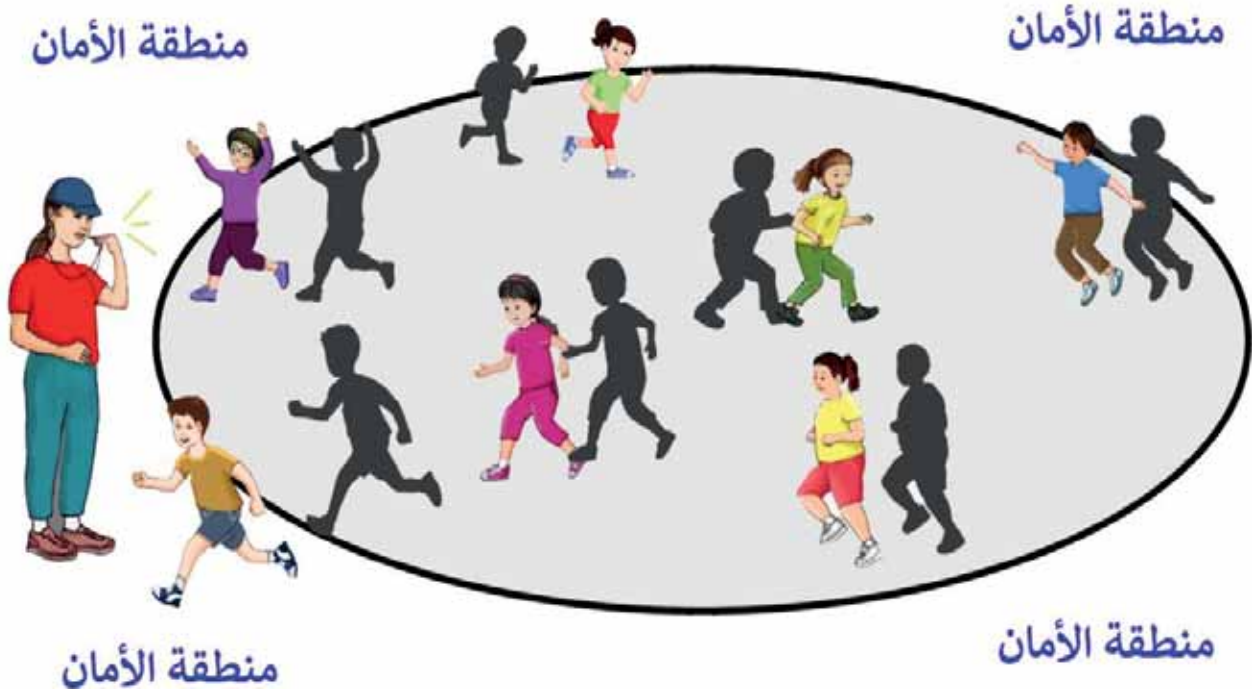
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- إضافة إشارة ثالثة تستوجب ثبات الثنائيات
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- مخاريط و أقمصة.

سند توضيحي:



السنة الثانية

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

المطاردة الثلاثية

الهدف من اللعبة: ألاحق منافسا في اتجاهات مختلفة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يوزع المتعلمون إلى ثلاث مجموعات (دجاج، أفاعي، ثعالب) بحيث يعلق كل متعلم وشاحا على مستوى الحزام. عند إشارة الأستاذ، تحاول كل مجموعة الحفاظ على أوشحتها وانتزاع أوشحة المجموعة المستهدفة (دجاج - أفاعي)، (أفاعي- ثعالب)، (ثعالب- دجاج). توجد مخابئ خاصة بكل فريق. يحتجز داخلها كل عنصر تم انتزاع وشاحه. ويحرر الزميل كلما تمكن رفاقه من مده بوشاح.

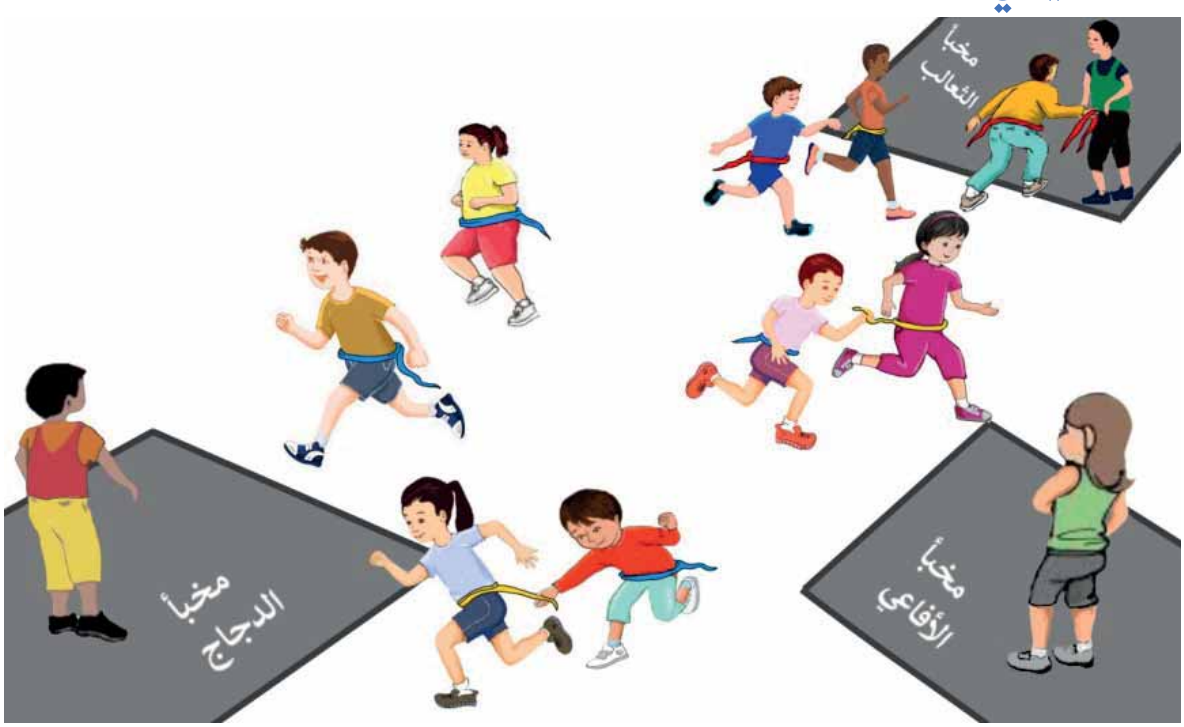
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- انتزاع وشاح أي عنصر من الفريقين المنافسين
- مساحة فضاء اللعب.

المعدات:

- أطواق، علامات، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

مسار المنعرجات

الهدف من اللعبة: أتنقل بتوازن في مسار ملتو.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تقف كل مجموعة عند خط البداية أمام مخاريط متباعدة ومرقمة من 1 إلى 6، عند إشارة الأستاذ(ة)، ينطلق متنافس عن كل مجموعة، للتنقل ذهابا وايابا في مسار ملتو بين المخاريط الستة.

يحرز المتعلم الذي يحل أولاً نقطة لفريقه.

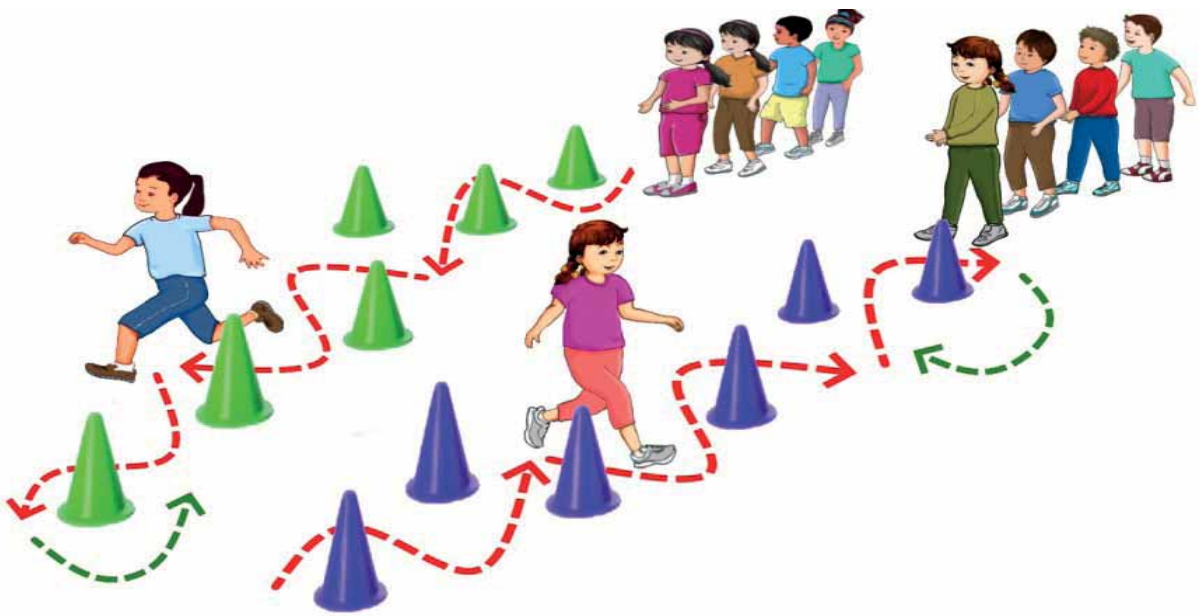
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- وضعية الانطلاق (القرفصاء، الوقوف على رجل واحدة)
- عدد المخاريط.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الدركي و الهارب

الهدف من اللعبة: أنقل أداة بسرعة متفاديا لمسة الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تحـدد دائـرة بداخلهـا مجموعة من الأدوات (كـرات، قنينات بلاستيكية، قطـع خشـبية) وسط فضاء مهيأ، يوزع الفصل إلى فرق من ستة متعلميـن، تحدد منطقة الهاربين ومحجـز الدركييـن (انظـر الشـكل أسـفله). عند إشارة الأستاذ يحاول الهاربون أخذ أداة تلو الأخرى إلى منطقتهم، بينما يحاول الدركيـون لمس حامل الأداة ووضعه في المحجـز ثـم إرجاع الأداة إلى السلة. عند التمكن من لمس يد زميل محجوز بمنطقة الدركييـن يعود إلى فريقه ليستأنف اللعب من جديد.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- نقل أداة واحدة في كل محاولة
- التوقف عن الحركة بعد لمسة الدركي.

المعدات:

- كرات، قنينات بلاستيكية صغيرة، مخاريط، قطع خشبية، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الذئب والراعي

الهدف من اللعبة: أتنقل ضمن مجموعتي مع تفادي الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات تقف عناصرها متماسكة الأيدي، يدعى العنصر الأول «الراعي» ويدعى العنصر الأخير «الحمل». تبدأ اللعبة بمحاولة الذئب (متعلم معين من طرف الأستاذ) لمس الحمل، ويتحتم على الراعي توجيه مسار مجموعته بشكل يحمي به الحمل من الذئب.

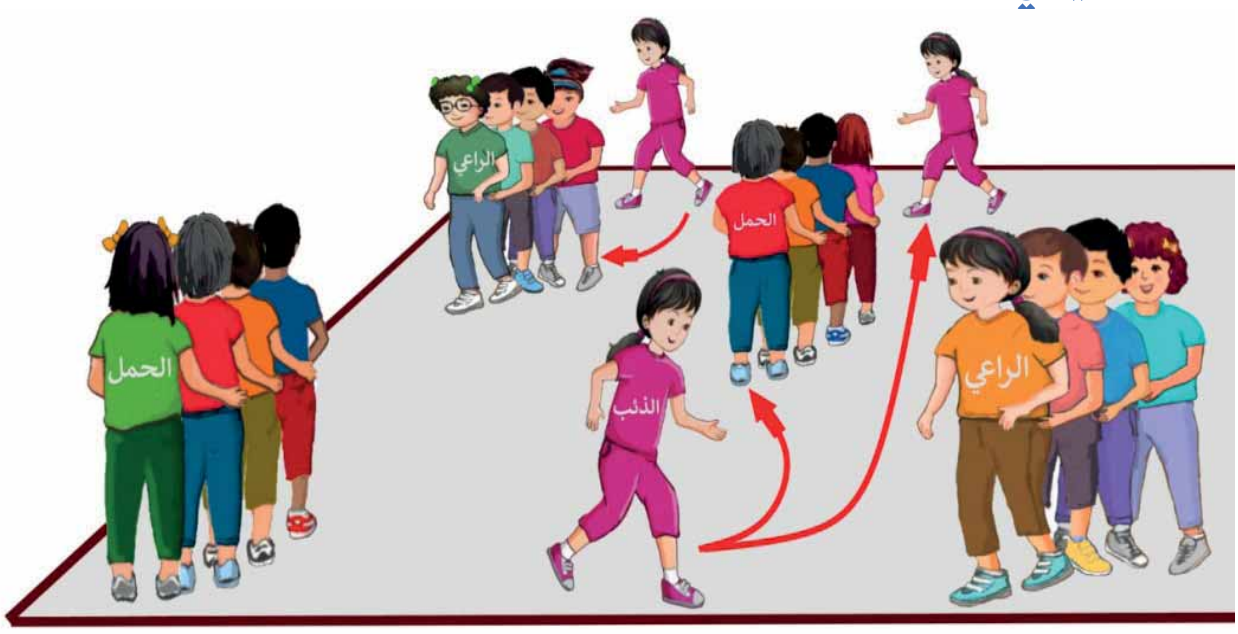
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- ذئب لكل مجموعة
- عدد المجموعات
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الفأر الهارب

الهدف من اللعبة: أتنقل بإيقاعات مختلفة في مسار دائري.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أزواج محيطة بدائرة قطرها 10 أمتار. يقف أحد عنصري الزوج خلف الآخر في اتجاه مركز الدائرة. يحاول القط (متعلم معين) مسك الفأر (متعلم آخر) داخل الدائرة، ويمكن لهذا الأخير التخلص من القط بالوقوف أمام أحد الأزواج، عندئذ يصبح عنصر الخلف فأرا سيُطارَد بدوره. إذا لمس القط الفأر قبل أن يلتحق بأحد الأزواج تستبدل الأدوار من جديد.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- عدد الأزواج حول الدائرة.

المعدات:

- أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

التسديدات المتشابكة

الهدف من اللعبة: أسدد الكرة في اتجاهات مختلفة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتم تشكيل دائرة قطرها 6 أمتار. يقف المتعلمون عند محيطها ملتحمين بواسطة الأقدام لسد الثغرات مع ترك الفجوة بين الرجلين(انظر الشكل أسفله). تبدأ اللعبة بتبادل ضرب الكرة باليد من أجل إدخالها بين رجلي الزميل المقابل مع الحفاظ على ثبات القدمين في الأرض. يحرز نقطة واحدة كل متعلم تمكن من إدخال الكرة بين رجلي زميله.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- عدد عناصر المجموعة.

المعدات:

- كرات، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

بيت العنكبوت

الهدف من اللعبة: أصوب الأداة في اتجاه محدد.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتم تشكيل دائرة قطرها 4 أمتار. يقف المتعلمون عند محيطها. تبدأ اللعبة عندما يحتفظ أحد المتعلمين برأس الخيط في يده اليسرى ثم يصوب بقية كبة الخيط الكبيرة بيده اليمنى تجاه أحد زملاءه في الجهة المقابلة مع المناداة باسمه. يمسك هذا الأخير بالكبة ويحتفظ بقطعة منها في يده اليسرى قبل إرسالها إلى زميل ثالث والمناداة باسمه بدوره، وهكذا دواليك حتى يتم فك كرة الخيط بأكملها. في النهاية، تشكل شبكة العنكبوت الجميلة بين جميع اللاعبين.

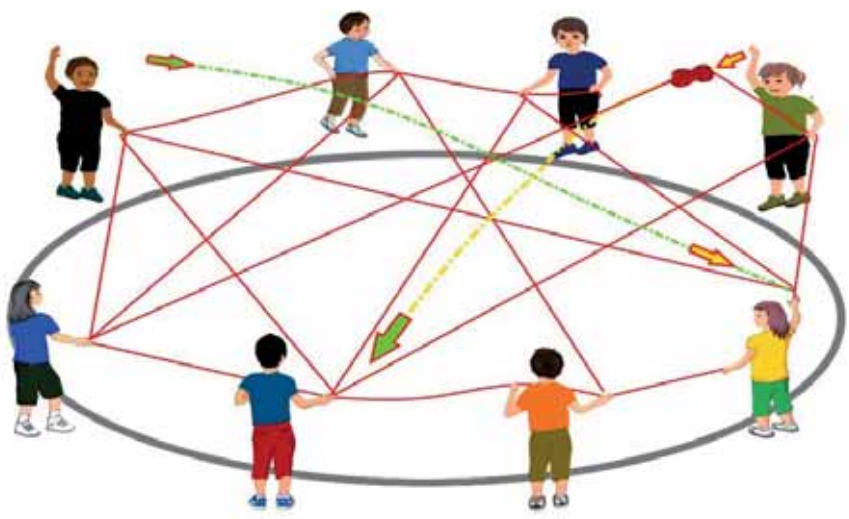
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- حجم كبة الخيط
- عدد عناصر المجموعة.

المعدات:

- كبات خيط كبيرة، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

اقتناص الطرائد

الهدف من اللعبة: أصوب الأداة بدقة نحو هدف ثابت.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تنتظم ثلاث مجموعات في ورشات بحيث يحاول أعضاؤها تصويب أداة (كرة صغيرة) نحو أهداف مختلفة:

الورشة رقم 1: قذف الكرة لتمريرها داخل أطواق.

الورشة رقم 2: قذف الكرة لإصابة قنينات بلاستيكية.

الورشة رقم 3: قذف الكرة لتمريرها فوق حبل مرتفع.

بينما تتكلف المجموعة الرابعة بالتنظيم واحتساب المحاولات الناجحة وتغيير الأماكن بالتدرج في المناطق المحددة، يتم تبادل الأدوار والورشات كل عشر دقائق في اتجاه عقارب الساعة.

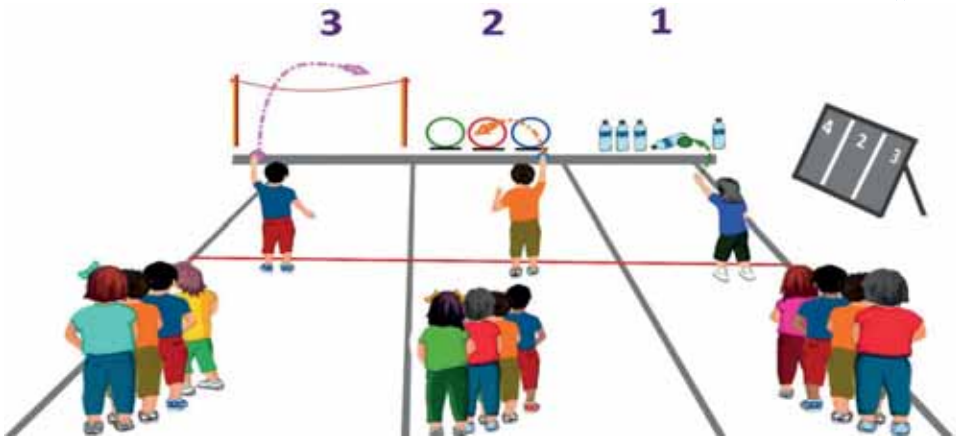
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مسافة التصويب
- حجم ونوع الأداة
- حجم ونوع الهدف
- الرفع من علو الحبل.

المعدات:

- أعمدة، طاولة، كراسي، كرات، أطواق، قنينات ومخاريط بلاستيكية، حبل.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

رمي القوس

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة نحو الهدف الأكثر قيمة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تنتظم أربع مجموعات في ورشتين، بحيث تتبارى مجموعتان داخل نفس الورشة؛ يحاول كل عنصر تصويب أداة (كـرة المضرب، كـرة اليد،الخ.) في ثلاث محاولات نحو الهدف المكون من دوائر متحدة المركز ومرسومة على الحائط، ويتم تسجيل النقط المحصل عليها من طرف المجموعة في سبورة النتائج للإعلان عن الفريق الفائز.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مسافة التصويب
- قطر الدوائر
- نوع وحجم الأداة.

المعدات:

- كرات، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

تحليق الوشاح

الهدف من اللعبة: أرمي أداة عاليا للرفع من زمن طيرانها.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون وهم جالسون دائرة كبيرة قطرها 10 أمتار. يعين الأستاذ(ة) متعلمين للتباري عند مركز الدائرة. عند إشارة الأستاذ(ة) يرمي المتنافسان وشاحهما عاليا ليلتقط أحدهما وشاح الخصم قبل الآخر. يفوز المتعلم الذي تمكن من التقاط الوشاح قبل خصمه.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تعيين أكثر من متعلمين
- نوع أداة الرمي (قبعة، نفاخة من المطاط).

المعدات:

- أوشحة ملونة، أطواق، مخاريط، علامات.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعاون والمواجهة

الاستقبال

الهدف من اللعبة: أتموضع بعيدا عن الخصم لتسهيل استقبال تمريرة الزميل.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم الفضاء إلى منطقتين يفصلهما ممر محظور عرضه 5 أمتار. يقف متعلم عن كل مجموعة في المنطقة الأولى من أجل رمي الكرة إلى زملائه المتواجدين في المنطقة الثانية، والذين يتوجب عليهم التقاط الكرة دون أن تسقط على الأرض رغم تواجد عناصر المجموعة الأخرى الذين يسعون بدورهم لالتقاطها. يتحول العنصر الذي تمكن من التقاط الكرة إلى رام لها.

يفوز الفريق الذي تمكن من احراز اكبر عدد من التمريرات الناجحة.

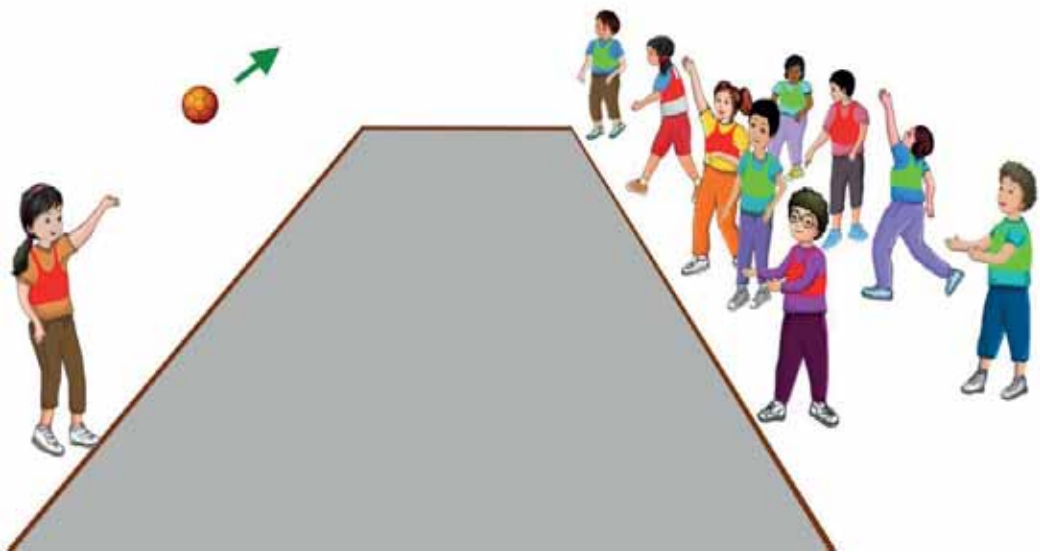
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عرض الممر المحظور
- إضافة كرة أخرى.

المعدات:

- كرات، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

المنقلة

الهدف من اللعبة: أشارك زملائي في انجاز تمريرات سريعة وفق شكل هندسي معين.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتم التنافس بين مجموعتين منتظمتين في فضاء على شكل منقلة شعاعها 6 أمتار. يرقم عناصر كل مجموعة، ثم يقف العنصر رقم 1 بمركز المنقلة حاملا الكرة فيمررها إلى العناصر المتواجدة فوق المسار الدائري. حيث يبدأ بالتمرير إلى رقم 2 الذي يعيد له الكرة، ثم يمررها إلى العنصررقم 3 ويستمر التمرير حتى آخر عنصر في المجموعة. عندها يستبدل العنصر الأول بالثاني، فالثالث، الخ.

تفوز المجموعة التي استكملت عناصرها عملية التمرير قبل الآخرين.

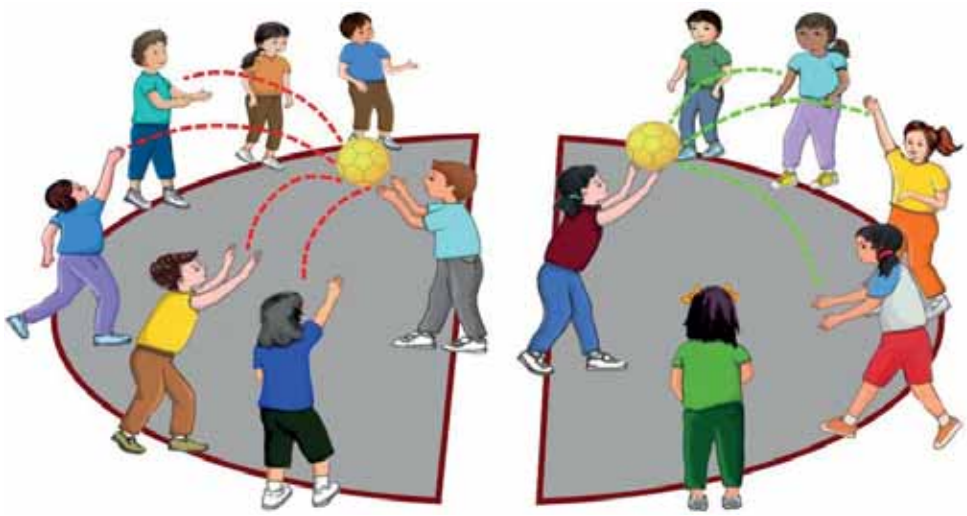
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

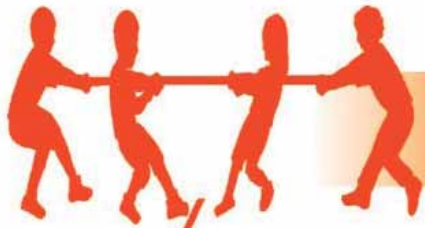
- شعاع المنقلة
- حجم الكرة
- طريقة التمرير.

المعدات:

- كرات، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

حصد البطاقات

الهدف من اللعبة: أساهم ضمن مجموعتي في حصد أكبر عدد من البطاقات متفاديا الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تشكل مجموعتان من المتعلمين. عند إشارة الأستاذ(ة) تسعى المجموعة الأولى بالتناوب إلى جمع بطاقات مبعثرة داخل فضاء اللعب والعودة إلى نقطة الانطلاق، بينما يحاول الخصم استهداف اللاعب الذي يحصد البطاقات بالكرة اللينة بعد تبادل 3 تمريرات بين عناصره كحد أدنى والتي يعدونها بصوت عال.

يفوز الفريق الذي جمع أكبر عدد من البطاقات.

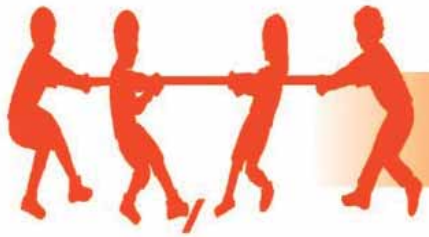
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد البطاقات
- عدد التمريرات المسموح بها.

المعدات:

- بطاقات ورقية ملونة، كرات، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

التهديف بالقدم

الهدف من اللعبة: أشارك مجموعتي تصويب الكرات بالرجل نحو أهداف محددة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل فريقان متساويان في فضائين متوازيين. يقوم كل فريق بتوزيع لاعبيه حول مساحة اللعب حيث وضعت بمركزه خمس قنينات بلاستيكية تحاول كل مجموعة إسقاط القنينات عن طريق التصويب بالقدم تجاهها.

يفوز الفريق الذي أسقط أكبر عدد من القنينات في وقت محدد.

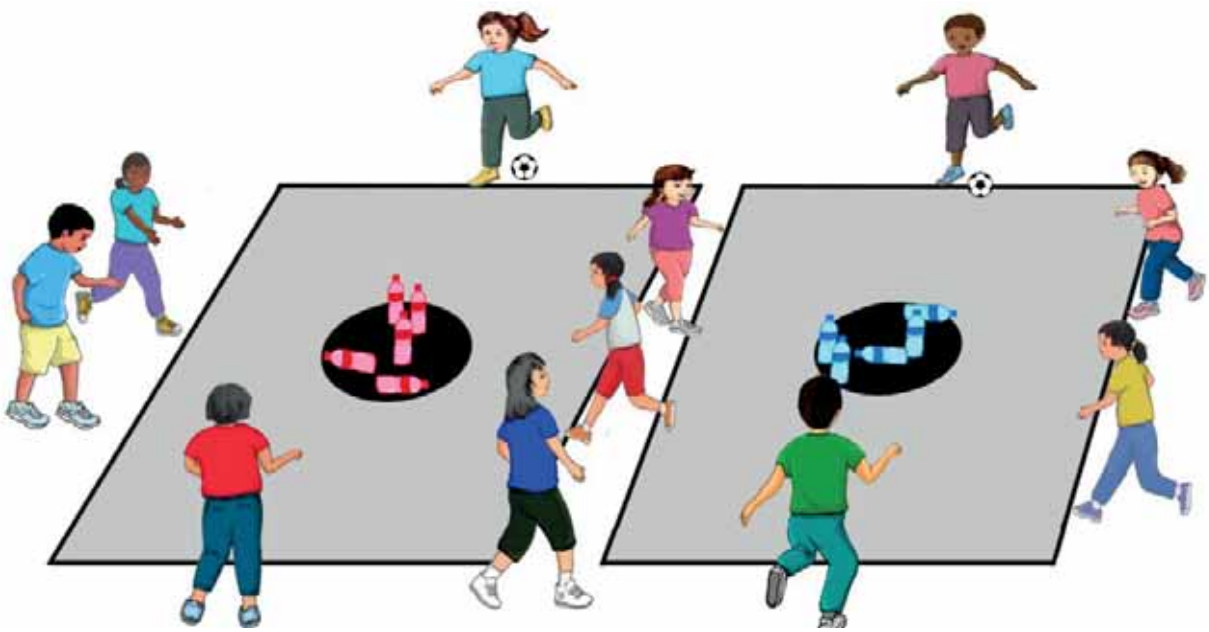
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مساحة اللعب
- مدة المحاولة
- عدد الكرات.

المعدات:

- كرات، أطواق، قنينات بلاستيكية، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

السلة

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة نحو سلة العميد لكسب المباراة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس مجموعتان بهدف إيصال الكرة إلى الزميل (العميد) المتواجد في منطقة محظورة أقصى الأمام(انظر الشكل أسفله)، وذلك عبر تبادلها وتصويبها في سلته. لبلوغ هذا الهدف، يتوزع الفريق الأول بكيفية متساوية في المنطقتين 1 و 3 ، بينما يتوزع الفريق المنافس في المنطقتين 2 و 4. يتم تمرير الكرة بين أعضاء الفريق من نفس المنطقة أولا ثم إلى زملائهم في المنطقة الأمامية ليصوبوها داخل السلة المحمولة.

يفوز الفريق الذي سجل أكبر عدد من النقاط في وقت محدد.

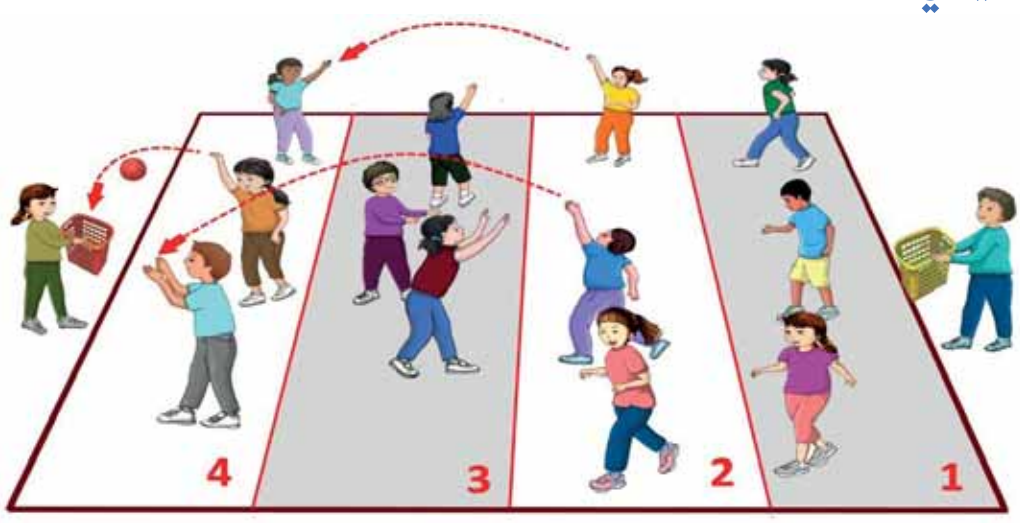
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الخطوات المسموح بها عند امتلاك الكرة
- مجال تحرك العميد.

المعدات:

- سلات، كرات، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز بالتردد

الهدف من اللعبة: أقفز بتردد في اتجاهات مختلفة داخل الشبكة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) شبكة من 5 خانات مرقمة من 0 إلى 4 بحيث يشكل 0 وسط الشبكة (انظر الرسم أسفله).

تشكل مجموعات من 5 عناصر حول كل شبكة. عند إشارة الأستاذ(ة) يبدأ المتعلمون بالتنافس بالقفز تبعا لتعليمات الأستاذ(ة).

يحاول المتعلم الاستجابة بالقفز داخل الخانة المناسبة حسب التعليمة:

- 0-4-3-2-1-0-

- 0-4-0-3-0-2-0-1-0-

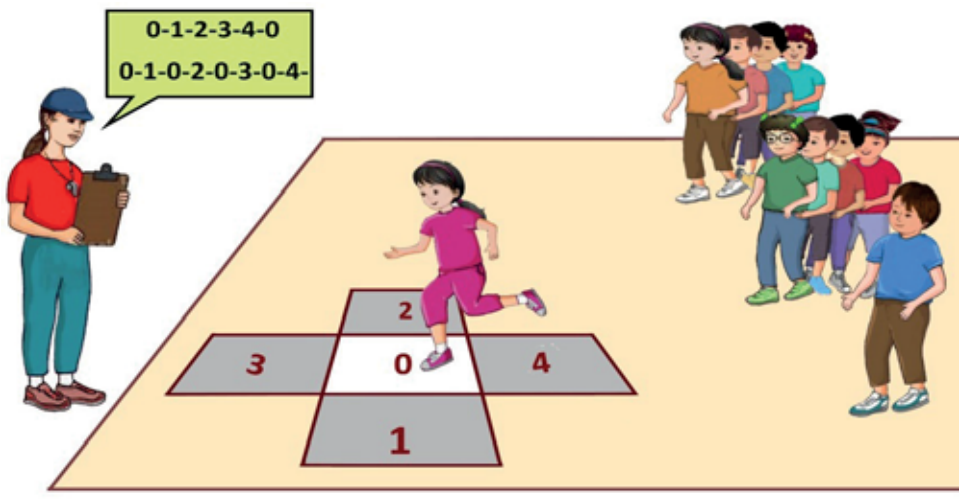
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز(رجل واحدة، الرجلين معا)
- عدد القفزات المتتالية
- أبعاد الشبكة.

المعدات:

- شبكات من 5 خانات مرقمة من 0 إلى4، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

لعبة الحجلة

الهدف من اللعبة: أقفز بين الخانات لألتقط أداة مع الحفاظ على توازني.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تشكل 5 ورشات تضم كل واحدة حجلة من 8 خانات حسب رسم الوضعية. يحاول كل متعلم بلوغ جميع الخانات بالترتيب عن طريق القفز، مستعينا بالقطعة الخشبية التي يجب رميها داخل الخانة المناسبة ثم التقاطها والعودة إلى نقطة الانطلاق.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز(رجل واحدة، الرجلين معا)
- إزاحة قطعة الخشب بالرجل بدل التقاطها.

المعدات:

- حجلة من 8 خانات، أطواق، علامات ملونة، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

سباق الحواجز في ممر دائري

الهدف من اللعبة: أجري مع تخطي الحواجز في ممر دائري.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

في ساحة المدرسة يتم إعداد مطاف دائري (60 أو 80 متر) يتكون من ممرين يحتوي كل منهما على 6 حواجز علوها 30 سم، (يمكن استعمال قنينات، علب ورقية أو عوارض خشبية، الخ.)، يتم تشكيل مجموعتين، ينطلق متعلم عن كل مجموعة لقطع المسافة مع تخطي الحواجز والوصول قبل المنافس. يجب أخذ اختلاف محيط الممرين بعين الاعتبار (الحرص على تفاوت خط الانطلاق بينهما). تكسب المجموعة التي تخطى عداءها الحواجز دون إسقاطها.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد وعلو الحواجز
- طول المطاف.

المعدات:

أطواق، قنينات بلاستيكية، مخاريط، حواجز، علب ورقية أو عوارض خشبية.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

تخطي السواقي

الهدف من اللعبة: أقفز بوسع أبعد مسافة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمـون إلى مجموعتين، كل واحـدة تنتظم داخل ورشة على الشكل التالي:

الورشة الأولى: القفز على الجدول(ممـر) الذي يزداد عرضه، بحيث ينتقل المتعلـم إلى قفز مسافة أوسع عند إنجاح القفـزة الأولـى.

الورشة الثانية: القفز بوضع الرجل داخل الطوق، وتزداد المسافة الفاصلة بين الأطواق كلمـا كانت المحاولة ناجحة.

يتم تبادل الورشات عقب اكمال دور كل مجموعة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

عرض ممرات القفز

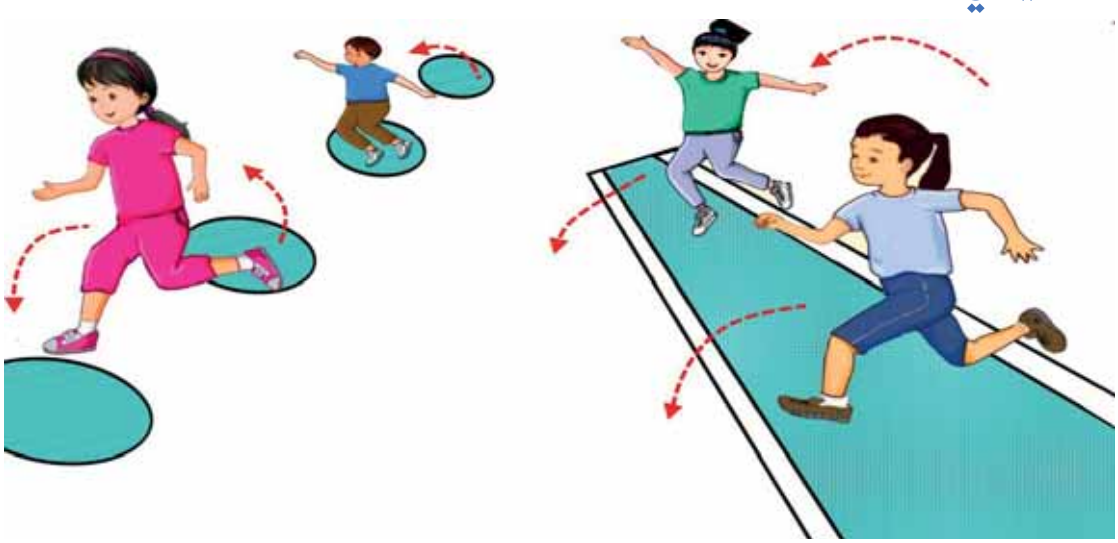
المسافة الفاصلة بين الأطواق

عدد الأطواق.

المعدات:

أطواق، قنينات بلاستيكية، مخاريط، حواجز، عوارض خشبية.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

مسار الأطواق

الهدف من اللعبة: أنظم قفزاتي لعبور الممر باستعمال أطواق.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يعد الأستاذ(ة) مسارا مشكلا من عدة أطواق أو يرسمه في فضاء اللعب (انظر الرسم أسفله)، يتعين على كل متعلم من المجموعة عبور المسار وفق اتجاه محدد، وذلك عن طريق القفز داخل الأطواق.

يحرزنقطة كل متعلم تمكن من عبور المسار.

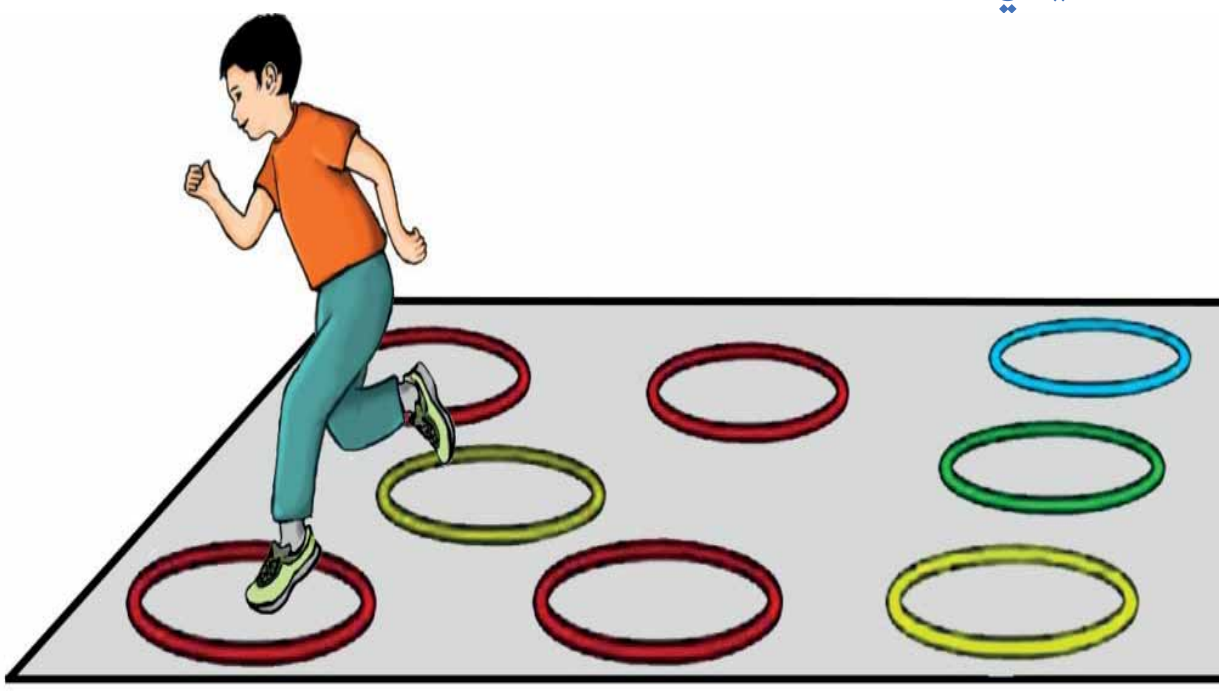
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الأطواق
- طريقة القفز (رجل واحدة، الرجلين معا).

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

التمريرات السريعة

الهدف من اللعبة: أركز أثناء تمرير الكرة سريعا إلى الزميل المحاذي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس أربع مجموعات حيث تحاول الواحدة منها إيصال الكرة إلى العنصر المتواجد في مؤخرة المجموعة الذي يركض سريعا إلى المقدمة لمعاودة التمرير إلى حين استكمال الدورة، و ذلك قبل المجموعات المنافسة استجابة لتعليمة الأستاذ الذي يحدد في البداية طريقة التمرير، مثال عند قوله: «التمرير من فوق الرأس» يحاول أفراد المجموعة وهم مصطفون داخل الممر، تمرير الكرة من فوق الرأس إلى الزميل الموالي حتى آخر عنصر.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

-طريقة التمرير

- المسافة الفاصلة بين عناصر المجموعة.

المعدات:

كرات، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

الهارب والمطارِد

الهدف من اللعبة: أكيف استجابتي لمثير صوتي متغير.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يصطف المتعلمون على طول خط الانطلاق، ثم يبدأ الأستاذ بإعطاء كل عنصر رقما، بعدئذ ينادي برقم معين فيتحتم على صاحبه الجري نحو خط الوصول قبل أن يلمسه صاحب الرقم الذي يليه (مثال عند المناداة على رقم 4 يلاحقه رقم 5، الخ.).

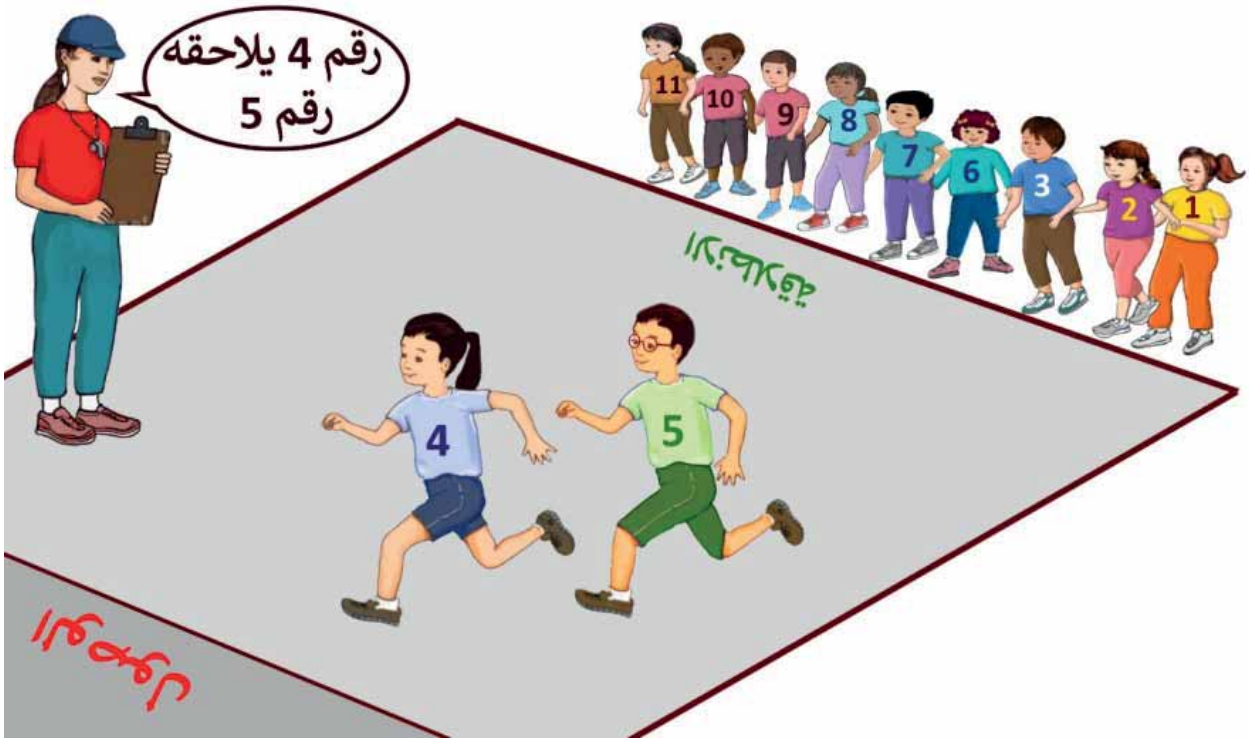
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- المسافة الفاصلة بين خط الانطلاق وخط الوصول
- المناداة على رقمين بعد رقم الهارب.

المعدات:

- أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

مباغتة الصيادين

الهدف من اللعبة: ألائم حركاتي حسب طبيعة المثير.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون (الصيادون) دائرة قطرها 6 أمتار، ثم يقومون بتمرير الكرة فيما بينهم، بينما يتردد الآخرون (الأسماك) على مركز الدائرة جريا (تحتسب نقطة عن دخول عناصر المجموعة كلها). عند إشارة الأستاذ(ة)، يبسط الصيادون أذرعهم ليصطادوا الأسماك التي في شباكهم (نقطة عن كل سمكة مصطادة).

تفوز المجموعة التي حصلت على أكبر عدد من النقط.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- تحديد عدد أقصى للتمريرات.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

البوصلة

الهدف من اللعبة: أركز وأسرع من أجل التواجد في الجهة المناسبة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) دائرتين بقطر 10 أمتار ثم يحدد بهما الجهات الأربع (الشمال، الغرب، الجنوب والشرق). تتنافس مجموعتان حيث تحاول كل واحدة الطواف حول دائرتها ثم التموقع عند الجهة المناداة عليها من طرف الأستاذ(ة).

تحرز نقطة إضافية كل مجموعة تمكنت عناصرها من التواجد كاملة في المكان المناسب.

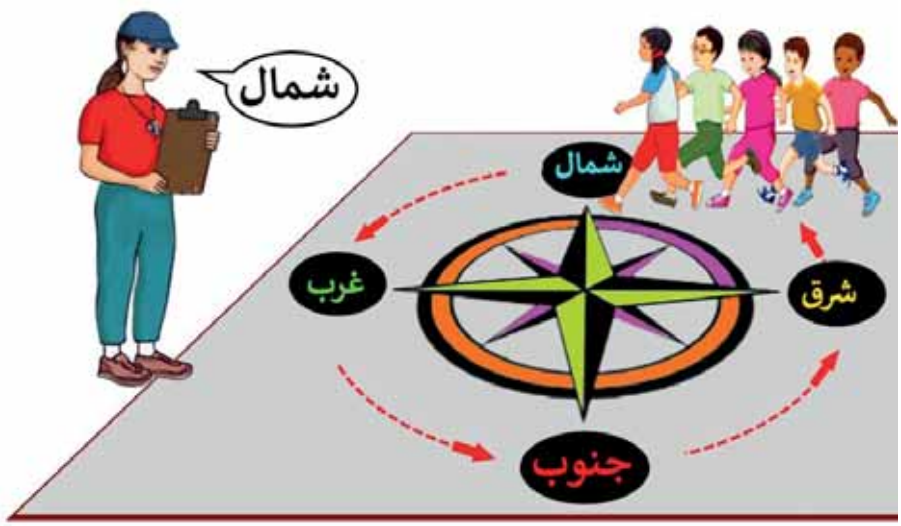
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- تغيير اتجاه الدوران
- نوعية التنقل.

المعدات:

- أطواق، مخاريط ، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

الشمس

الهدف من اللعبة: أسرع لالتقاط البطاقة قبل المنافس لكسب الرهان.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ترسم دائرة كبيرة (الشمس) قطرها 4 إلى 5 أمتار على الأرض، تمتد منها 5 خطوط متفرقة (الأشعة) طولها 6 أمتار، يتم تجميع البطاقات المختلفة الألوان في وسط الشمس(لون خاص لكل مجموعة). تتمركز الفرق الخمسة المتبارية عند رأس كل شعاع (انظر الشكل أسفله)، يحاول كل عنصر بالتوالي جلب بطاقة واحدة بسرعة ووضعها على الشعاع الخاص به.

يفوز الفريق الذي تمكن أعضاءه من تسطير البطاقات كلها فوق شعاعه قبل الفرق الأخرى.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة وطول الشعاع
- عدد البطاقات.

المعدات:

- بطاقات ملونة، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

لعبة القرفصاء

الهـدف مـن اللعبـة: أحافظ على توازني وأفقد المنافس توازنه في وضعية القرفصاء.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يوزع المتعلمـون إلى ثنائيات (من الأفضل أن يراعـى في هـذه الثنائيات الإنسجام في القامة والسن. حتى نضمن سلامة المتعلمين) مـن أجـل التبـاري حسـب تعليمـات التالية:

- التدافع بالأيدي في وضعية القرفصاء.
- التدافع اعتمادا على جانب الجسم (أنظر الصورة أسفله)

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الثنائيات

المعدات:

أطواق، مخاريط، مفروشات.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

قائد الفرقة

الهدف من اللعبة: أقلد زميلي في حركات تعبيرية منتظمة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون دائرة كبيرة، ثم يختار الأستاذ(ة) متعلما ليتموقع في مركز الدائرة حيث يؤدي مجموعة من الحركات كي يقلده زملاءه، مثال:

- التوازن على الرجل اليمنى أو اليسرى
- وضعية القرفصاء بتمديد إحدى الرجلين إلى الأمام
- القيام بقفزات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- الاستعانة ببعض الأدوات
- ربط الحركات المطلوبة بموضوع معين.

المعدات:

- مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

التوأم

الهدف من اللعبة: أتنقل ملتحما بجسم صديقي مع الحفاظ على التوازن.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى ثنائيات وتحدد المسافة الفاصلة بين خطين « أ» و«ب» في 15 مترا. يحاول المتعلمان التنقل من الخط «أ «إلى الخط «ب» مع تلاحم جسميهما بواسطة أداة (كـرات، مخاريـط بلاسـتيكية، علـب صغيـرة الحجـم) والحيلولة دون إسقاطها من بداية الممر الى نهايتـه.

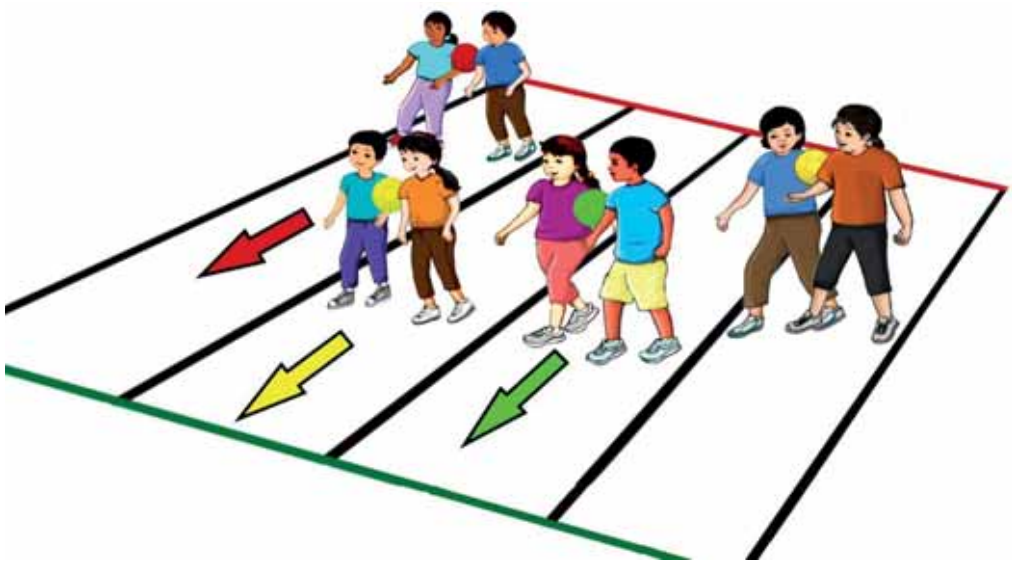
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة الالتحام (بالكتف، بالظهر، بالرأس، الخ.)
- حجم الأداة (كرة صغيرة، كبيرة)
- طول الممر
- وضع حواجز داخل الممر.

المعدات:

كرات، مخاريط، علب ورقية صغيرة الحجم.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

البهلوان

الهدف من اللعبة: أحافظ على التوازن أثناء التنقل حاملا أداة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات، كل واحدة في ممر، يحمل المتعلم في يده طوقا ثم يتنقل فوق ممرمرسوم على الأرض أو من الورق المقوى طوله متران وعرضه 10سم. يتم التباري بالمجموعات. وتفوز المجموعة التي أنهى جميع أفرادها المهمة المطلوبة بعدد أقل من الأخطاء (الخروج عن الممر، سقوط الطوق من يد المتعلم).

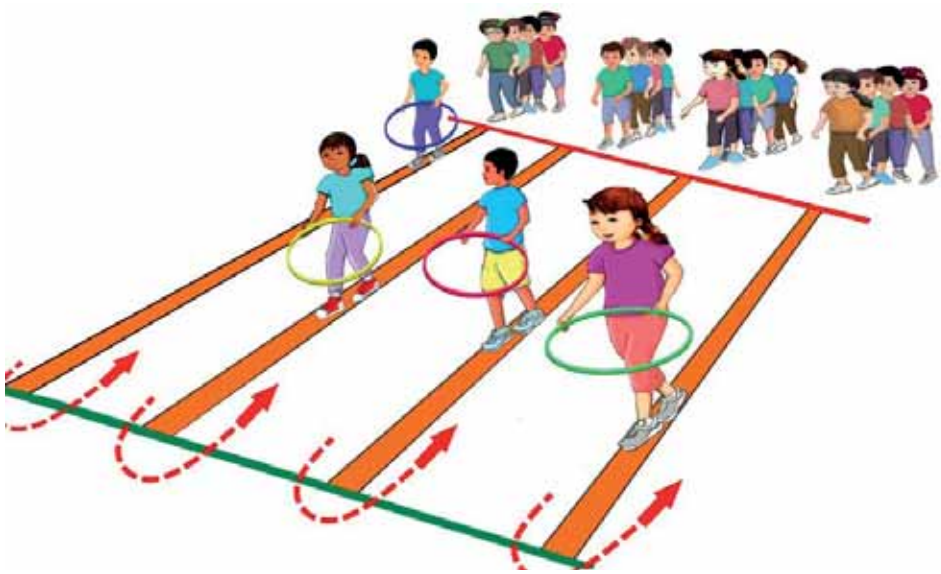
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة التنقل (التنقل مشيا، التنقل بهرولة، التنقل جانبا)
- التنقل في الممر، مع تمريرالطوق حول الجسم (إدخال الطوق في الرجل وتمريره بالجدع، ثم إخراجه من جهة الرأس) دون الخروج عن الممر
- تغيير الأداة (كرة، وشاح، إلخ.).

المعدات:

- ورق مقوى، أطواق، مخاريط، كرات، أوشحة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

التوازن الثنائي على رجل واحدة

الهدف من اللعبة: أحافظ على التوازن مرتكزا على رجل واحدة رفقة زميلي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمـون إلى ثنائيات للقيام بإحدى الأشكال المرسومة (أنظر الجدول أسـفله). يتم الاختيار من بين الوضعيات حسب درجة الصعوبة الممكن إنجازهـا من طرف الثنائيات، ويحرص الأستاذ على ضمان شروط السلامة من أجل إنجاز الشكل المعتمد: فضاء به رمل أو عشب مـع الاحترام الكلي للتعليمات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

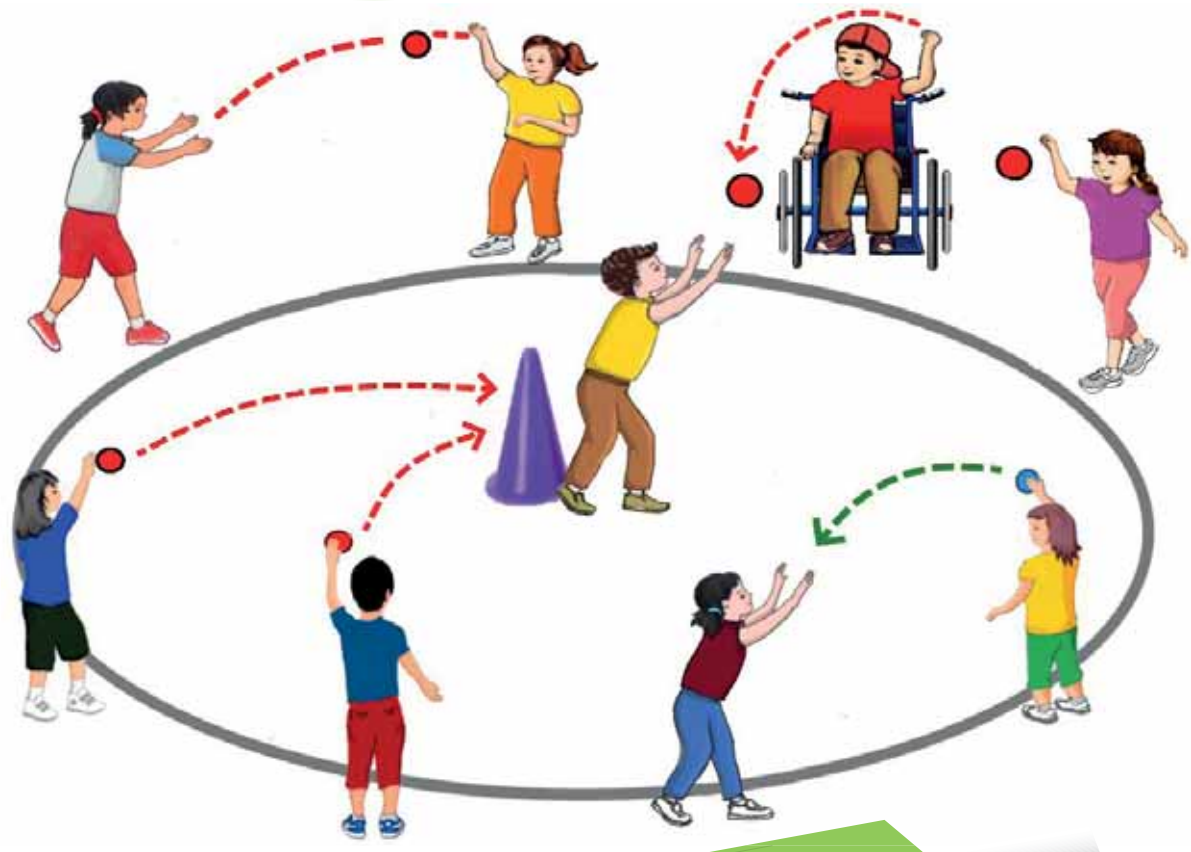
- الأقران
- الأشكال.

المعدات:

- مفروشات، مخاريط.

سند توضيحي:

السنة الثالثة



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

لعبة السلسلة

الهدف من اللعبة: أجري سريعا في اتجاهات مختلفة وأتفادى المطارد.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يحدد الأستاذ ملعبا ويعين متعلمـا يدعى «القائد»، عند الإشارة يشرع القائد في مطاردة زمـلاءه، و كل من تم لمسه يشكل مع القائد سلسلة متلاحمة بتماسك الأيدي، ثـم يتعاونون في مطاردة باقي المتعلميـن.

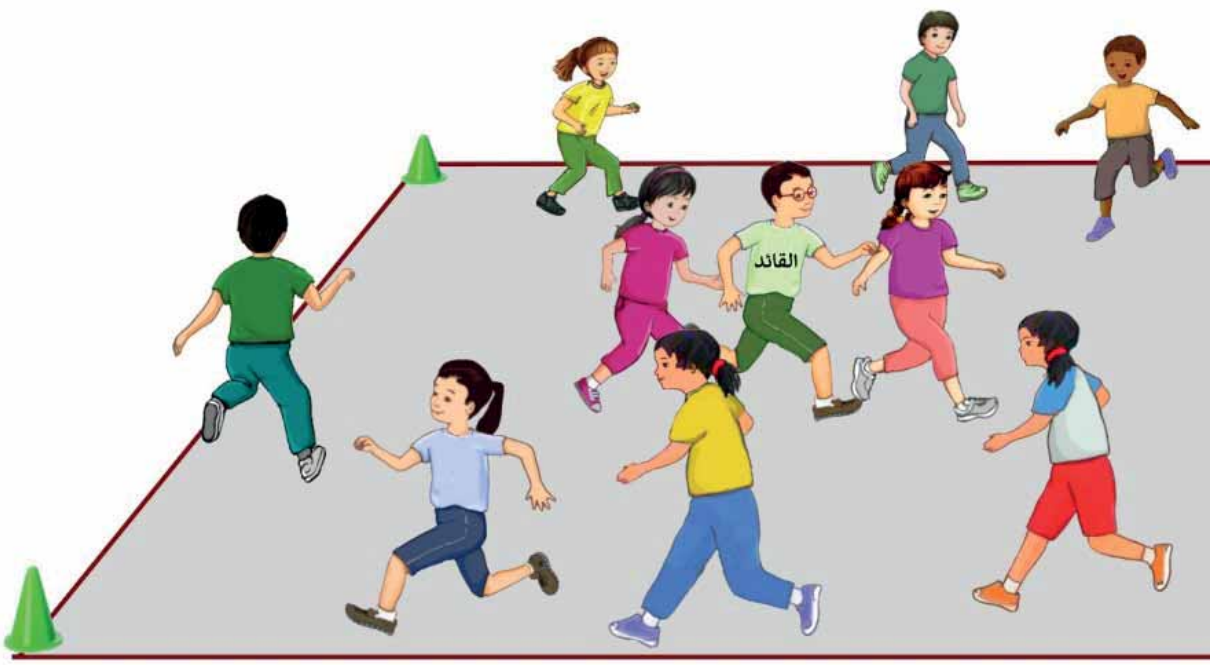
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تعيين قائدين
- أبعاد مساحة اللعب.

المعدات:

- مخاريط، أقماع.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الحوامة

الهدف من اللعبة: أجري سريعا لأحوم حول نقطة ثم أعود إلى محطتي قبل المنافس.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمـون إلى فريقين متساويين من حيث العدد، كل فرد له منافس مباشر في الفريق الآخر يحمل رقما مماثلا له. تبـدأ اللعبة بالمناداة على رقم معين، ثم يحاول كل من المتعلميـن حامليـي الرقم الجـري سـريعا والطـواف حول دائـرة الوسـط ثـم العودة إلى نقطة الانطلاق.

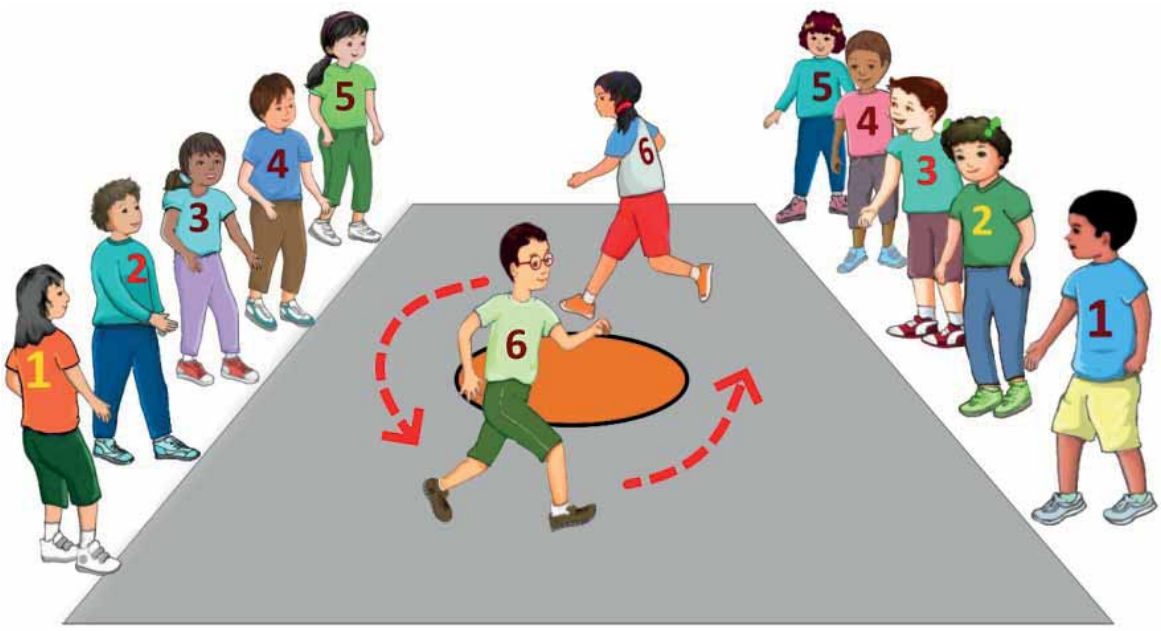
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- استبدال الدائرة بكرتين متباعدتين يتم جلب إحداهما بدل الدوران
- المسافة الفاصلة بين المجموعتين.

المعدات:

- مخاريط، كرات، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

العملاق المتجول

الهدف من اللعبة: أتنقل مستعملا أداة في مسار ملتوي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) ممرا ملتويا طوله 15 مترا في فضاء اللعب، يحاول المتعلمون عبوره بالاستعانة بركائز(علب بلاستيكية أو معدنية خفيفة) مربوطة بحبل على جانبيها، مما يساعد المتعلم على التنقل عبر جذب الحبل و رفع إحدى القدمين (انظر الرسم أسفله). يحرز نقطة كل عنصر تمكن من العبور دون وضع الرجل أرضا.

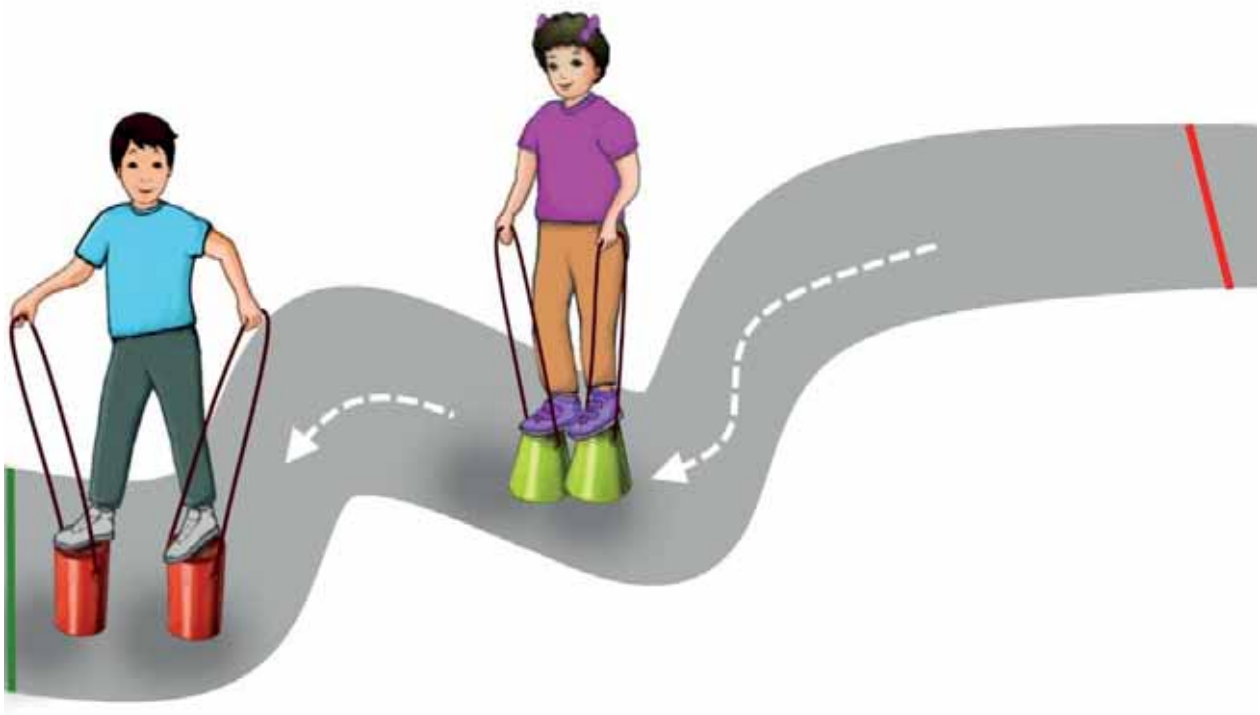
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- إضافة بعض الحواجز(طوق، مخروط).

المعدات:

- ركائز (دلو صغير أو علبة بلاستيك)، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

التناوب التزايدي

الهدف من اللعبة: أجري مسرعا في مسار متغير.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات. يخصص ممر طوله 20 مترا لكل مجموعة. عند إشارة الأستاذ ينطلق العنصر الأول من كل مجموعة بالجري سريعا ولمس العلامة عند نهاية الممر. ثم ينطلق العنصر الثاني ليمسك بيد زميله عند العلامة والعودة معا لمسك يد زميل ثالث حتى المسك بيد آخر عنصر من المجموعة والعودة الى خط الانطلاق.

تفوز المجموعة التي تمكنت من إنهاء المهمة قبل الآخرين.

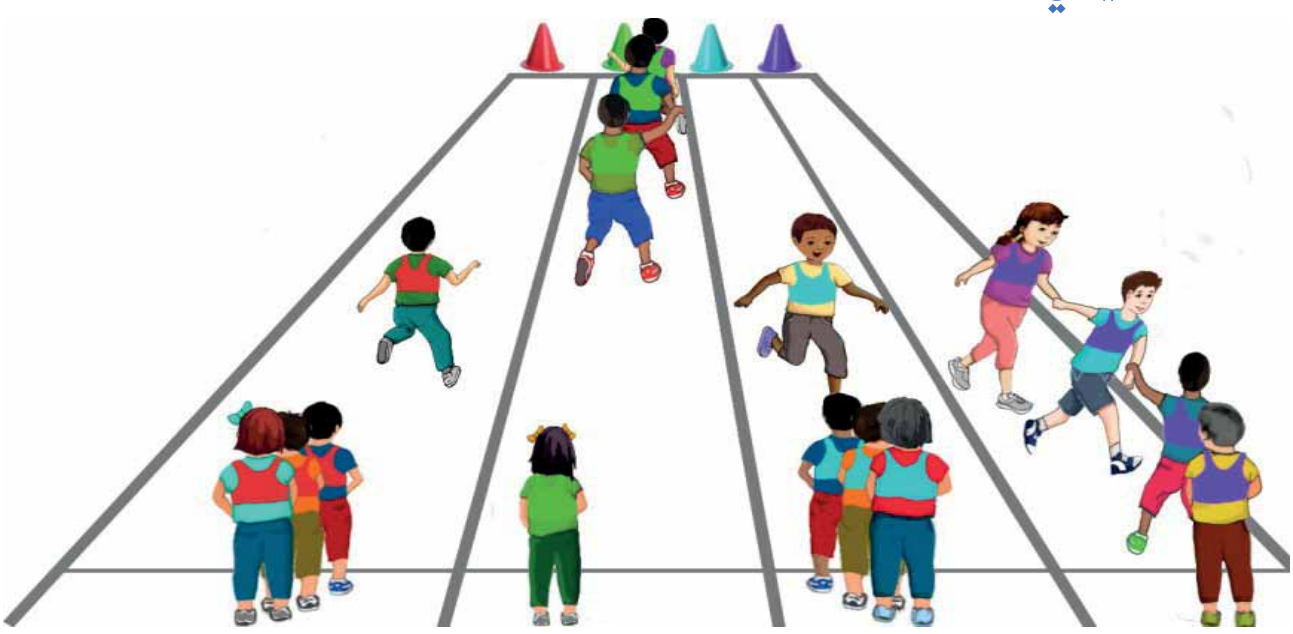
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- قطع المسافة ذهابا وايابا قبل إضافة عنصر جديد مع تخفيض طول الممر إلى النصف.

المعدات:

- مخاريط، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الجسر

الهدف من اللعبة: أتنقل سريعا داخل مسار ضيق.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتبارى مجموعتان من المتعلمين بحيث يشكل عناصر المجموعة الاولى جسرا على شكل ثنائيات بمسك الأيدي إلى الأعلى، ثم تحاول ثنائيات المجموعة الثانية التنقل بسرعة تحت الجسر بمسك الأيدي.

تفوز المجموعة التي أكملت عناصرها العبور في وقت أقل من منافستها.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الجسر
- الانطلاق من نقط مختلفة قبل عبور الجسر.

المعدات:

- مخاريط ،علب ، قنينات بلاستيكية، كرات.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

القنص السريع

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة بدقة نحو أهداف بعيدة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتنافس فريقان في فضاء على جانبي منطقة محظورة من 5 إلى 7 أمتار تتوسطها قنينات بلاستيكية أو مخاريط ملونة (لون خاص لكل فريق). بحوزة كل مجموعة نفس عدد الكرات. يجب على كلا الفريقين أن يسقطا الأهداف الخاصة بهما.

يفوز الفريق الذي أسقط كل قنيناته (أو أكبر عدد من الأهداف في وقت معين).

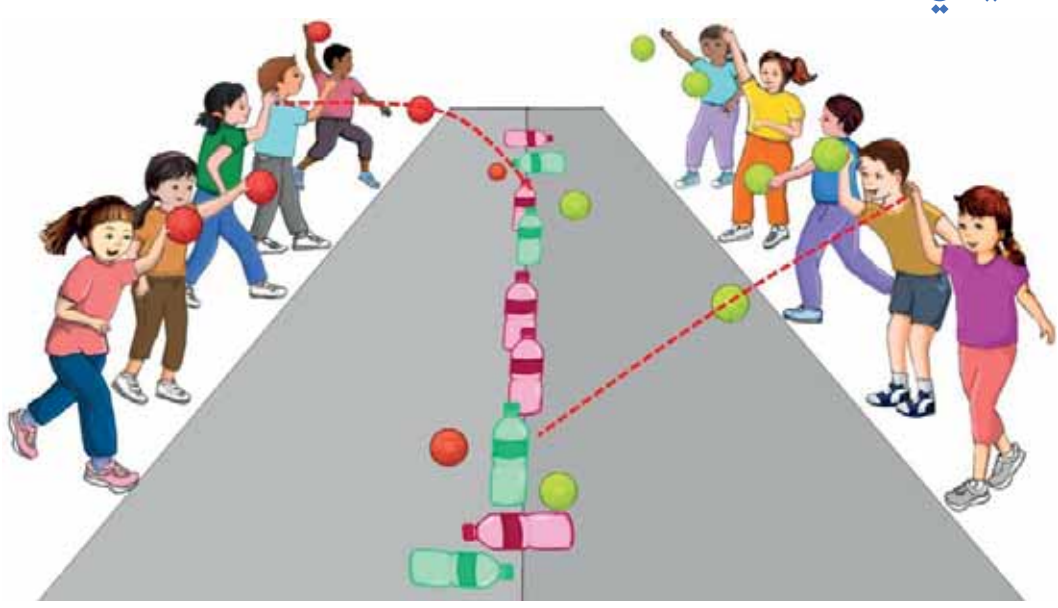
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- نوع وحجم الأهداف
- بعد الأهداف عن نقطة التصويب
- طريقة التصويب (يد واحدة، اليدين معا).

المعدات:

- كرات صغيرة، أطواق، قنينات بلاستيكية، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

لعبة الدوائر

الهدف من اللعبة: أدحرج الكرة بدقة نحو مركز الدوائر المتحدة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات، تصطف عناصر كل منها أمام 4 دوائر متحدة المركـز مرسومة على الأرض، تفصل بينها مسافة 50 سم، يُطلب من المتعلمين دحرجة الكرة عـن بعد 10 أمتار، ويحصلون على نقط تزداد قيمتها في اتجاه المركـز.

(المركـز 4 = نقط ، الدائرة الموالية 3 = نقط ، الدائرة الثالثة = نقطتان، الدائرة الرابعة = نقطة واحدة).

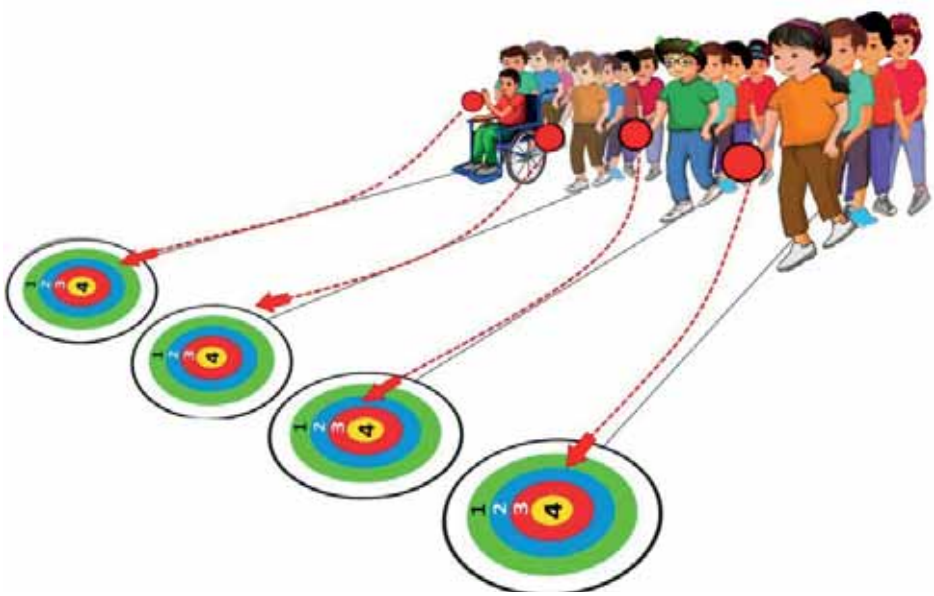
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدوائر
- مسافة الدحرجة
- نوع وحجم أداة الرمي.

المعدات:

- كرات، مخاريط، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

ملء السلات

الهدف من اللعبة: أرمي أدوات مختلفة داخل إطارات بعيدة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يـوزع المتعلمـون إلى أربع مجموعات. يحـاول كل فـرد مـن المجموعـة إسـقاط الأداة (كـرة، قطعة خشب، مخـروط، الخ.) داخل إطار أو سلة أو صندوق علـى بعد خمسة أمتار.

تفرز النتائج لمعرفة الفريق الفائز.

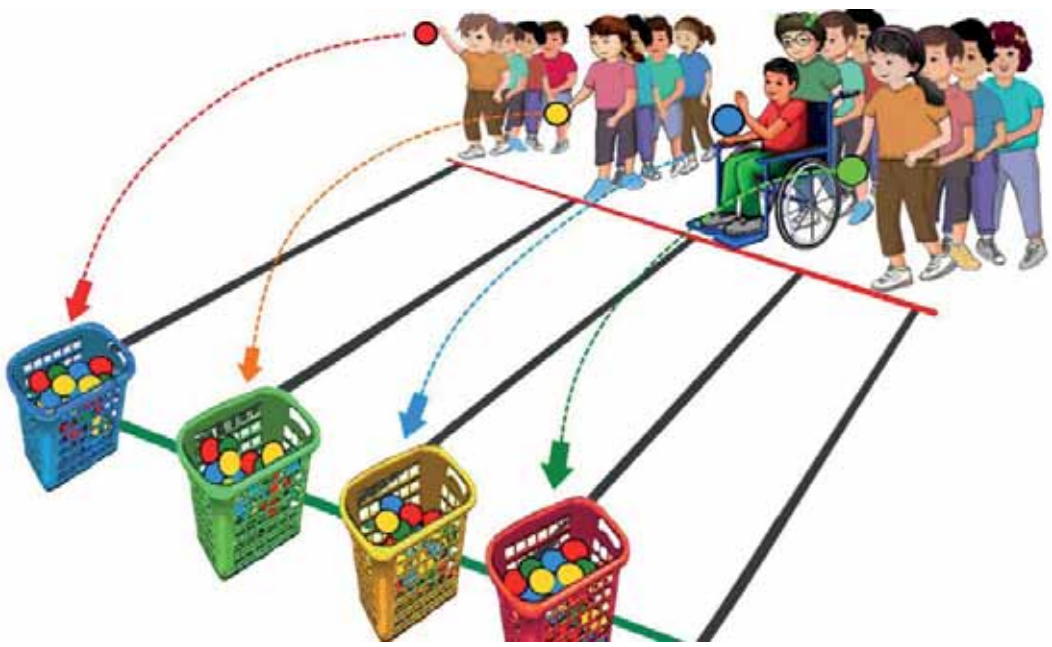
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- نوع وحجم الأهداف
- بعد الأهداف عن نقطة التصويب
- طريقة الرمي (يد واحدة، اليدين معا).

المعدات:

- سلات، كرات، أطواق، مخاريط، إطارات، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الرصيف

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة بدقة نحو أهداف متحركة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تسدد مجموعة الصيادين وهم موزعين على جانبي ممر (طوله 20 مترا وعرضه 10 أمتار) الكرات اللينة تجاه زملاءهم (الأرانب) الذين يقطعون الممر جريا، دون أن يصابوا بكرات الصيادين القادمة من جانبي الممر، حيث يغادر الممر كل أرنب تم لمسه بالكرة. تفوز المجموعة التي أصابت بالكرات أكبر عدد من الأرانب.

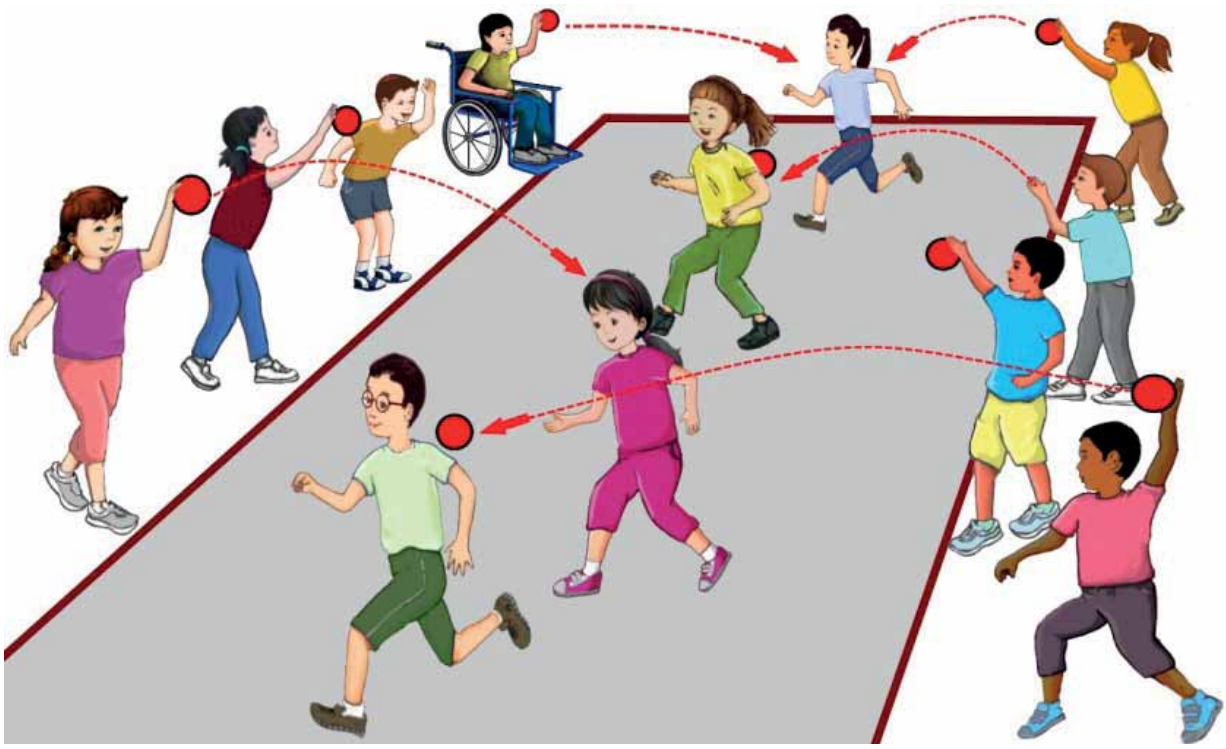
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الكرات
- أبعاد ممر الجري.

المعدات:

- كرات، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

التهديف عبر الحائط

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة بدقة لإسقاط أكبر عدد من الأهداف.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس أربع مجموعات، بحيث يتناوب كل واحد من عناصرها على قذف الكرة باليد نحو الحائط من أجل توجيهها لإسقاط مخاريط أو قنينات بلاستيكية مثبتة خلف خط الرمي. يفوز الفريق الذي تمكنت عناصره من إسقاط أكبر عدد من المخاريط.

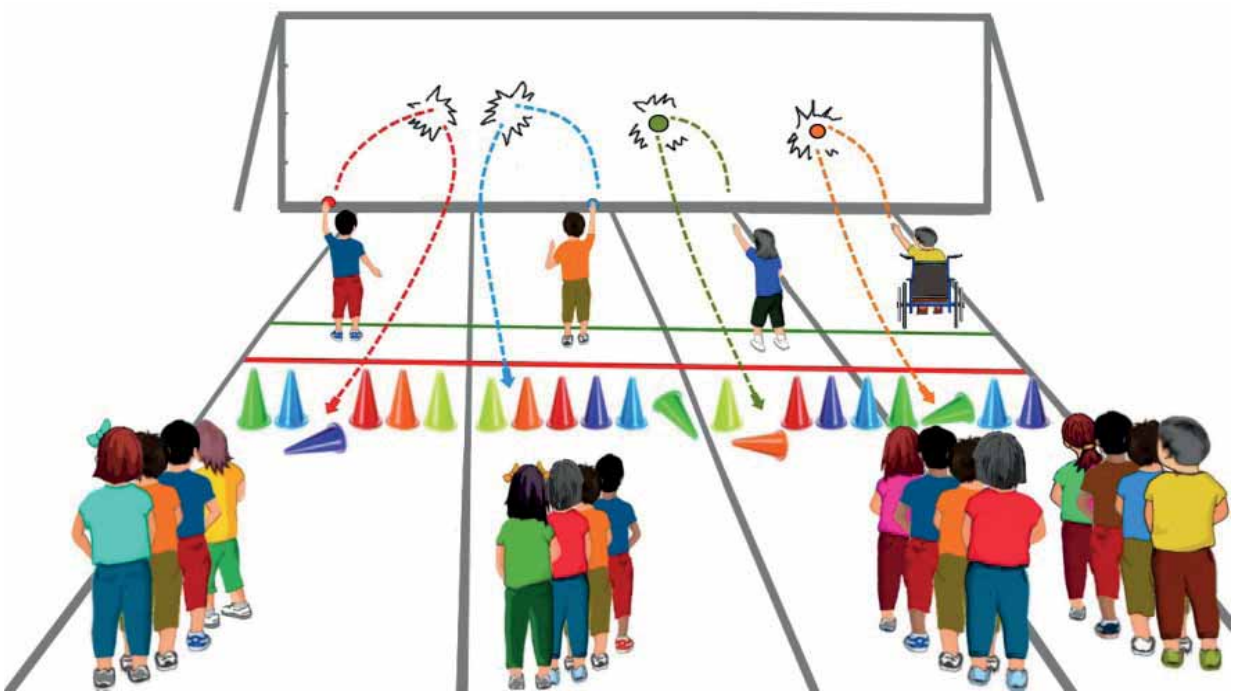
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

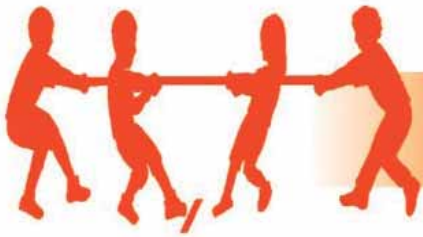
- مسافة الرمي
- عدد المخاريط.

المعدات:

- كرات صغيرة، أطواق، مخاريط، قنينات بلاستيكية، أقمصة.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

التمريرات الثلاث

الهدف من اللعبة: أساهم ضمن مجموعتي للتفوق على الخصم بتحقيق 3 تمريرات متتالية.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل الأستاذ فضائين للعب بعد تقسيم المتعلمين إلى أربع مجموعات متساوية من حيث العدد. في وضعية تنافسية بين مجموعتين. تحاول كل واحدة منهما القيام بثـلاث تمريرات متتالية بواسطة اليد دون أن يلمس المنافس الكرة. عند تحقيق ذلك، تحتسب نقطة في خانة المجموعة التي تحتفظ بالكرة. وينطلق العد من جديد.

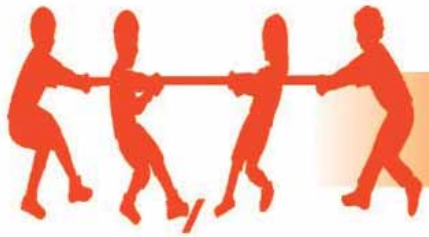
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد التمريرات المطلوبة
- عدد اللاعبين
- أبعاد مساحة اللعب.

المعدات:

- كرات، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

لعبة التهديف الجماعي

الهدف من اللعبة: أشارك زملائي في التقدم بالكرة لإسقاط أهداف الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تبدأ المنافسة بين الفريقين بمحاولة كل منهما التقدم نحو منطقة الخصم بتبادل الكرة ثم التصويب نحو الأهداف المتمركزة في المنطقة المحظورة. يحاول الفريق الخصم منع الطرف الآخر من بلوغ الهدف عن طريق إيقاف تقدمه واسترجاع الكرة قصد إسقاط مزيد من الأهداف. عند كل اعتراض للكرة يمكن للمدافعين القيام بهجوم مضاد.

يفوز الفريق الذي تمكن من إسقاط كل أهداف الخصم.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الأهداف
- أبعاد مساحة اللعب
- عدد عناصر الفريق.

المعدات:

- كرات، مخاريط، قنينات بلاستيكية، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعاون والمواجهة

الساعة

الهدف من اللعبة: أساهم ضمن مجموعتي لتحقيق دورات تمرير الكرة بسرعة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى مجموعتين. يحاول أعضاء المجموعة الأولى تحقيق أكبر عدد من تمريرات الكرة فيما بينهم مع الجهر بكل تمريرة تم إنجازها. بينما تقوم المجموعة الثانية بالجري بالتوالي حول دائرة المجموعة الأولى على بعد مترين. وبعد انتهاء طواف كل عناصر المجموعة الثانية يدون عدد التمريرات ثم تستبدل الأدوار.

يفوز الفريق الذي حقق أكبر عدد من تمريرات الكرة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

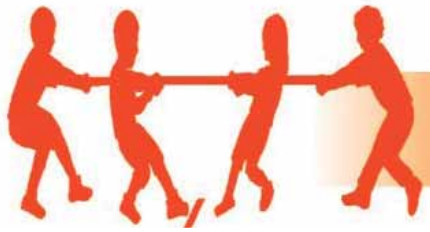
- قطر الدائرة
- طريقة التمرير
- عدد دورات مجموعة العدائين.

المعدات:

- كرات، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

عدد التمريرات: 3



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

لعبة تغيير الأماكن

الهدف من اللعبة: أكيف ايقاعي ضمن المجوعة لتحقيق الهدف.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يوزع المتعلمون إلى أربع مجموعات. تقف كل مجموعة وسط دائرة محاذية لإحدى زوايا الملعب المربع الشكل (ضلعه عشر أمتار). عند إشارة الأستاذ(ة)، تركض كل مجموعة تجاه الزاوية الموالية قبل وصول الفرق الأخرى إلى زواياها.

تحتسب نقطة لكل مجموعة تمكن كل أعضائها من التواجد داخل الدائرة المقصودة قبل المنافس.

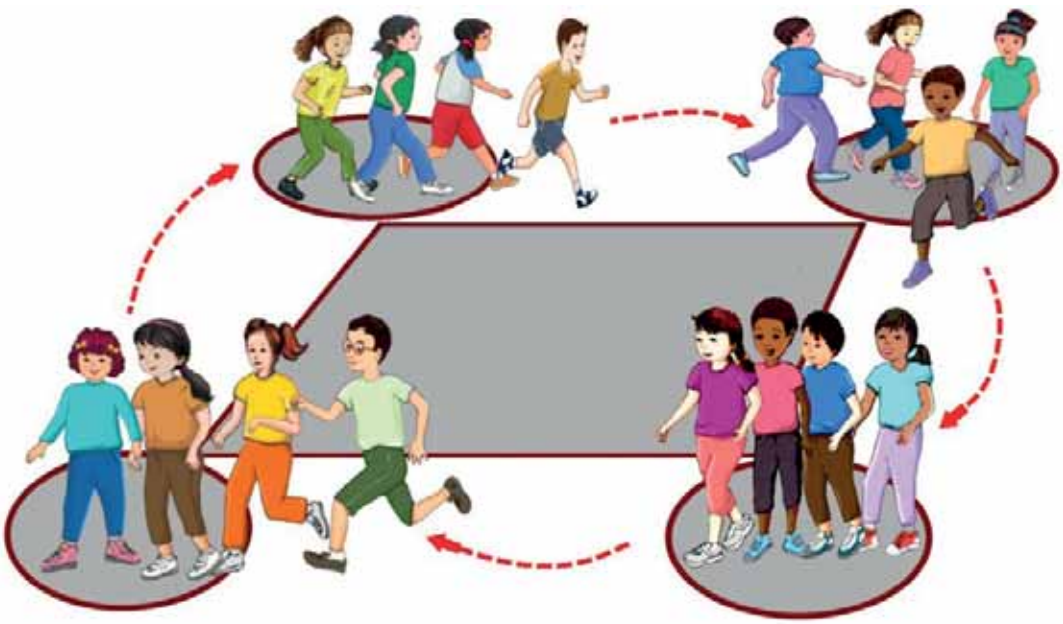
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- أبعاد المربع
- عدد أفراد المجموعة
- تغيير نوعية الإشارة

المعدات:

- مخاريط، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

مقابلة في كرة القدم

الهـدف من اللعبة: أنخرط في مشـروع مجموعتي عبر القيام بـأدوار الهجوم والدفاع.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتبـارى مجموعـات مكونـة مـن خمسـة عناصـر فيما بينها في فضـاء مهيـأ. يحاول كل فريق تسجيل أكبـر عدد من الأهـداف في مرمى الخصـم خلال مقابلة مدتها عشر دقائق. يتم تعيين حكم لكل مقابلـة.

يفوز الفريق الذي سجل أكبر عدد من الأهداف.

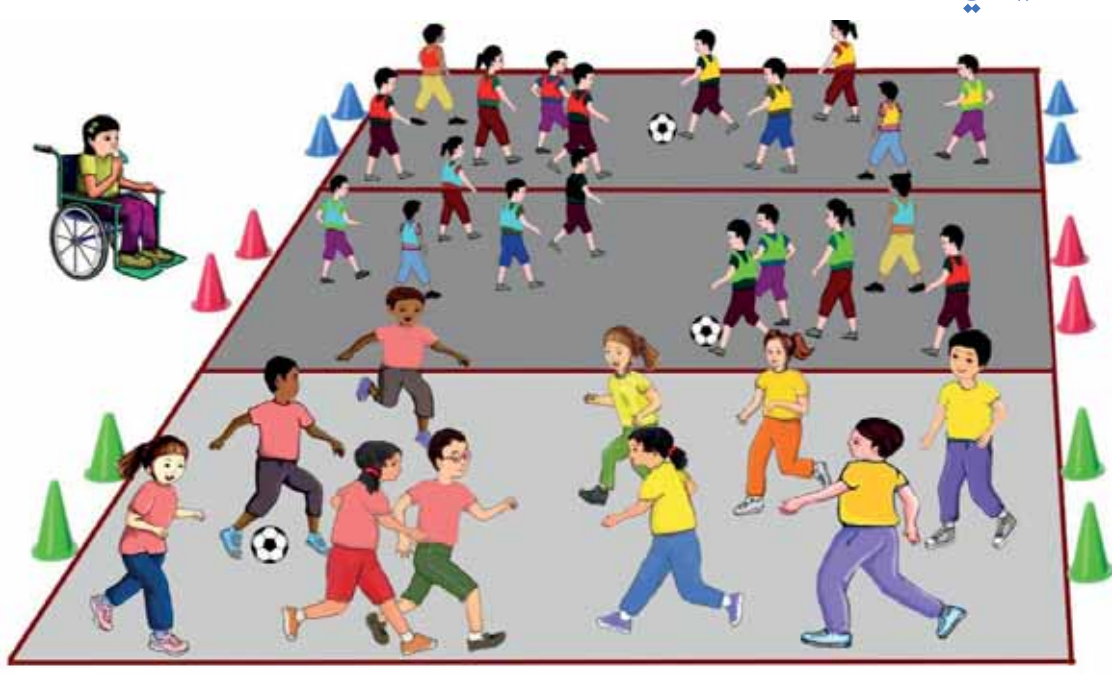
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد اللاعبين
- تنظيم المنافسة على شكل بطولة.

المعدات:

- كرات، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

الطاحونة

الهدف من اللعبة: أقفز عاليا لتفادي أداة متحركة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون دائرة قطرها 3 أمتار يتمركز وسطها متعلم يمسك حبلا يمتد إلى خط الدائرة. عندما يحرك هذا الأخير الحبل في اتجاه ما (الطاحونة)، يجب على بقية العناصر تفادي لمس الحبل لحظة وصوله عبر القفز إلى الأعلى. كل متعلم تم لمسه يطوف بالدائرة ثم يعود إلى مكانه لتستأنف اللعبة من جديد.

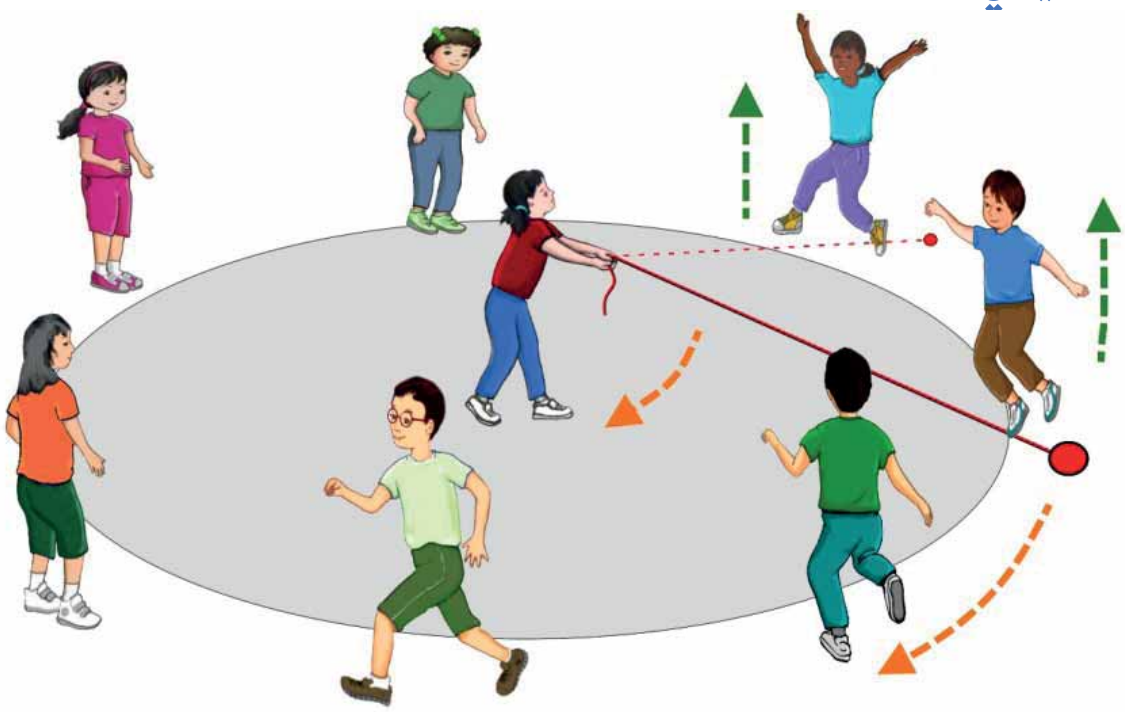
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير اتجاه الدوران
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- حبل، كرات، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

نط الحبل

الهدف من اللعبة: أقفز الحبل باستمرار دون لمسه.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون مجموعات من 5 إلى 6 عناصر، حيث يقف زوج عن كل مجموعة مع شد حبل مطاطي على مستوى الكعبين طوله مترين.

يحاول عنصر ثالث القيام بقفزات مستمرة من كلا جانبي الحبل دون لمسه. بينما يقوم الباقون بدور الحكم. تستبدل الأدوار عند لمس الحبل أو في حال إنجاح 10 قفزات متتالية.

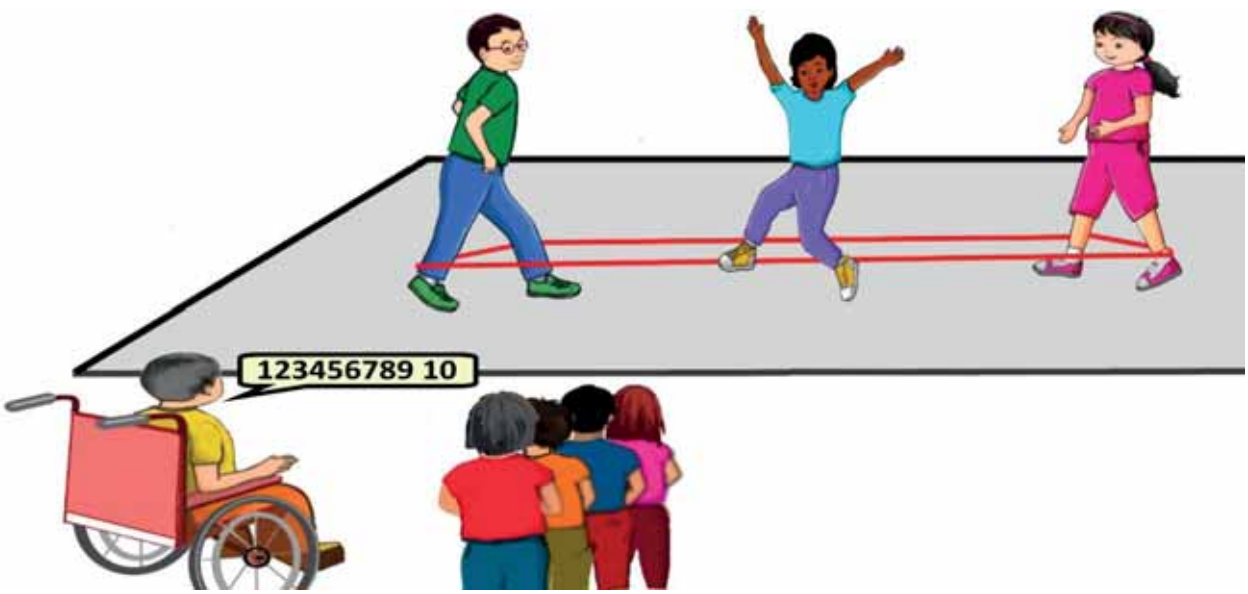
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- علو الحبل
- نوعية القفزات و عددها
- تباعد نقط تثبيت الحبل.

المعدات:

- حبل مطاطي، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز فوق ظل القرين

الهدف من اللعبة: ألائم قفزاتي بالاستقبال فوق نقط متغيرة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل الأستاذ(ة) ثنائيات بحيث يحاول كل عنصر القفز على نقط محددة في ظل قرينه (الرأس، الأطراف، الخ.)، كما يمكنه أيضا محاولة تخطي الظل كله.

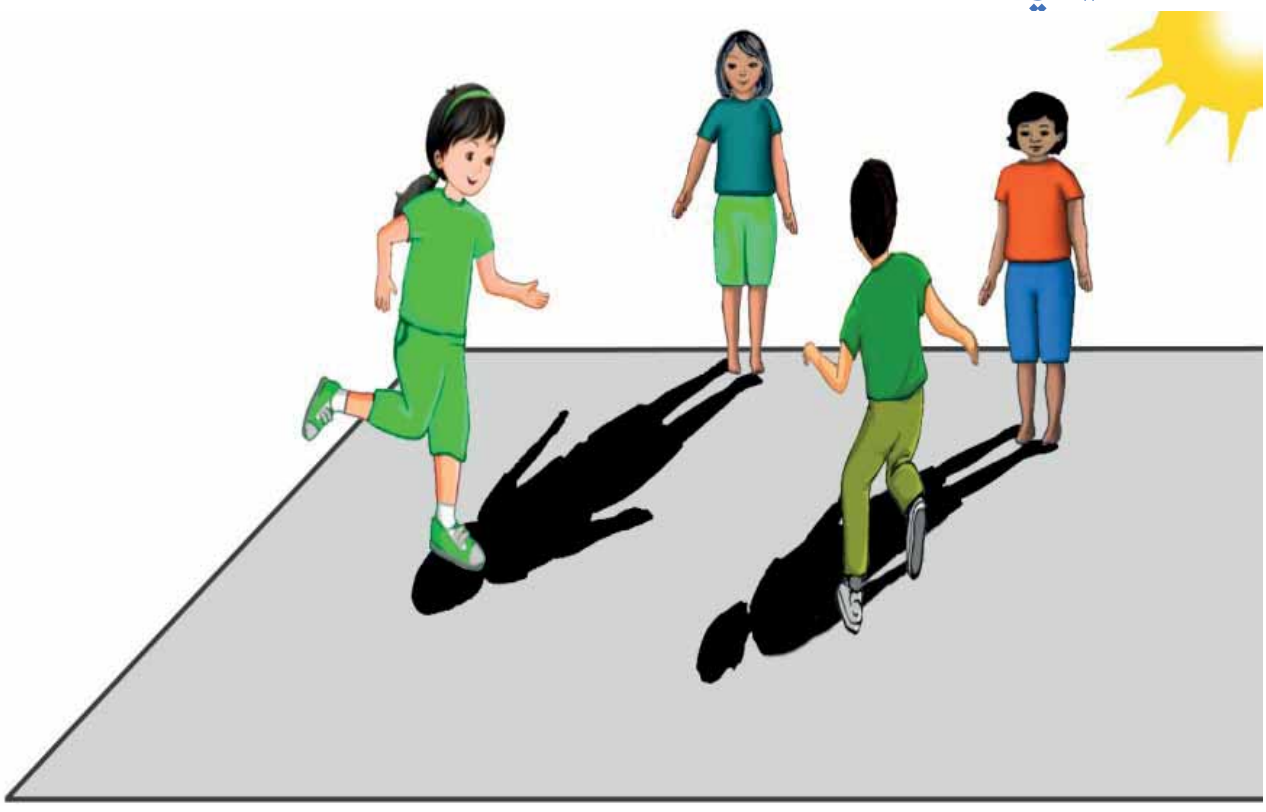
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- يمكن للقرين حمل طوق يتوجب على الزميل القفز داخل ظله.
- التنقل البطيء للقرين لحث زميله على القيام بقفزات متتالية.

المعدات:

- أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

تحدي القفز بلعبة النرد

الهدف من اللعبة: أقفز بوسع حسب نتيجة النرد.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) شبكة من 16 خانة، يتبارى المتعلمون من أجل عبور خانات الشبكة بعد طرح النرد بالتوالي و القفز حسب النتيجة المتحصل عليها. يفوز المتعلم الذي تمكن من إتمام الشبكة قبل زملاءه.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- أبعاد الشبكة
- طريقة القفز.

المعدات:

- نرد كبير، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز في الدائرة

الهدف من اللعبة: أكيف نوعية القفز حسب الإشارة المناسبة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون دائرة كبيرة قطرها 5 أمتار، بحيث يقومون بمختلف القفزات إلى الأمام و إلى الخلف دون فقدان توازنهم، وذلك استجابة لتعليمات أستاذهم أو متعلم معين لهذه المهمة (أمام، خلف،الرجل اليمنى، الرجل اليسرى، الخ.).

يقوم المتعلم الذي لم يتمكن من القفزة الصحيحة أو الذي فقد توازنه بالطواف حول الدائرة كي يستمر في اللعب.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- يمكن القفز جماعة بمسك الأيادي
- قطر الدائرة
- طريقة القفز.

المعدات:

- مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

أنا أم أنت الهارب؟

الهدف من اللعبة: ألائم الاستجابة لنتيجة الرهان بالركض.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يعطي الأستاذ(ة) للمتعلمين فرصة تشكيل ثنائيات للتباري بحيث يقف عنصرا الزوج متباعدان بمترين، في مركز ممر طوله 20 مترا، وجها لوجه لتحديد هوية الهارب بواسطة حركة «حجر، ورق، مقص». عندئذ يسرع الفائز جريا نصف الممر متفاديا اللمس من طرف منافسه.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

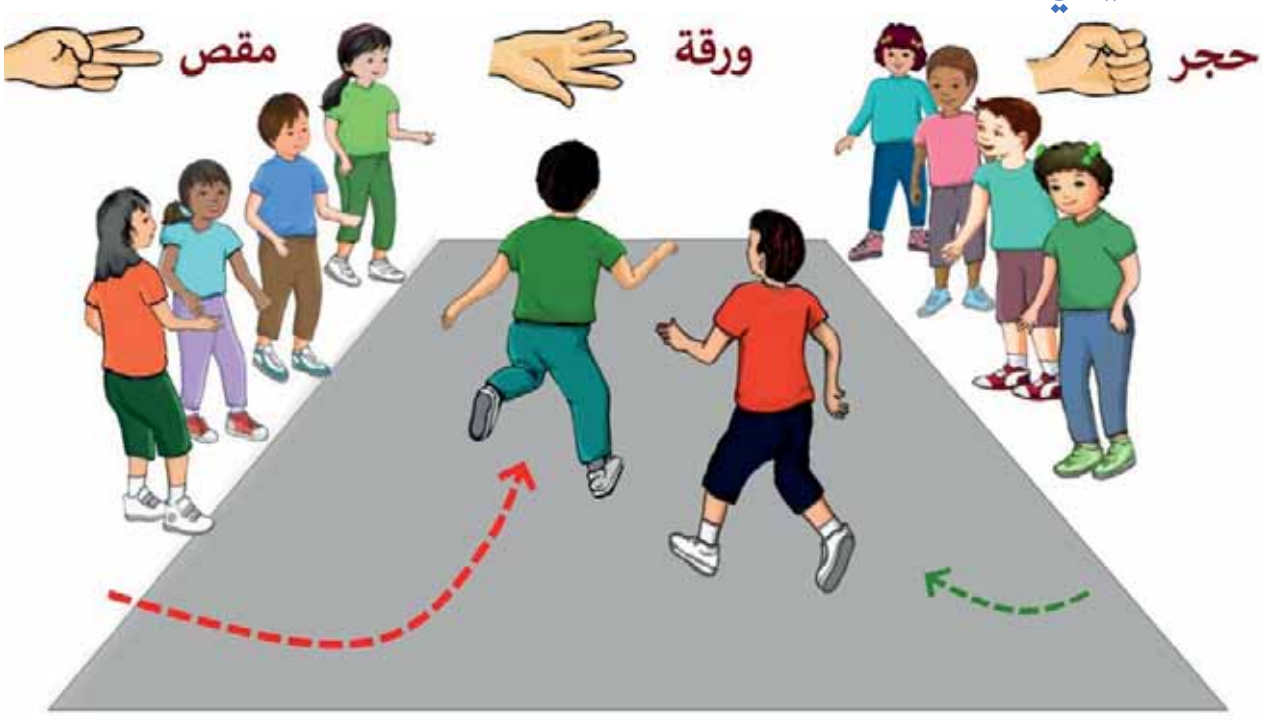
- تباعد المنافسين
- طول الممر.

المعدات:

مخاريط، أقمصة.

- سند توضيحي:

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

حارس البرج

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة نحو هدف محروس.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون دائرة قطرها 10 أمتار وضع في مركزها مخروط يحميه حارس يمنع زملاءه من إسقاطه بواسطة الكرة. يسمح للمتعلمين القيام بتمريرات لخداع الحارس.

كل متعلم تمكن من إسقاط الهدف يصبح حارسا جديدا.

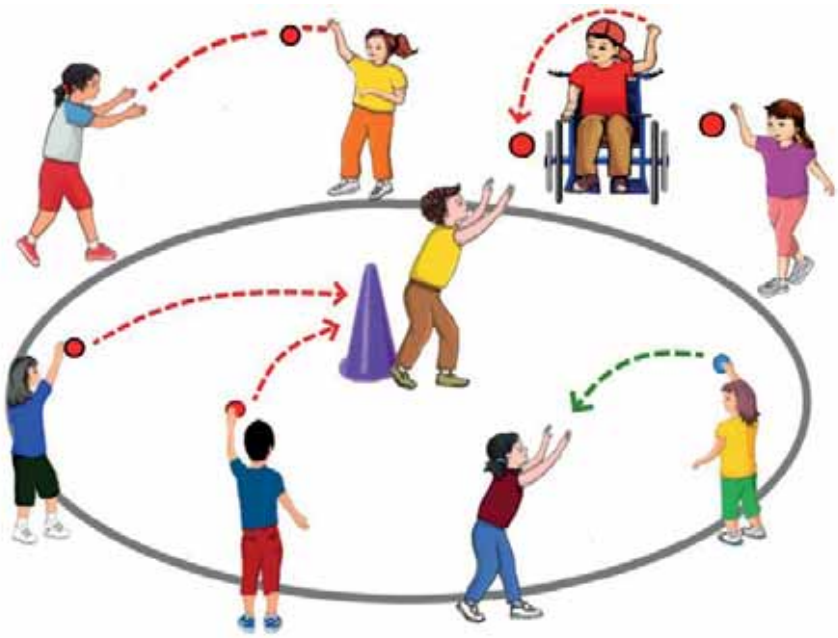
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- إضافة حارس ثان
- قطر الدائرة
- عدد الأهداف.

المعدات:

- كرة، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

الرعد

الهدف من اللعبة: أغير اتجاه تمرير الكرة بسرعة استجابة لنوع الإشارة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون دائرة قطرها 10 أمتار يتمركز بداخلها قائد الكتيبة. يغمض القائد عينيه ثم يبدأ بالعد بصمت حتى العدد 20 بينما يقوم زملاءه بتمريرات الكرة فيما بينهم. عندما يصل العد إلى عشرة يصرخ القائد بكلمة «تغيير»، عندها يجب على اللاعبين تغيير أماكنهم حول الدائرة، وعندما يصل العد إلى رقم 15، يحذّر القائد بعبارة «احذر الرعد! «. عند بلوغ العدد عشرين، يضرب القائد طبلا أو برميلا، آنذاك يقصى كل عنصر كانت بحوزته الكرة. ويمكنه الالتحاق باللعب شرط قيامه بدورة كاملة حول الدائرة.

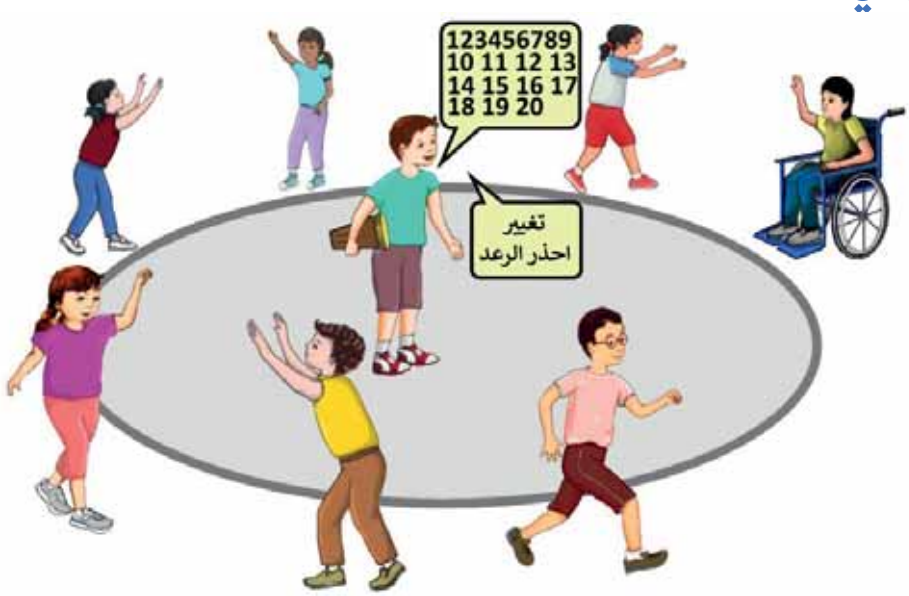
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الكرات
- قطر الدائرة.

المعدات:

- طبل أو برميل صغير، كرات، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

الصقر والأرانب

الهدف من اللعبة: أتنقل سريعا نحو المنطقة المقابلة متفاديا حاجزا متحركا.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ مستطيلا في ساحة المدرسة يتسع لأعداد المتعلمين، ويحدد عند جانبيه منطقتين. يعين الأستاذ متعلما يدعى الصقر فيما يؤدي باقي المتعلمين دور الأرانب، عند الإشارة تحاول الأرانب المرور إلى ضفة الأمان في الجانب المقابل، أما الصقر فعليه مطاردة الجميع، وكل من تم لمسه يصبح صقرا.

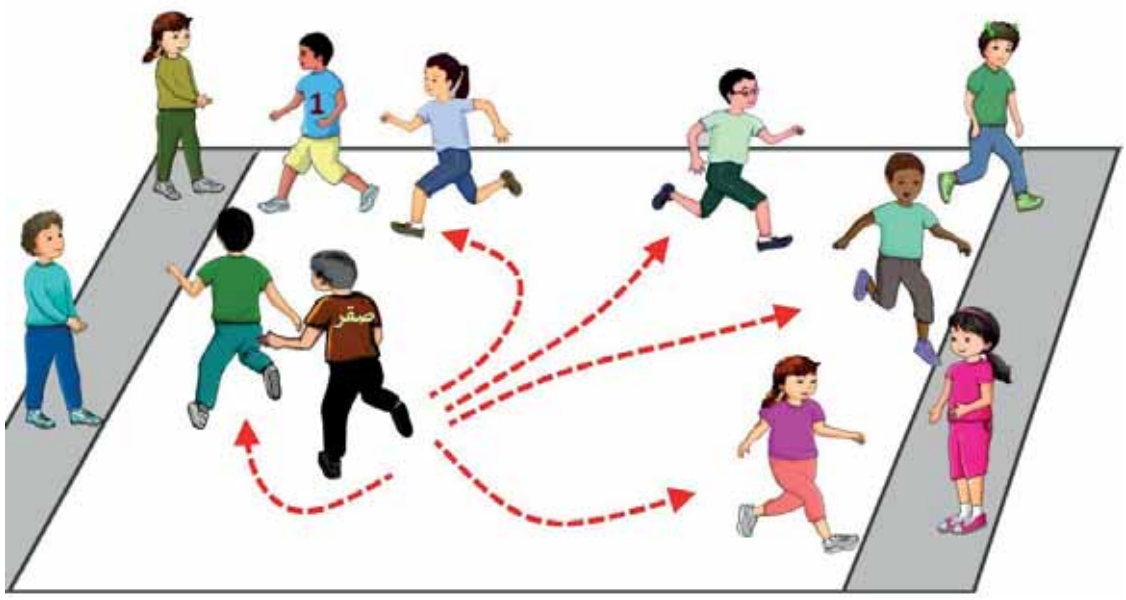
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الصقور
- المسافة الفاصلة بين الضفتين.

المعدات:

- مخاريط، أقماع، أقمصة، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

وجها لوجه

الهدف من اللعبة: أسحب الوشاح قبل خصمي في اللحظة المناسبة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتم التباري بين مجموعتين على شكل ثنائيات وجهًا لوجه، يحاول كل عنصر من الزوج سحب الأداة (وشاح، أقماع، الخ.) الموجودة فوق خط الوسط الذي يفصل المجموعتين، وذلك بعد تنفيذ بعض التعليمات التمويهية التي يقدمها الأستاذ(ة)، مثال:

- فوق الرأس: يتم وضع اليد فوق الرأس
- على الأرض: يتم وضع اليد على الأرض
- على الركبة: يتم وضع اليد على الركبة
- سحب: يتسابق المنافسان على سحب الوشاح.
- تفوز المجموعة التي تمكنت عناصرها من سحب أكبر عدد من الأوشحة عند نهاية الجولة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- نوع الأداة
- مسافة تباعد المجموعتين
- تعليمات تمويهية.

المعدات:

- أوشحة، أقماع، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

تجسيد الحروف

الهدف من اللعبة: أنسق حركاتي في تكامل مع الزميل لتجسيد بعض الحروف.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى ثلاثيات للقيام بتجسيد لبعض الحروف المرسومة (انظر الجدول أسفله). يتم الاختيار من بين الوضعيات حسب درجة الصعوبة الممكن إنجازها من طرف الثنائي حيث يقوم العنصر الحر بالملاحظة والمساعدة على الانجاز. يحرص الأستاذ على ضمان شروط السلامة من أجل إنجاز الشكل المعتمد: فضاء به رمل أو عشب، الاحترام الكلي للتعليمات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأقران
- تغيير الأشكال
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- مفروشات، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

المقلد

الهدف من اللعبة: أبدع رفقة زميلي في حركات تعبيرية وفنية.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى مجموعات مكونة من 4 إلى 5 عناصر يهيئون عرضهم خلال 3 دقائق. ويقدمون موضوعهم مكتوبا للمدرس قبل الشروع فيه، على ألا يتعدى 30 ثانية. بحيث يتمكن باقي المتعلمين من الحكم عليه (مدلولية الحركات وتعرف المتعلمين الملاحظين على موضوع العرض). أثناء العرض يؤدي باقي المتعلمين دور الجمهور الحَكم، بحيث تقدم نقطة للمجموعة التي تعرفت على موضوع العرض بينما تمنح نقطتان إلى ثلاث نقط للعارضين حسب جودة العرض.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- الرفع من عدد المشاركين في المجموعة
- تغيير موضوع العرض: اقتراح محاكاة مجموعة من اللاعبين في رياضة معينة.

المعدات:

- مخاريط، أطواق، عصي، مفروشات.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

الفولكلور

الهدف من اللعبة: أبدع في حركات إيقاعية فنية بتنسيق مع زملائي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ينتظم المتعلمون في مجموعات متجانسة من 6 عناصر. حيث يؤدون حركات جماعية ارتجالية مستوحاة من التراث المغربي الأصيل (نقر القدمين على الأرض، المشي بحرية، تغيير الاتجاه، التصفيق، خطوات إلى الأمام والخلف، الخ .).

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد المجموعات
- مدة العرض.

المعدات:

- أدوات حسب نوع النشاط، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

اقتفاء الأثر

الهدف من اللعبة: أضبط توازن الجسم أثناء التنقل على أربع.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أزواج بحيث يتوفر كل عنصر على أربع قطع خشبية (20 سم/20 سم) أو ورقية. عند إشارة الأستاذ، يتنافس المتعلمان بالتنقل فوق القطع الخشبية داخل ممر(طوله: 10 أمتار و عرضه: 3 أمتار) لبلوغ خط الوصول دون وضع أرجلهما على الأرض.

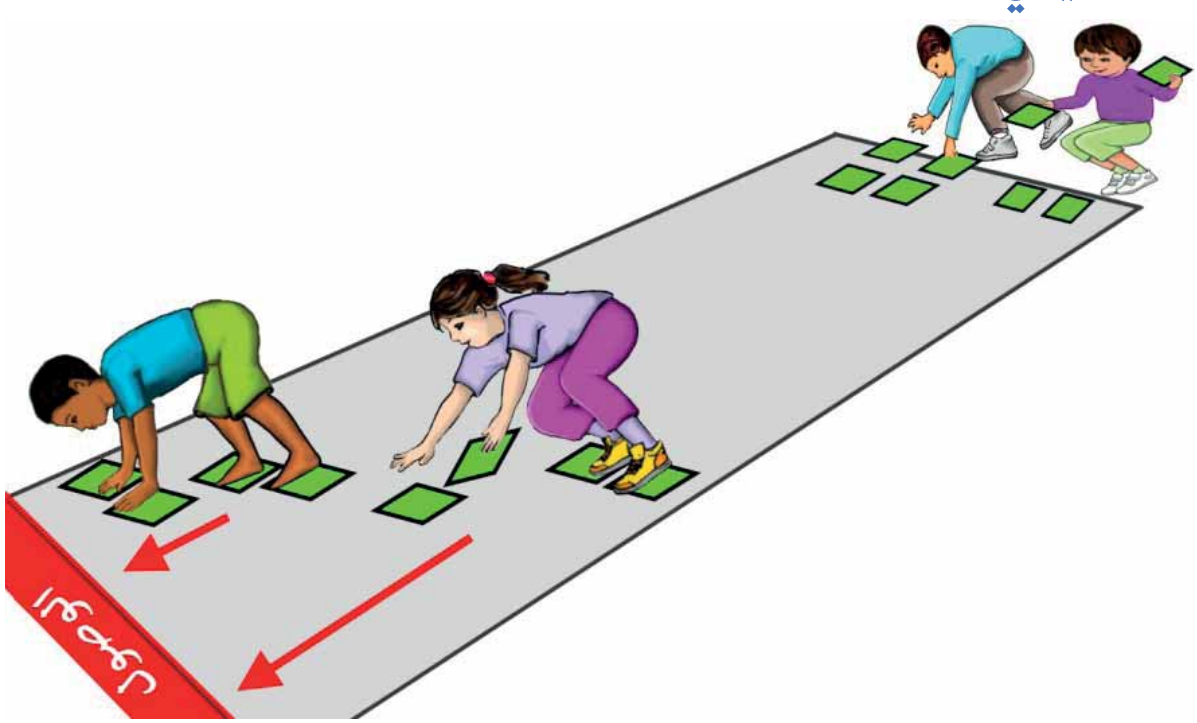
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير مسار التنقل: خط مستقيم، خط منعرج، الدخول من تحت حاجز
- طول الممر.

المعدات:

- قطع خشبية، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

التجسيد الجماعي للأشكال

الهدف من اللعبة: أجسد بتنسيق مع زملائي أشكالا هندسية.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى مجموعتين متساويتين في فضاء اللعب. تحاول كل مجموعة في وضعية تنافسية تجسيد أشكال هندسية انطلاقا من تعليمة الأستاذ في مدة زمنية محددة.

إنجاز الأشكال الهندسية التالية بتماسك الأيدي: الدائرة، المثلث، المربع، المستطيل، النجمة، الخ.

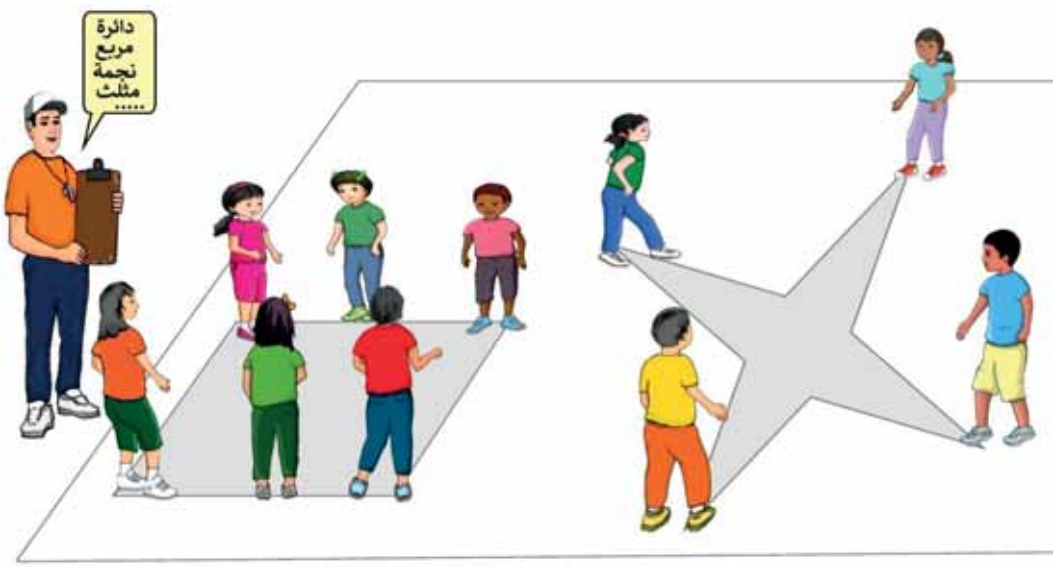
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مدة الإنجاز
- عدد المجموعات
- إضافة أشكال أخرى.

المعدات:

- مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



السنة الرابعة

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

العقدة

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة في مسار مستقيم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى مجموعتين، تقف كل واحدة منهما أمام ممر طوله عشرون مترا، يوضع عند نهايته كرسي. عند إشارة الأستاذ ينطلق المتعلم الأول من كل مجموعة حاملا منديلا ليربطه بإحدى أرجل الكرسي، والعودة مسرعا ليلمس يد زميله الموالي الذي يتابع المنافسة بحل عقدة المنديل وربطه في رجل مغايرة. تفوز المجموعة التي استكمل عناصرها المهمة قبل الخصم.

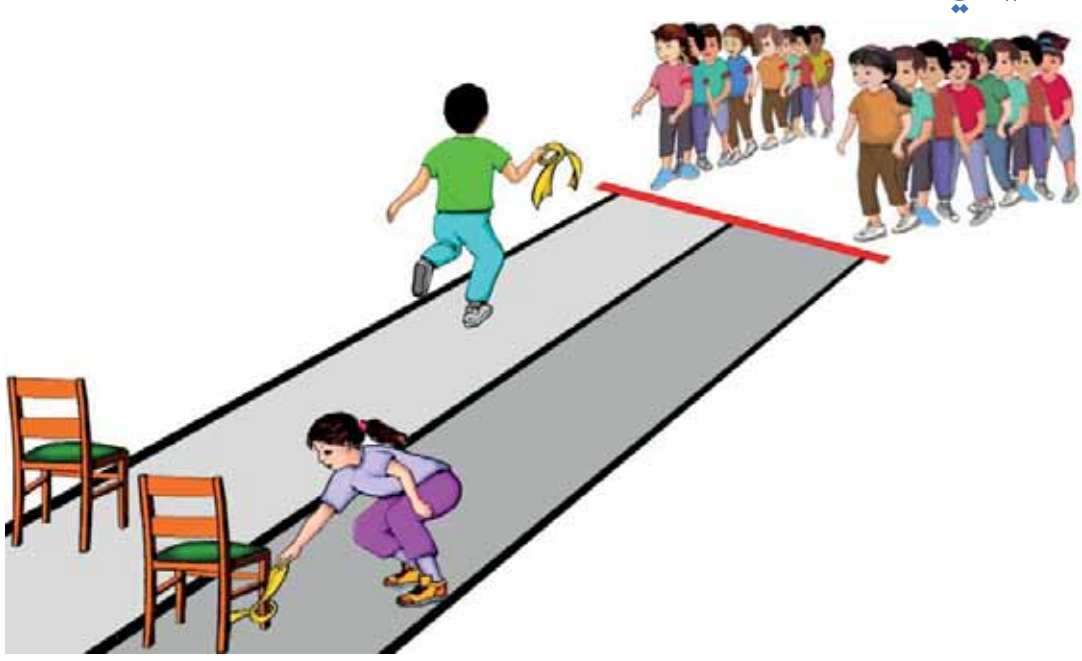
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- تغيير التعليمة: حل عقدة المنديل وجلبه لتسليمه للزميل الموالي.

المعدات:

- كراسي، مناديل، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

اللوحة

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة رفقة زملائي لجلب الأداة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمـون إلى مجموعتين متقابلتين على بعد عشرين مترا. يحاول ستة عناصر من المجموعة الأولى كتـابة أحرف على ألواحهـم وعرضها. بعدئذ يسرع ستة عناصر من المجموعة الثانية لجلب الألواح وتكوين كلمـة ذات معنى انطلاقا من الحروف المعروضة. عندما يقر الأستاذ بصحة الكلمة، تمنـح نقطـة للفريـق وتغير الأدوار.

تحتسب النتائج المحصل عليها بالنسبة لكل فريق.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الألواح
- المسافة الفاصلة بين المجموعتين
- اقتراح حروف مبعثرة لكلمة وعلى الفريق الآخر التعرف عليها.

المعدات:

- ألواح، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

المتاهة

الهدف من اللعبة: ألاحق زميلا في متاهة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تنتظم المجموعات الأربع على شكل صفوف متباعدة بمتر ونصف، عند إشارة الأستاذ يبسط كل متعلم يده تجاه زميله الأمامي لتشكيل ممرات. عند الإشارة الثانية يغير المتعلمون جهة بسط الأيدي في اتجاه الزميل الجانبي لتشكيل ممرات متعامدة مع الممرات السابقة، يعين الأستاذ(ة) في كل جولة عنصرين يطارد أحدهما الآخر عبر الممرات المتغيرة بحسب إشارات الأستاذ(ة).

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- المناداة على أكثر من هارب
- تردد إشارة تغيير الممرات
- مدة المطاردة.

المعدات:

- مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

تناوب الكنغر

الهدف من اللعبة: أتحكم في تنقلي حاملا أداة أثناء عبور مسار مستقيم قبل الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون 4 مجموعات تقف عند خط الانطلاق، حيث وضعت علامة على بعد 10 أمتار في نهاية كل ممر. عند إشارة الأستاذ(ة) يتنقل العنصر الأول من كل فريق مسرعا نحو خط النهاية ومثبتا أداة بين ركبتيه (ورقة، وشاح، كرة)، ثم يعود إلى نقطة الانطلاق ليمرر الأداة الى زميله الذي يعاود المهمة.

يفوز الفريق الذي أكمل التتابع قبل الخصم.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- التنقل بثنائيات متماسكة
- تغيير الأداة
- طول الممر.

المعدات:

- أوراق، أوشحة، كرات، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

العبور إلى الضفة الأخرى

الهدف من اللعبة: نتنقل جماعة في ممر باستعمال أداة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون 4 مجموعات تقف عند خط الانطلاق، حيث وضعت علامة على بعد 10 أمتار في نهاية كل ممر. عند إشارة الأستاذ(ة) يستعين كل فريق بأطواق لعبور المسافة جماعة. يجب أن يساوي عدد الأطواق عدد عناصر الفريق، لا يمكن التنقل إلا بالخطو داخل الأطواق..

يفوز الفريق الذي أكمل العبور جماعة ذهابا وإيابا.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الأطواق
- طريقة التنقل
- طول الممر.

المعدات:

- أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الرمي البهلواني

الهدف من اللعبة: أرمي أداة عالياً لتستقيم بتوازن على الأرض.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس عناصر المجموعات على شكل ثنائيات، بحيث يحاول كل عنصر رمي قنينة بلاستيكية ثلثها ماء بهدف تمكينها من التوازن لحظة سقوطها أرضا. كلما تمكن أحد المتباريين من ذلك، يقوم بتحريك المخروط داخل سلم التنقيط نحو الأمام بدرجة واحدة. تستمر المنافسة إلى حين إكمال درجات التنقيط والظفر بالمخروط.

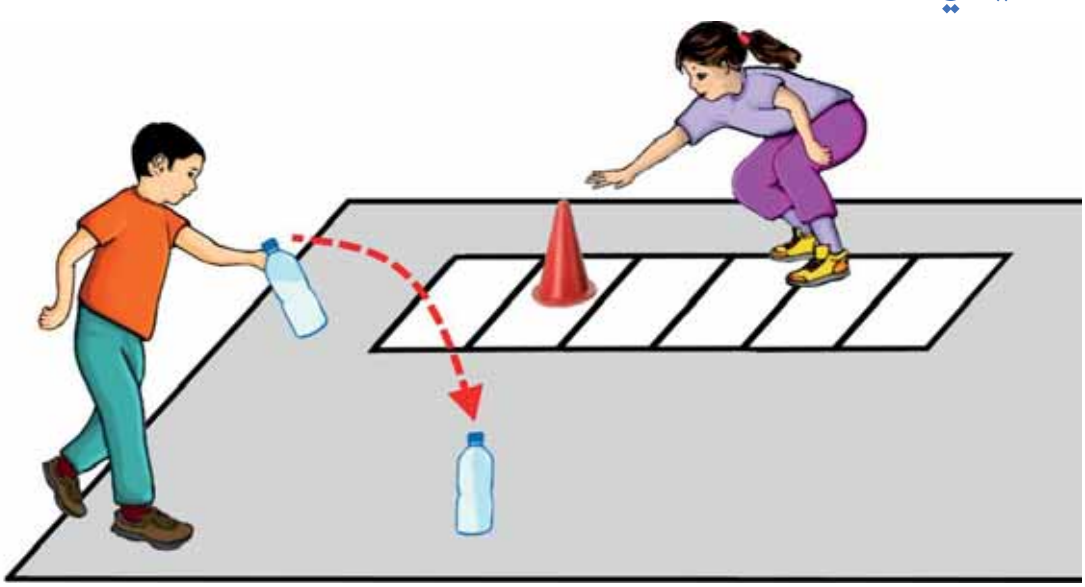
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- نوع وحجم الأداة
- مسافة الرمي
- عدد درجات سلم التنقيط.

المعدات:

- قنينات بلاستيكية، مخاريط، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الصياد والطريدة

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة بدقة نحو أهداف متحركة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم الأستاذ(ة) المتعلمين إلى أربع مجموعات متكافئة. تتنافس مجموعتان(الصيادون و الطرائد) داخل فضاء محدود باستعمال كرات خفيفة نسبيا ولينة لتفادي الإصابات .يتموقع فريق الصيادين خارج حدود الملعب وبحوزته كرات يصوبها تجاه الطرائد المتواجدة بالداخل .تحتسب نقطة عن كل طريدة لمستها كرة الصياد. يفوزالفريق الذي تمكن من تحقيق اكبر عدد من النقط عند انتهاء الجولة.

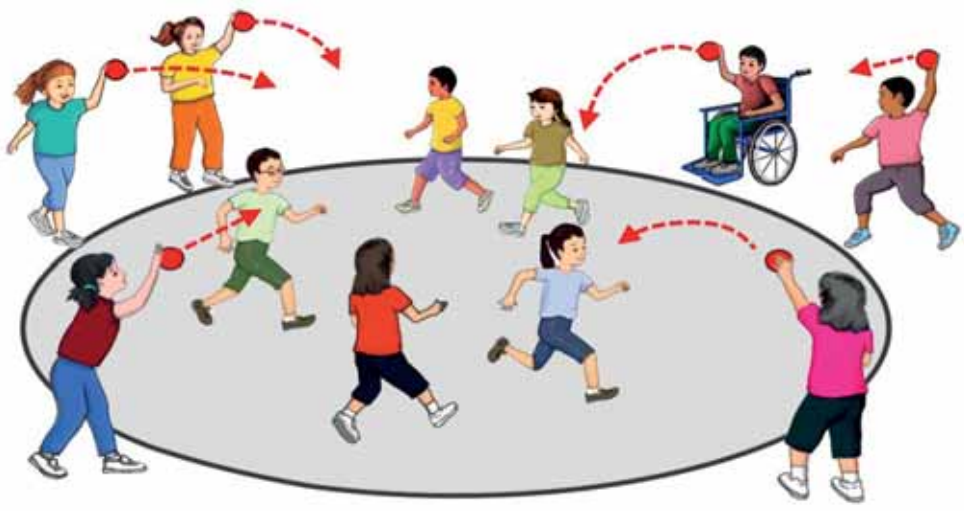
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مساحة اللعب
- عدد الكرات
- عدد اللاعبين.

المعدات:

- كرات مختلفة الحجم، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الرمي باليدين معا

الهدف من اللعبة: أرمي أداة باليدين معا إلى أبعد نقطة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يحاول المتعلم رمي أداة (في حدود 1 كلغ) باليدين معا الى أبعد نقطة داخل فضاء الرمي المقسم إلى مجالات مختلفة التنقيط من نقطة الى خمس نقط.

يفوز الفريق الذي حصل على أكبر عدد من النقط.

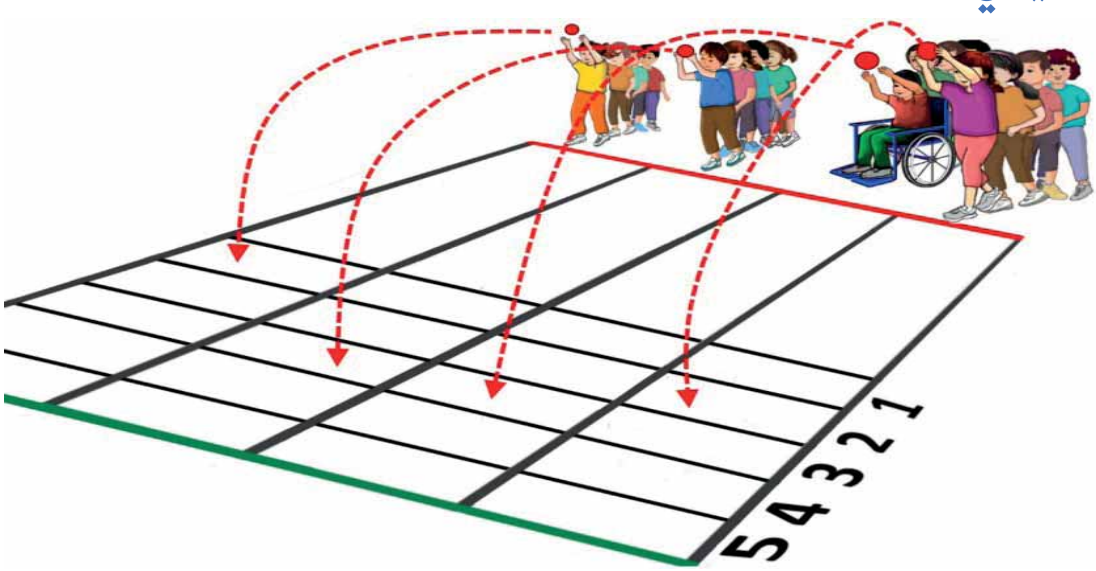
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- نوع الأداة
- أبعاد مجال الرمي
- طريقة الرمي.

المعدات:

- كرات، أطواق، كيس رمل صغير، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

لعبة الهدف

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة نحو أهداف محروسة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يوزع المتعلمون إلى أربع مجموعات متكافئة، تتنافس مجموعتان داخل فضاء محدود باستعمال كرات خفيفة نسبيا ولينة لتفادي الإصابات. عند إشارة الأستاذ يحاول الرماة المتموقعون خارج الدائرة الكبيرة إسقاط أهداف (قنينات، مخاريط) متمركزة داخل الدائرة الصغيرة ومحروسة من قبل مجموعة المحراس (انظر الشكل أسفله).

تحتسب نقطة عن كل هدف تم إسقاطه. يفوزالفريق الذي تمكن من تحقيق أكبر عدد من النقط عند انتهاء الجولة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد المهاجمين والمدافعين
- عدد الكرات المستعملة
- عدد الأهداف.

المعدات:

- كرات صغيرة، قنينات بلاستيكية، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الرماة

الهدف من اللعبة: أرمي أداة إلى الأمام والأعلى صوب أبعد نقطة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يوزع المتعلمون إلى أربع مجموعات. يحاول عناصر كل مجموعة رمي أدوات (كرات، أطواق، إطارات صغيرة) إلى أبعد مدى من فوق حبل عال بمترين. المسافة الفاصلة بين نقطة الرمي والحبل تقدر بحوالي خمس أمتار. تقسم المنطقة خلف الحبل إلى مجالات متباعدة عن بعضها بمتر واحد. يحاول المتبارون استهداف المنطقة الأكبر قيمة (الأبعد). تحتسب النقط المحصل عليها للإعلان عن الفائزين.

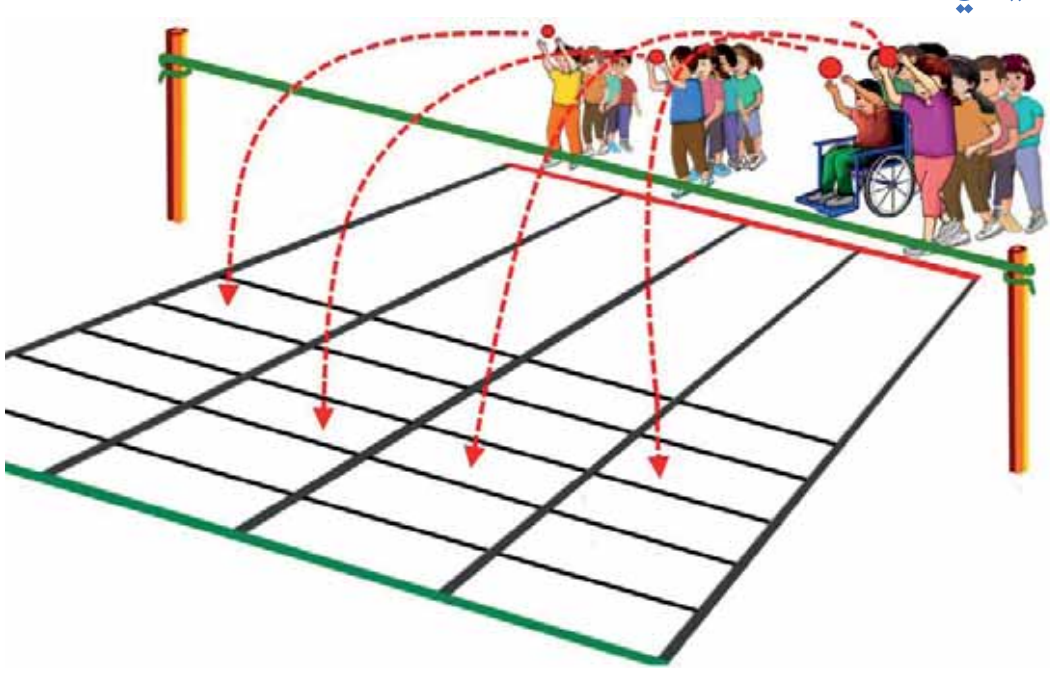
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

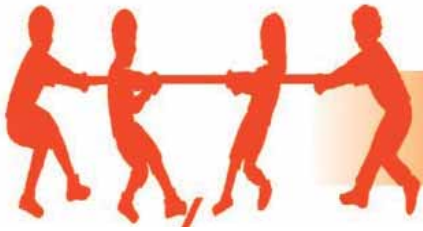
- علو الحبل
- الرمي باستعداد أو بدونه
- نوع الأداة المستعملة في الرمي.

المعدات:

- حبل، أعمدة، كرات مختلفة الحجم، مخاريط.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

التمريرات الخمس

الهدف من اللعبة: أساهم ضمن مجموعتي للتفوق على الخصم بتحقيق 5 تمريرات متتالية.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل الأستاذ فضائين للعب بعد تقسيم المتعلمين إلى أربع مجموعات متساوية من حيث العدد. في وضعية تنافسية بين مجموعتين. تحاول كل واحدة منهما القيام بخمس تمريرات متتالية بواسطة اليد دون أن يلمس المنافس الكرة. عند تحقيق ذلك، تحتسب نقطة في خانة المجموعة التي تحتفظ بالكرة، ثم ينطلق العد من جديد.

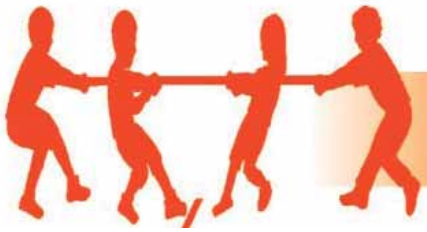
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد التمريرات المطلوبة
- عدد اللاعبين
- أبعاد مساحة اللعب.

المعدات:

- كرات، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

الإطارات الأربعة للسيارة

الهدف من اللعبة: أتعاون ضمن مجموعتي لتحقيق مشروع مشترك قبل المنافس.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون 4 مجموعات تقف عند خط الانطلاق. في نهاية كل ممر وعلى بعد 10 أمتار، وضعت 4 إطارات (أطواق). عند إشارة الأستاذ(ة) ينطلق العنصر الأول من كل فريق ليسحب الإطار الأول ثم يعود لينطلق مجددا مع زميله الموالي وهما يمسكان معا الإطار المسحوب. وهكذا حتى يتم تجميع الإطارات الأربعة للسيارة. تنتهي اللعبة عندما يتمكن الفريق من سحب الإطارات الأربعة للسيارة قبل الآخرين.

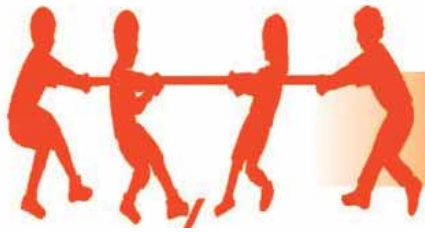
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- طريقة تشكيل الإطارات (قاطرة، مربع).

المعدات:

أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

مساندة العجوز

الهدف من اللعبة: أتعاون مع زملائي لعبور ممر بسرعة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون 4 مجموعات تقف عند خط الانطلاق .عند نهاية كل ممر وعلى بعد 10 أمتار، وضعت علامة. عند إشارة الأستاذ(ة) يستعين كل فريق بثلاثة أطواق لمساعدة الزميل(العجوز) المتكئ على عصاه قصد عبور الممر بوضع أحد القدمين داخل طوق والعكاز داخل طوق آخر، يتم التباري بتناوب عناصر المجموعة على دور العجوز.

يفوز الفريق الذي أكملت عناصره العبور ذهابا وإيابا بالتناوب.

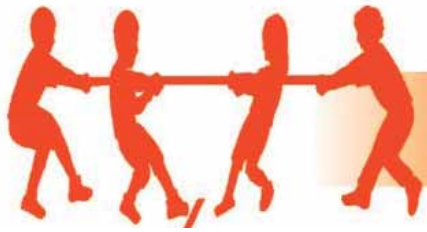
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الأطواق
- طول الممر.

المعدات:

- أطواق،عصي، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

لعبة جر الحبل

الهدف من اللعبة: أتعاون ضمن مجموعتي لإفقاد الخصم توازنه.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمــون إلى مجموعتين، تنتظم كل مجموعة على طرفي الحبل لتجره بقوة قصد إفقاد المنافس توازنه وجذبه نحو الخط الفاصل.

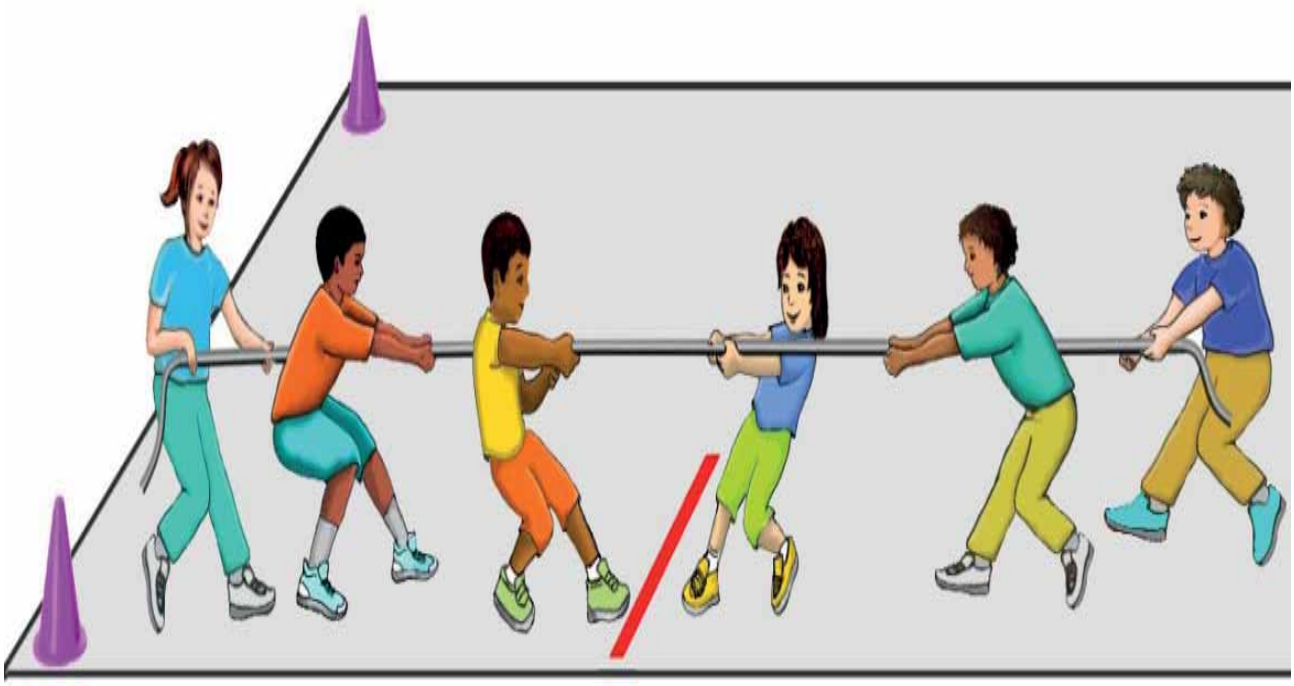
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

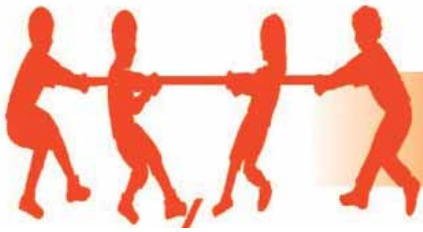
- عدد المتبارين
- المسافة الفاصلة بين أول عنصر والخط الفاصل.

المعدات:

- حبل طويل و متين، مخاريط.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

دوري في كرة القدم

الهدف من اللعبة: أساهم ضمن مجموعتي في تحدي الخصم عبر المشاركة في الهجوم والدفاع.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات متكافئة. ينظم دوري في كرة القدم حيث ينخرط كل عنصر في مشروع فريقه المتمثل في التنظيم الهجومي والدفاعي للفوز بالمباراة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- أبعاد الملعب
- عدد اللاعبين
- مدة التباري.

المعدات:

- كرات، أقمصة، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

سلم الإيقاع

الهدف من اللعبة: أنجز قفزات منسقة وإيقاعية داخل سلم الايقاع.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يضع الأستاذ(ة) رهن إشارة كل مجموعة سلم الإيقاع أو يرسمه على الأرض. يبدأ المتعلمون بالقفز تباعا على رجل واحدة أو بهما معا، داخل كل خانة. ويمكن تنويع أشكال القفز، كالقفز بوسع خارج السلم وبتردد داخله، أو بعبور السلم قفزا بتناوب الرجل اليمنى واليسرى ، إلخ.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز
- أبعاد الخانات
- عبور السلم ذهابا وإيابا.

المعدات:

- سلم الإيقاع أو سلم مرسوم على الأرض، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز عبر الأطواق

الهدف من اللعبة: أعبر مسارا مستقيما قفزا باستعمال الطوق.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تقف 4 مجموعات خلف خط الانطلاق. توضع علامة (مخروط، قنينة بلاستيكية) على بعد 20 مترا عند نهاية كل ممر. عند إشارة الأستاذ(ة)، ينطلق العنصر الأول من كل فريق مسرعا عبر القفز بواسطة الطوق ليطوف حول العلامة ثم يعود بالطريقة نفسها لتسليم الطوق لزميله الموالي الذي يتابع التناوب.

يفوز الفريق الذي ينهي التناوب قبل الآخرين.

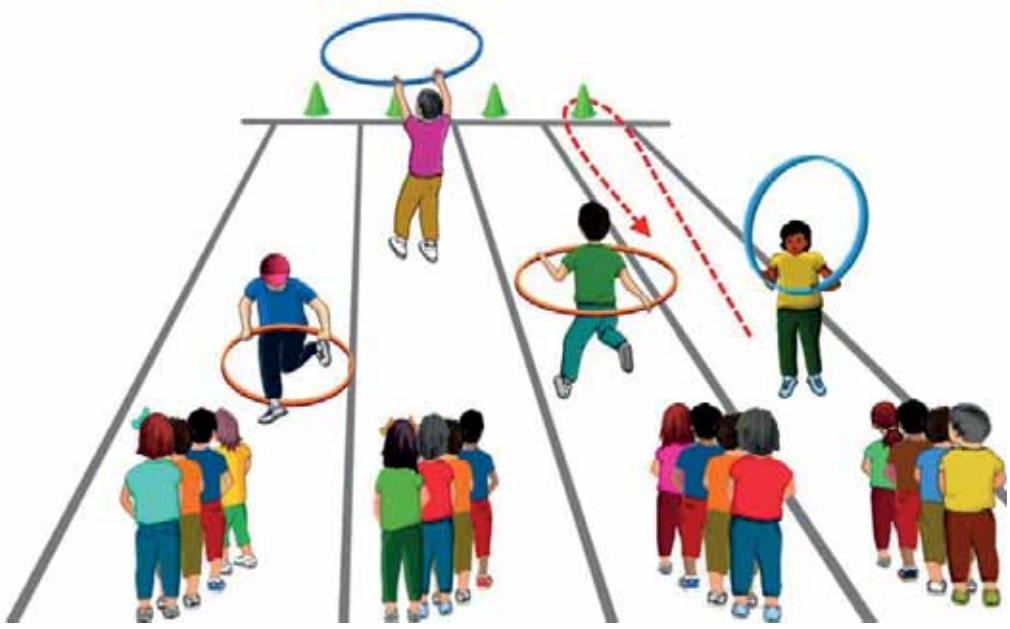
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- القفز برجل واحدة أو بالرجلين معا.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز الجماعي المنسق

الهدف من اللعبة: أقفز داخل الشبكة بتنسيق وإيقاع رفقة زملائي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) على الأرض شبكة من 16 خانة، يحاول المتعلمون بالتوالي القفز بتناسق وإيقاع داخل الخانات وفي اتجاه موحد حتى تُحتل جميع الخانات فيستمر القفز إلى غاية خروج المتعلمين الواحد تلو الآخر عند نهاية الشبكة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز
- تغيير اتجاه القفز
- الانطلاق بمجموعتين من نقطتين مختلفتين.

المعدات:

- شبكة من 16 خانة مرسومة على الأرض، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز الايقاعي

الهدف من اللعبة: أقوم بقفز منسق وإيقاعي في اتجاهات مختلفة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) عددا كافيا من الأشكال الهندسية (+، ☆، □)، بحيث ينتظم 6 عناصر حول الشكل الواحد.

في وضعية تنافس مع باقي المجموعات، يقوم المتعلمون بالتوالي بإنجاز قفزات مختلفة داخل الشكل الهندسي تبعا لتعليمات الأستاذ(ة).

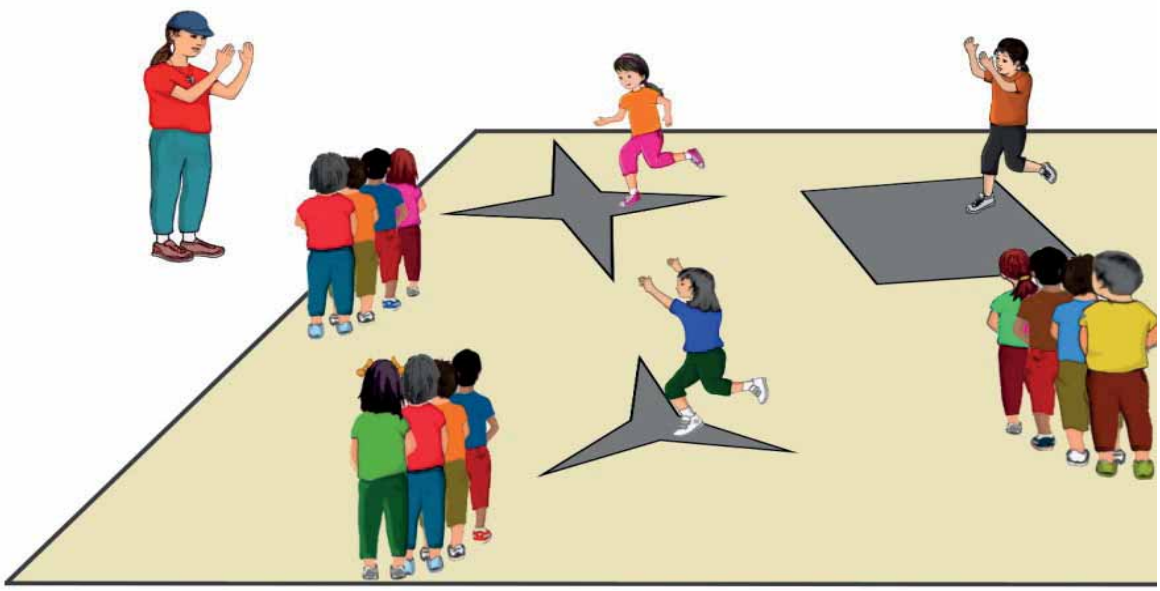
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز(بالرجلين معا، برجل واحدة، القفز داخل ثم خارج الشكل الهندسي)
- نوع الشكل الهندسي.

المعدات:

- أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز على الأثر

الهدف من اللعبة: أوظف تنسيق حركاتي للقفز داخل مسار متدرج الصعوبة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس 4 مجموعات متكافئة في نشاط القفز، حيث يحاول كل متعلم عبور ممر من 4 أعمدة لأثر الأقدام والأيدي، وذلك بالقفز على أثر القدم ووضع اليد في الخانة المناسبة لها. تمنح نقطة لكل متعلم تمكن من إنجاز المهمة دون ارتكاب الخطأ.

يفوز الفريق الذي حققت عناصره أكبر عدد من النقط.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تباعد الآثار
- تموضع واتجاه الآثار.

المعدات:

- قطع من ورق مقوى تمثل أثر أطراف، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

نزال الأشبال

الهدف من اللعبة: أوظف سرعة رد فعلي لتجريد الخصم من أداته.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يجلس المتعلمون حول دائرة قطرها 10 أمتار. يعين الأستاذ(ة) متعلمين للتباري في مركز الدائرة. عند إشارة الأستاذ(ة)، يحاول كل عنصر انتزاع الوشاح المعلق خلف منافسه. تمنح نقطة للمتعلم الذي تمكن من جلب وشاح خصمه.

يفوز الفريق الذي حصل على أكبر عدد من النقط.

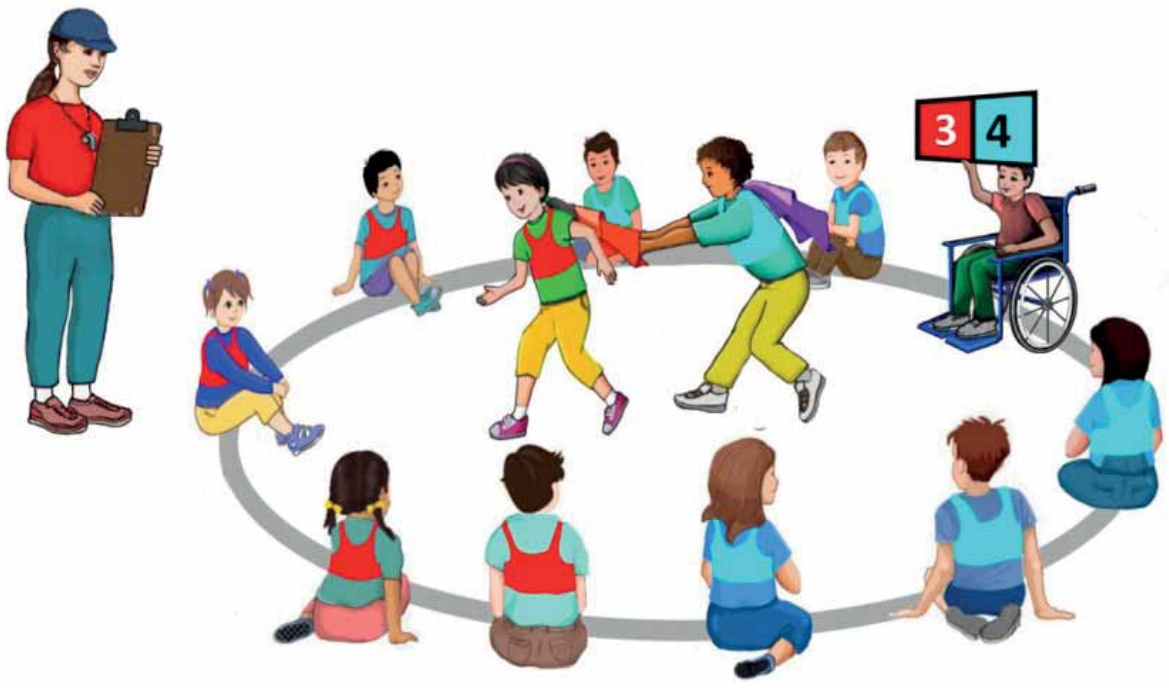
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تعيين أكثر من متعلمين
- نقطة تعليق الوشاح (الخصر، الركبة).

المعدات:

- أوشحة ملونة، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

لعبة الأرقام

الهدف من اللعبة: أكيف تنقلاتي استجابة لمثير متغير.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ينتشر المتعلمون داخل الساحة ويتنقلون جريا بشكل عشوائي. عند مناداة الأستاذ(ة) برقم ما يشكلون مجموعات حسب الرقم المعلن عنه. (مثال: عندما ينادي الأستاذ(ة) برقم ثلاثة يتجمع المتعلمون في مجموعات من ثلاثة أفراد). كل متعلم لم يجد له مكانا داخل المجموعات المكونة عند المناداة برقم معين، يجري دورة واحدة حول فضاء اللعب ثم يكمل اللعبة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- الانطلاق من أماكن محددة
- الانطلاق من وضعيات مختلفة: الجلوس، الوقوف، القرفصاء
- إشارة على شكل عملية حسابية في المتناول (الجمع، الضرب، الطرح).

المعدات:

- مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

لعبة القواعد الخمس

الهدف من اللعبة: أركز على المكان المناسب لاحتلاله قبل الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يوزع المتعلمـون إلى 6 مجموعات عند أحد جانبي فضاء بداخله 5 قواعد (دوائر). عند إشارة الأستاذ ينطلق عنصر من كل مجموعة محاولا احتلال إحدى القواعد الخمس. كل متعلـم لم يتمكن من ولوج القاعدة ينتظر في منطقة معزولـة «أ». بينما يعود الآخرون إلى نقطـة الانطلاق وينتظرون إشارة ثانية. يفـوزالفريق الذي يحتفظ بأكبـر عدد مـن العناصر في نهاية اللعبة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد القواعد
- إعطاء أرقام للمتعلمين والمناداة عليهم بها.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

تيك تاك توك

الهدف من اللعبة: ألائم رد فعلي على إنجاز الخصم قصد بلوغ الهدف.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرسم الأستاذ(ة) شبكة من 9 خانات (3*3)، ثم يقسم المجموعة إلى فريقين بحيث يملك كل فريق 3 أدوات من نفس اللون (أوشحة أو مخاريط). تبدأ اللعبة بالتناوب بين عناصر الفريقين حيث يضع اللاعب الأول من الفريق «أ» الأداة في إحدى الخانات ثم يعود، لينطلق المنافس الذي يضع أداته بدوره. في حال وضع جميع الأدوات دون بلوغ الهدف(تسطير لون الفريق عموديا أو أفقيا أو قطريا) ، يستمر اللاعبون في تحريك الأداة بالتناوب. وتنتهي اللعبة عندما ينجح الفريق في تسطير أدواته الثلاث.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- بعد الشبكة عن نقطة الانطلاق
- تسلم الأداة ووضعها داخل الأطواق باليد المخالفة لليد المهيمنة.

المعدات:

- أوشحة، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

البرج الخشبي

الهدف من اللعبة: أركز عند مناولة الأداة بسرعة لبلوغ الهدف قبل المنافس.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى مجموعتين، تقف كل واحدة منهما أمام ممر طوله عشرون مترا، يوضع عند نهايته طوق بداخله قطع خشبية ملونة بعدد عناصر الفريق. عند إشارة الأستاذ ينطلق العنصر الأول من كل مجموعة ليثبت القطعة الأولى التي تشكل لبنة البرج ثم العودة مسرعا ليلمس يد زميله الموالي الذي يتابع المنافسة بإضافة قطعة ثانية فوق اللبنة. و هكذا إلى حين تمكن الفريق من بناء برج من القطع الخشبية المتوفرة قبل الخصم.

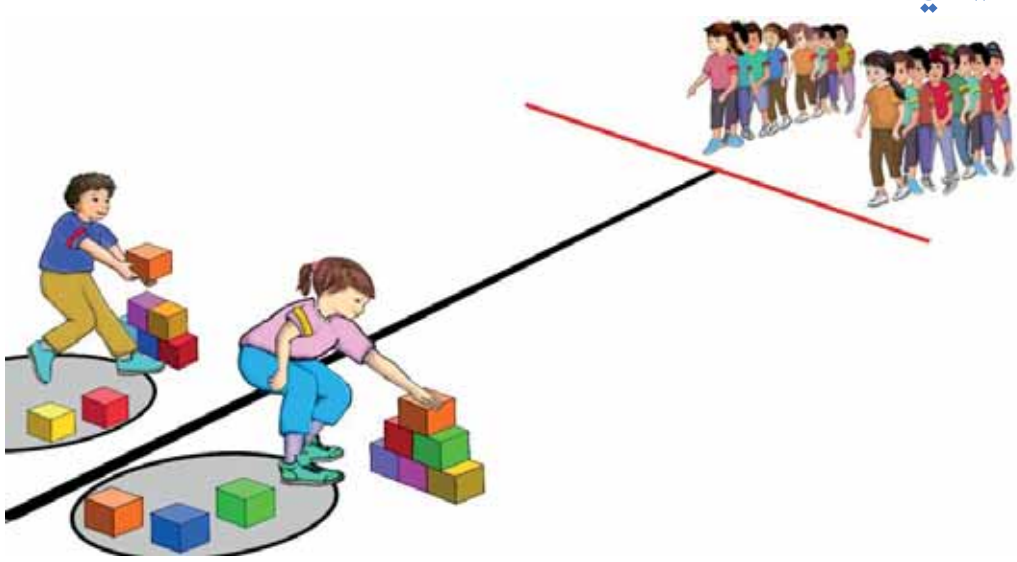
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- عدد قطع البرج.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، قطع خشبية ملونة، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

لعبة اللامبو

الهدف من اللعبة: أتحكم في جسمي في وضعية اختبار الرشاقة والتوازن.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

في فضاء به عشب أو رمل، يثبت الأستاذ(ة) حبلا طويلا بين عمودين بعلو 1.5 متر بشكل يتيح تغيير علوه بين الفينة والأخرى. ثم يقف المتعلمون فوق مستقيم على بعد 5 أمتار من الحبل. عند إشارة الأستاذ(ة)، يتعين التقدم نحو الحبل والمرور تحته برشاقة دون لمسه (انظر الصورة جانبه). ينقص علو الحبل بعد كل محاولة حتى يفوز أحد المتعلمين بالرهان.

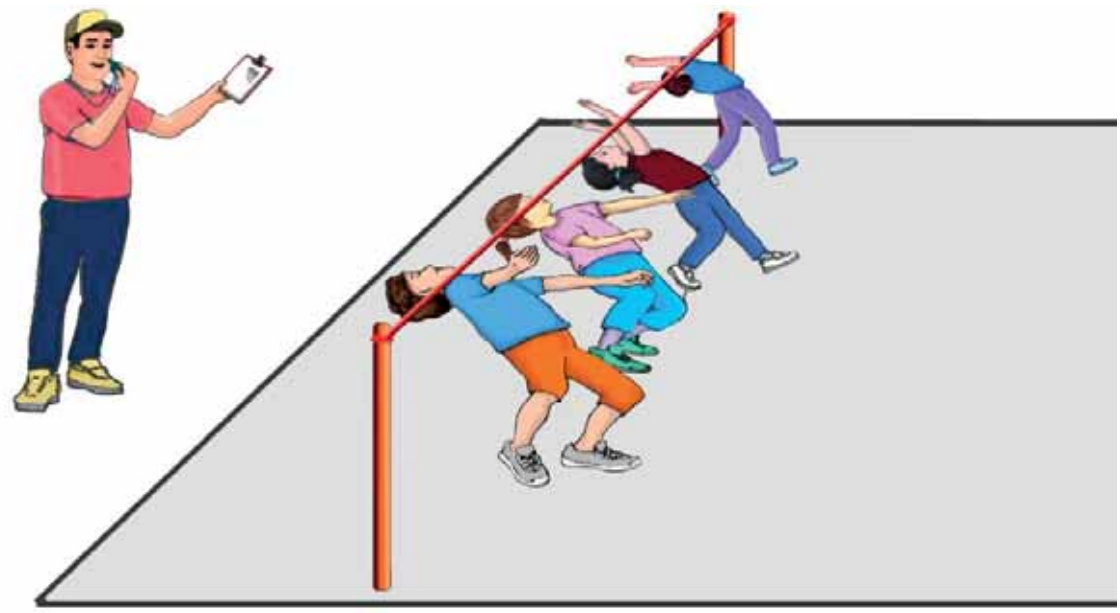
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- التباري في إطار ثنائيات بمسك الأيدي
- التباري عبر مجموعات صغيرة (4 أو 5 عناصر).

المعدات:

- حبل بطول 5 أمتار، عمودين بعلو 1.5 متر، أقماع.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

فك الألغاز

الهدف من اللعبة: أعبر رفقة زميلي عن موضوع محدد من خلال أداء حركي صامت.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يهيئ كل ثنائي عرضه من أجل تقديمه في مدة لا تتعدى 30 ثانية. ثم يقوم المتعلمون بالحكم على الإنجاز وتخمين الحركات المتضمنة في العرض للتعرف على موضوعها، بحيث يجب على الثنائي التعبير عن الموضوع المراد تمثيله بواسطة الحركة فقط.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- استعمال أدوات مختلفة لإغناء العرض
- مدة العرض
- عدد المشاركين في العرض.

المعدات:

- كرات، مخاريط، علب، عصي، أوشحة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

نحام وردي (التوازن على رجل واحدة)

الهدف من اللعبة: أتحكم في توازني رفقة زملائي لتجسيد شكل فني جماعي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون مجموعات من ثلاثة عناصر داخل فضاء اللعب، يعطي الأستاذ(ة) تعليمات لإنجاز جماعي لمختلف وضعيات التوازن على رجل واحدة.

مثال:

- التوازن على الرجل اليسرى مع مسك متباعد للأيدي
- التوازن على الرجل اليمنى مع مسك للأكتاف.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأقران
- اقتراح أشكال أخرى.

المعدات:

- مفروشات، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

تجاذب القوى

الهدف من اللعبة: أوظف قوتي وتوازني لبلوغ الهدف قبل الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتمركز 5 متعلمين حول دائرة قطرها 3 أمتار وهم محاطين بحبل مشترك على مستوى الخصر(أنظر الرسم التوضيحي أسفله). عند إشارة الأستاذ(ة)، يجر كل عنصر الحبل من أجل لمس علامة (مخروط، قنينة بلاستيكية) تقع على بعد متر واحد من محيط الدائرة.

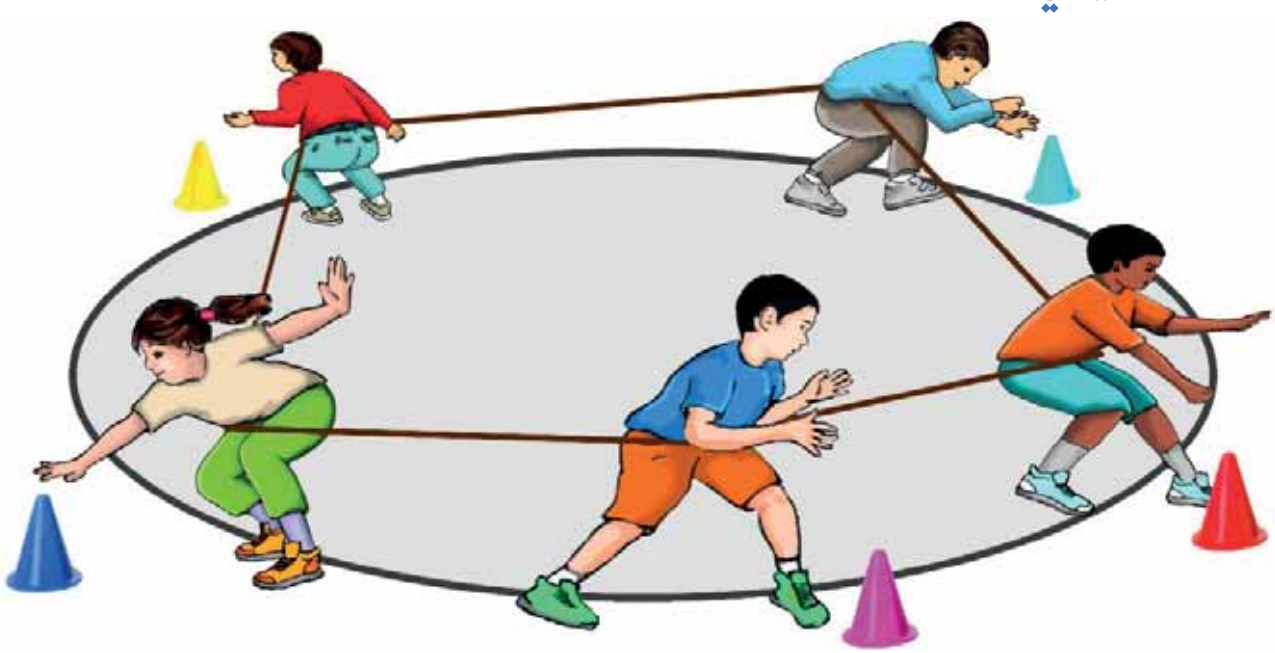
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- بعد العلامة عن محيط الدائرة
- عدد المتبارين.

المعدات:

- حبل متين، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

الطوق المتجول

الهدف من اللعبة: أوظف رشاقتي بتنسيق مع زملائي لنقل أداة جماعة دون المسك بها.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل كل فريق دائرة بتماسك الأيدي، بعد إشارة الأستاذ(ة) يبدأ التنافس على نقل الطوق بسرعة بين جميع العناصر دون فك الأيدي قبل المنافس.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

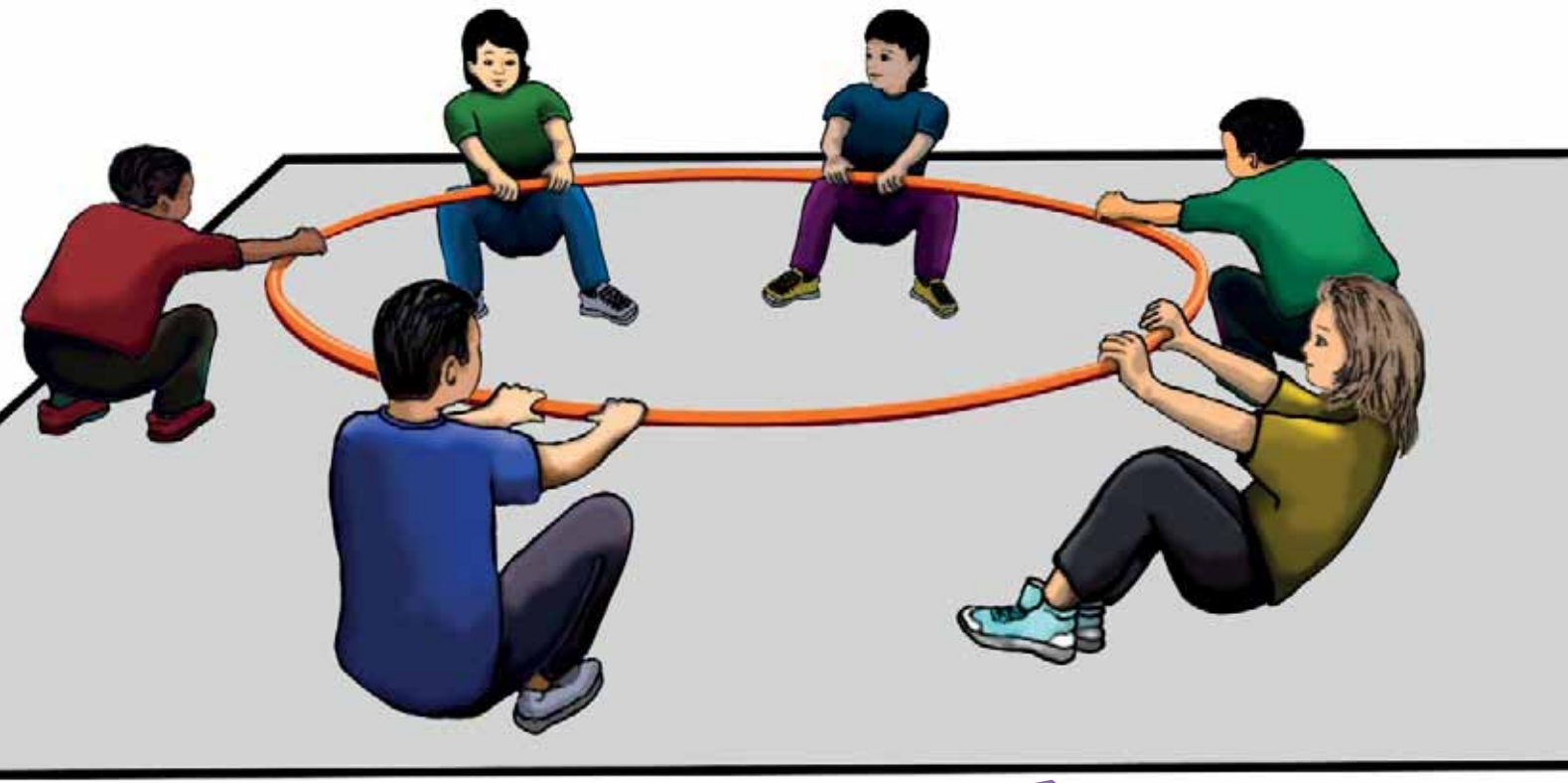
- قطر الدائرة
- عدد عناصر الفريق
- عدد الأطواق المنقولة
- نقل الطوق دورتين متتاليتين بدل دورة واحدة.

المعدات:

- أطواق كبيرة، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

السنة الخامسة



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الجري الخفيف

الهدف من اللعبة: أجري بإيقاع منتظم ضمن مجموعتي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يــوزع المتعلمــون إلى أربع مجموعات. عند إشارة الأستاذ يجــرون بانتظام لمدة خمس دقائق مع الحفاظ على نفس المسافة الفاصلة بين المجموعات. وذلك بالمرور في آن واحد على نقط محددة داخل المدار المخصص للجري.

يفوز الفريق بنقطة عن كل دورة منتظمة الايقاع.

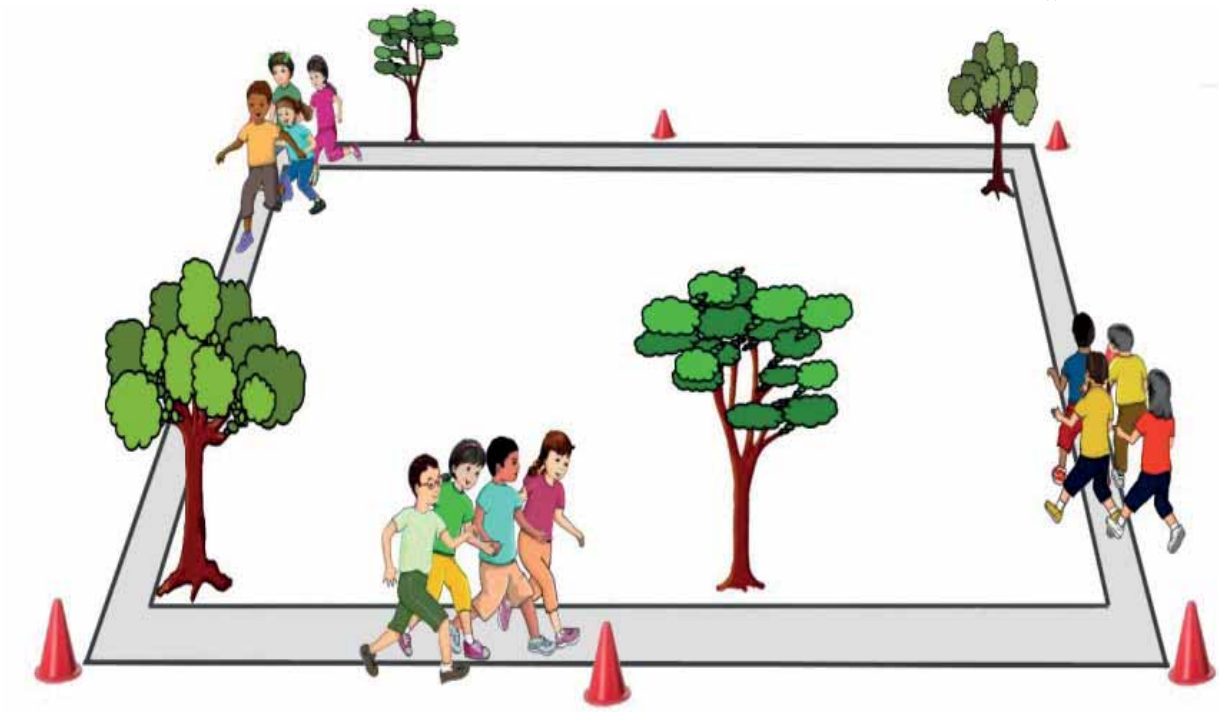
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تعديل مدة الجري المقترحة
- أبعاد المطاف.

المعدات:

- مخاريط، أقمصة، عداد، أعلام.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

جلب القبعة

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة لجلب أداة والعودة إلى نقطة الانطلاق قبل الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمـون إلى فريقين متساويين من حيث العدد، كل فرد له منافس مباشرفي الفريق الآخر يحمل رقما مماثلا له. توجد قبعتـان مختلفتـي اللـون أو أداة أخـرى (وشـاح، مخـروط، كـرة) في وسط الملعب، عند مناداة الأستاذ لرقم معين يجري حاملا الرقم ويحاول كل واحد منهما جلـب القبعة الخاصـة بـه إلى منطقته قبـل منافسه.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- المناداة على أكثر من رقم لجلب الأداة مع مسك الأيدي
- المسافة الفاصلة بين القبعة وخط الانطلاق.

المعدات:

- أوشحة، مخاريط، كرات، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

التناوب الثنائي

الهدف من اللعبة: أجري سريعا مع قرين بمسك الأيدي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يضع الأستاذ(ة) سلة بها بطاقات مرقمة من 1 الى 9 عند نهاية كل ممر، و عند إشارته ينطلق عنصران من كل مجموعة لجلب البطاقة الأولى بمسك الأيدي و لمس العنصر الأول من الثنائي الموالي الذي ينطلق بدوره لإحضار بطاقة أخرى.

تفوز المجموعة التي تمكنت عناصرها من جمع أكبر عدد من النقط انطلاقا من الأرقام المجلوبة في وقت محدد.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- استعمال الشاهد أثناء التناوب.

المعدات:

- سلات أو علب، بطاقات صغيرة من الورق المقوى، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الاتجاه المعاكس

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة في اتجاه معاكس لمنافسي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ينتظم المتعلمون على شكل صفين متقابلين أمام ممرين متوازيين بطول 20م، عند إشارة الأستاذ(ة) ينطلق العداءان المتنافسان بسرعة لبلوغ نهاية الممر. يفوز المتعلم الذي اقتحم خط الوصول قبل منافسه.

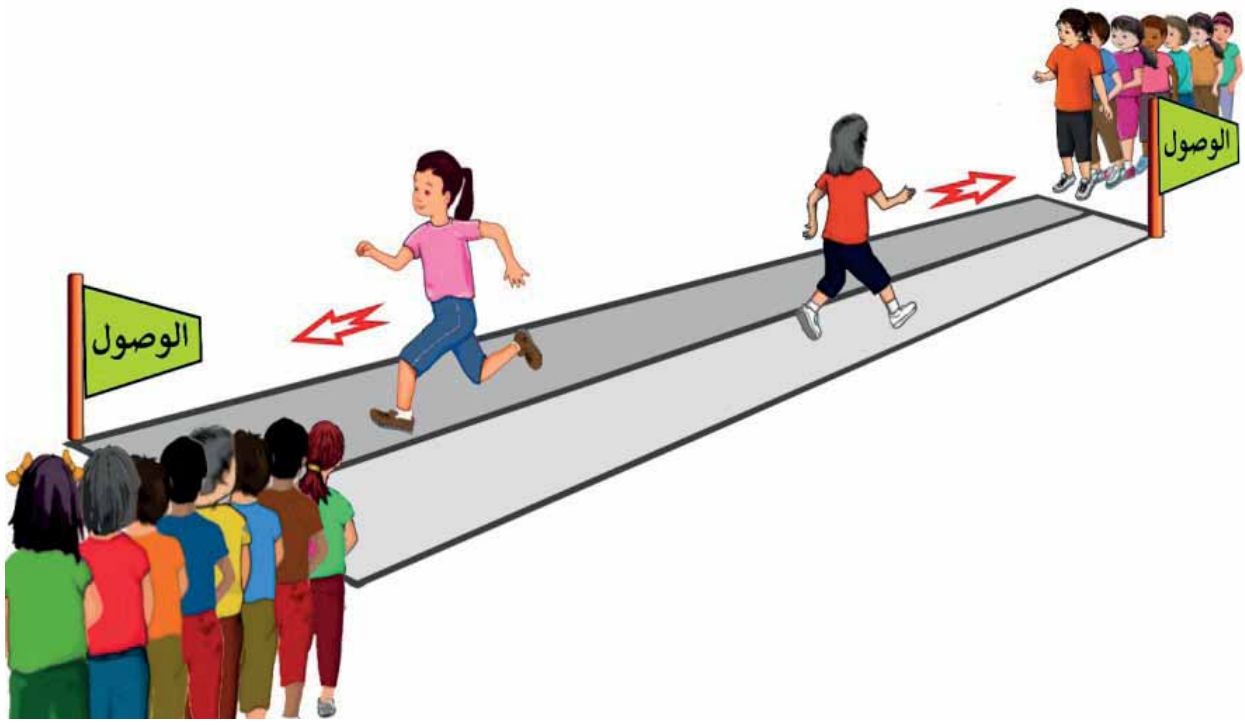
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- نوعية إشارة الانطلاق (مرئية، سمعية).

المعدات:

- مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

سباق الأرقام

الهدف من اللعبة: أحوم سريعا حول مجموعتي وأعود إلى مكاني قبل الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يجلس المتعلمون على شكل صفوف من 5 إلى 6 عناصر. كل مجموعة تبعد الأخرى بحوالي 3 أمتار، يحمل كل متعلم رقما من 1 إلى 6.

عند مناداة الأستاذ(ة) بأحد الأرقام (مثال: 4)، يقوم حامل الرقم المنادى عليه بالطواف سريعا حول مجموعته والعودة إلى مكانه قبل بقية المنافسين.

يفوز المتعلم الذي تمكن من العودة إلى مكانه قبل الآخرين.

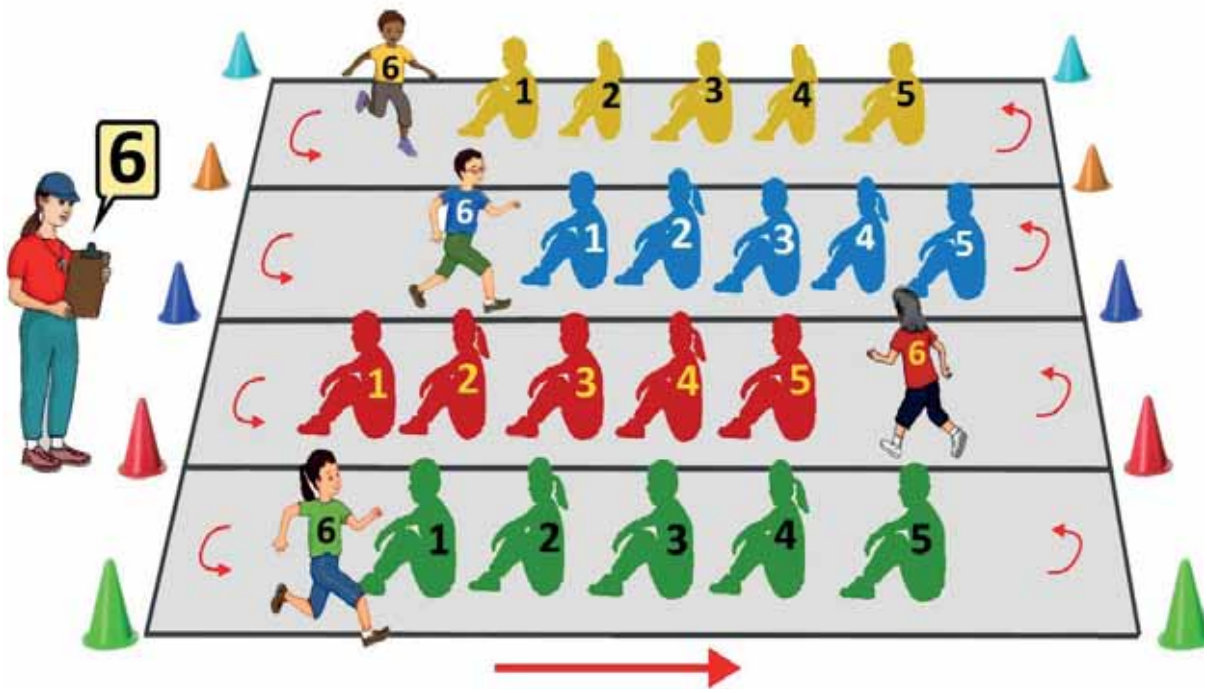
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- الطواف أكثر من دورة
- الطواف في اتجاه محدد (يمين، يسار،خلف)

المعدات:

- مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الصدى

الهدف من اللعبة: أقذف الكرة بقوة صوب هدف ثابت.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس أربع مجموعات، بحيث يتناوب كل واحد من عناصرها على قذف الكرة باليد داخل دائرة بقطر متر واحد مرسومة على الحائط ، ثم الانسحاب إلى الخلف ليلتقطها زميله الموالي من مسافة لا تقل عن ثلاثة أمتار. يفوز الفريق الذي تمكنت عناصره من استكمال المهمة قبل بقية المنافسين.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مسافة التصويب
- نوعية الكرة (كرة المضرب، كرة السلة، كرة القدم،الخ.)
- استعمال يد واحدة ثم اليدين معا عند قذف الكرة.

المعدات:

- كرات، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الرمي المشترك

الهدف من اللعبة: أنسق مع زميلي لرمي الكرة بعيدا.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتبارى المتعلمون على شكل ثنائيات داخل مجموعات متكافئة. يحاول كل زوج رمي الكرة بواسطة قطعة قماش مشترك وذلك إلى أبعد نقطة مقارنة ببقية الأزواج المتنافسة. يحقق كل ثنائي رمى الكرة أبعد من منافسيه نقطة. يفوز الفريق الذي تمكنت عناصره من حصد أكبر عدد من النقاط.

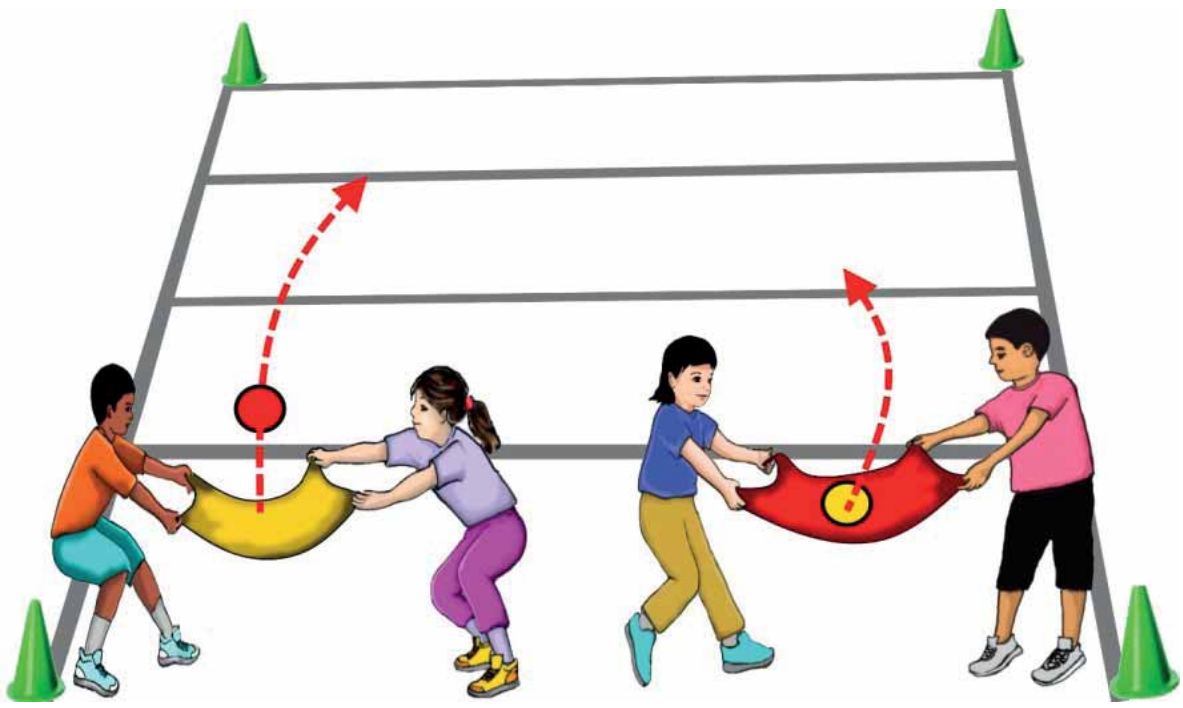
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير أداة الرمي
- الرمي على شكل رباعيات.

المعدات:

- قطع قماش بطول 1متر وبعرض 0.8 متر، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

رمي الطوق

الهدف من اللعبة: أرمي طوقا مطاطيا إلى أبعد نقطة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يوزع المتعلمون إلى أربع مجموعات. يحاول عناصر كل مجموعة رمي أطواق (إطارات دراجة هوائية ملونة، أطواق مطاطية) إلى أبعد مدى انطلاقا من خط الرمي. يقسم فضاء الرمي إلى مجالات متباعدة عن بعضها بمترين. يحاول المتبارون استهداف المنطقة الأكبر قيمة (الأبعد). تحتسب النقط المحصل عليها للإعلان عن الفائزين.

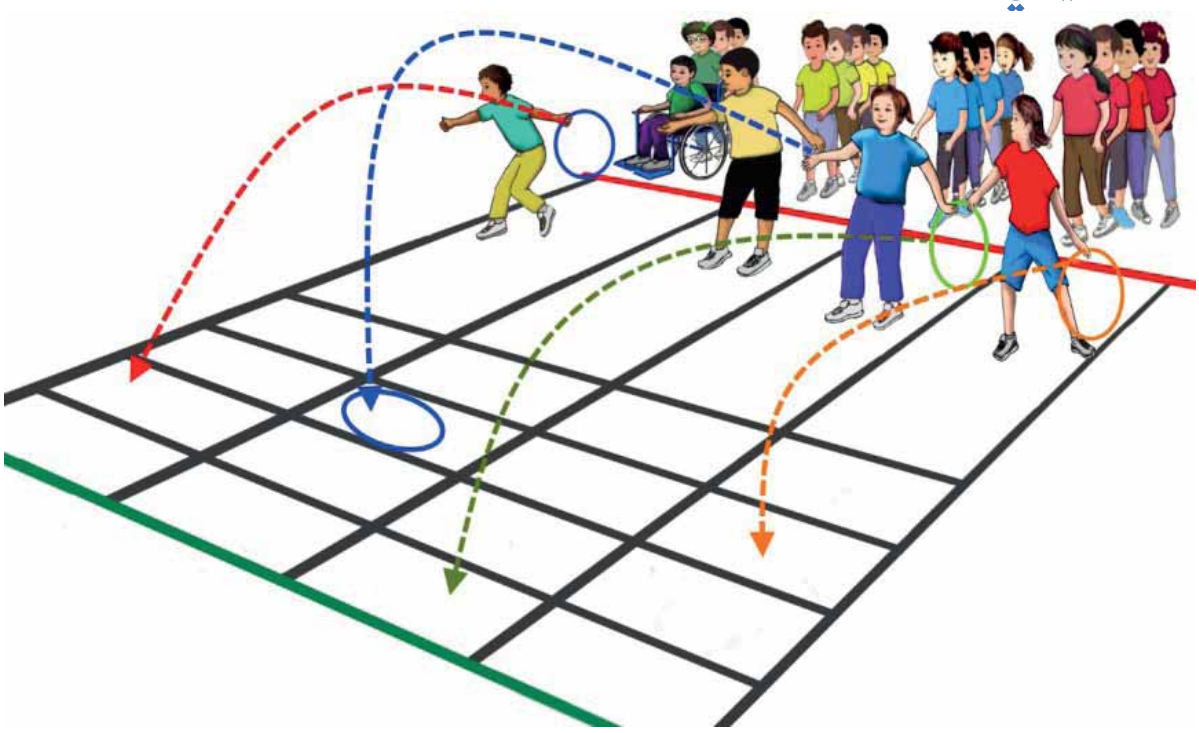
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- الرمي بعد الاستعداد
- نوعية الطوق.

المعدات:

- أطواق مطاطية، إطارات دراجات ملونة، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الكرة الحارقة

الهدف من اللعبة: أرمي الكرة بدقة في نقطة محددة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يوزع المتعلمون إلى مجموعتين، حيث تتموقع كل واحدة في معسكر معين تفصل بينهما منطقة محايدة. تتوفر كل مجموعة على عدد معين من الكرات. عند إشارة الأستاذ يرمي كل فريق بالكرات في المعسكر المقابل وذلك في وقت محدد. يمنع المشي بالكرة إلا في حالة سقوطها خارج المعسكر. يسمح بتمرير الكرة بين أفراد الفريق. ويفوز الفريق الذي يوجد بملعبه عدد أقل من الكرات عند نهاية اللعبة.

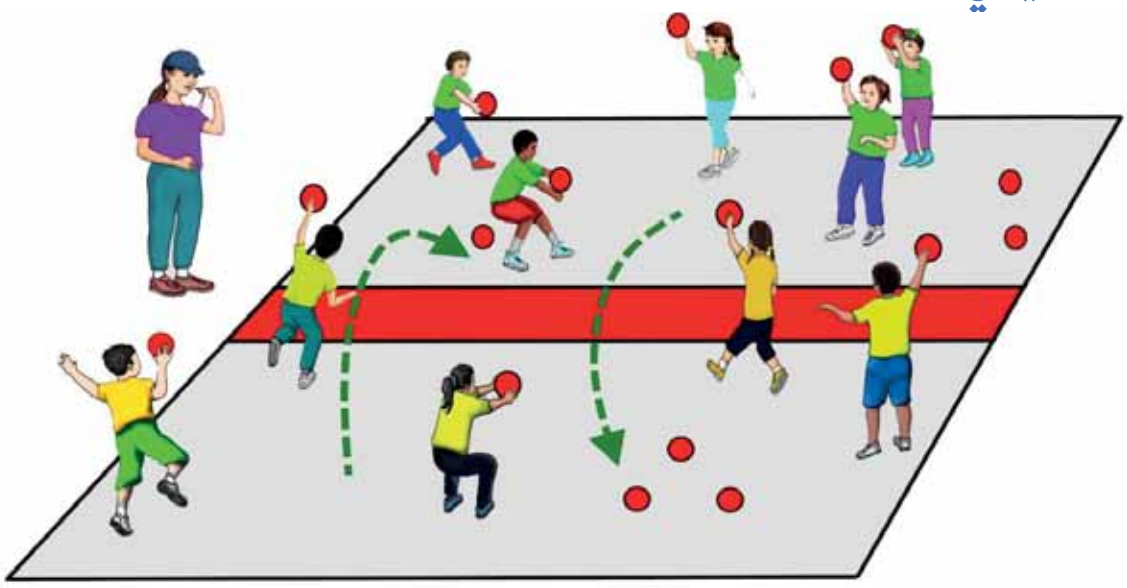
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عرض المنطقة المحايدة
- نوع الكرة (كرة اليد، السلة، الريكبي، الخ.).
- عدد الكرات
- عدد اللاعبين في كل فريق.

المعدات:

- كرات مختلفة الحجم، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الرمي الدقيق

الهدف من اللعبة: أدحرج الكرة بدقة تجاه هدف ثابت.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات، تصطف عناصر كل منها أمام هدف صغير على الأرض (قطعة خشبية، علامة ملونة)، يُطلب من المتعلمين دحرجة الكرة من داخل طوق على بعد 8 أمتار بغية تمركزها بالقرب من الهدف. عند الانتهاء من دحرجة كل الكرات، يتلقى الفريق الفائز نقطة واحدة لكل كرة أقرب إلى الهدف من كرات الفريق الخصم.

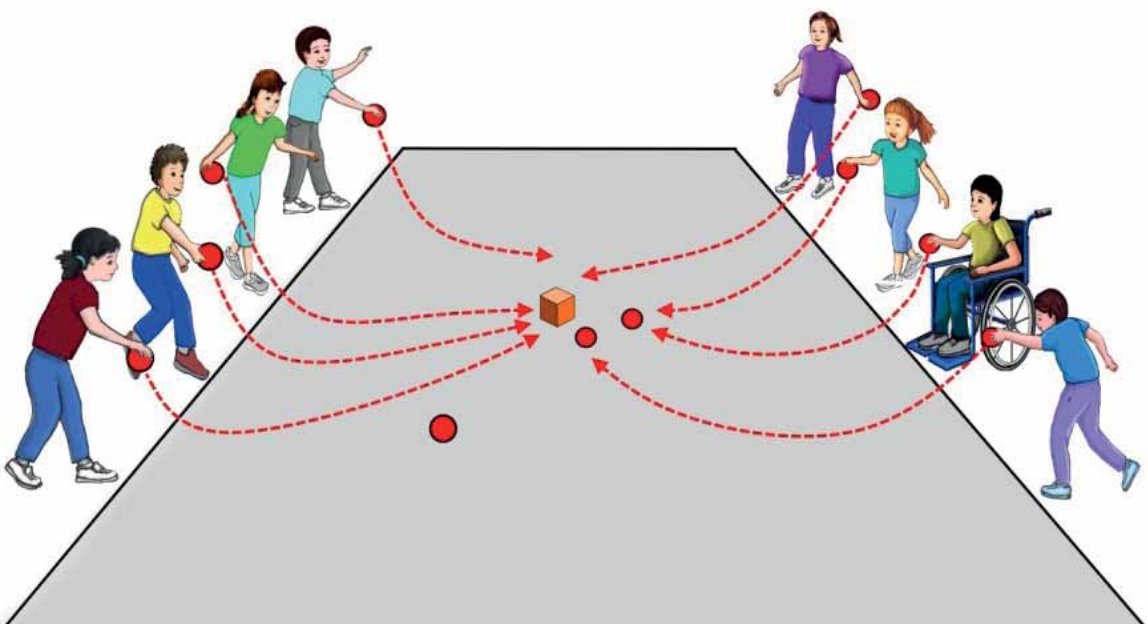
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

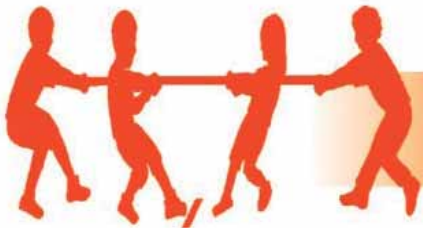
- بعد الهدف عن الطوق
- تغيير أداة الرمي.

المعدات:

- قطع خشبية، كرات، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

العودة الصعبة

الهدف من اللعبة: أتعاون مع زملائي لجلب الأداة سريعا من منطقة بعيدة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتبارى مجموعة الثعالب ومجموعة الأرانب بحيث تحاول الأرانب جلب أداة ما (وشاح، مخروط) بالتوالي على بعد 20 مترا من نقطة الانطلاق. عندما يصل الأرنب إلى مكان الأداة ينطلق الثعالب بالتمريرات لاستهدافه بالكرة. ولتفادي ذلك، يضع الأرنب الأداة أرضا. آنذاك، يعود المتبارون الى أماكنهم، لتنطلق محاولة الأرنب الموالي، لجلب الأداة حيث وضعها زميله السابق. ويستمر التناوب بين أفراد المجموعة حتى آخر أرنب، أو عند إحضار الأداة خارج نقطة الانطلاق. تغير الأدوار عند بلوغ الأرانب لهدفها أو في حال لمسهم بالكرة. تفوز المجموعة التي جلبت الأداة بالاعتماد على أقل عدد من العناصر.

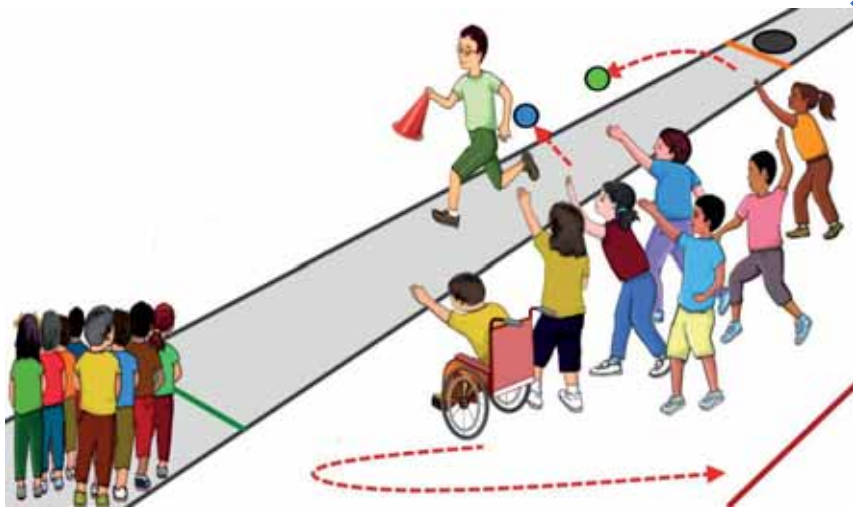
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

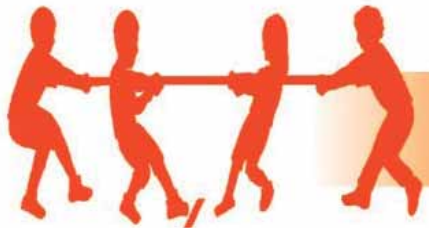
- بعد الأداة عن منطقة الانطلاق
- تباعد المجموعتين.

المعدات:

- أوشحة، كرات لينة، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

الكرة السجينة

الهدف من اللعبة: أتبادل الكرة مع زميلي لأجل تصويبها نحو هدف متحرك.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم الفضاء إلى معسكرين غير متداخلين. خلف كل واحد منهما تحدد منطقة تدعى «السجن»، يحاول كل فريق أثناء القيام بتمريرات أسر عناصر الفريق الخصم بالتصويب نحو أرجلهم. يودع الأسرى في سجن الخصم، ويمكنهم استقبال الكرات الواردة من زملائهم (تمريرة أو قذفة) لتوظيفها في استهداف الخصم.

يفوز الفريق الذي تمكن من حجز أكبر عدد من الأسرى خلال مدة اللعب.

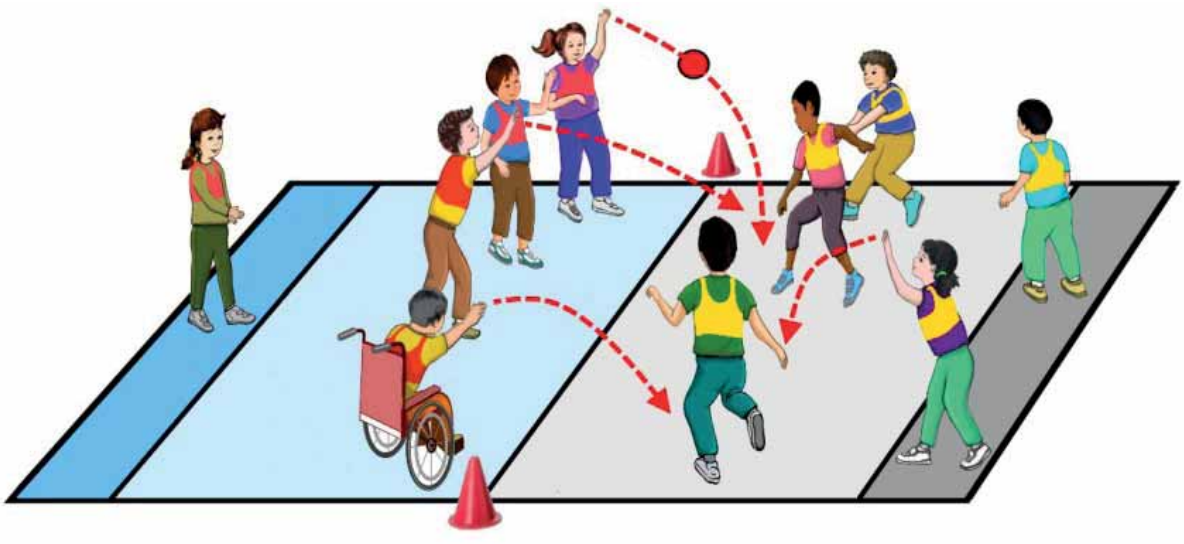
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

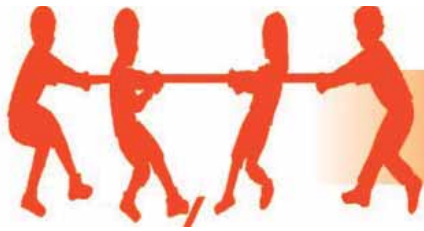
- إضافة كرة ثانية
- مساحة اللعب
- عدد اللاعبين.

المعدات:

- كرات لينة، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

الفزاعة

الهدف من اللعبة: أتعاون مع زملائي لإنجاز مشروع جماعي (إلباس الفزاعة).

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات. يخصص ممر طوله 10 أمتار لكل مجموعة. يتلقى كل فريق صندوقا أو كيسا يحتوي على نفس عدد و نوع الملابس (قبعة كبيرة، سروال، قميص، حذاء ، وشاح). عند إشارة الأستاذ، ينطلق العنصر الأول من كل مجموعة بالجري سريعا لإلباس إحدى الملابس لزميل متمركز عند نهاية الممر يدعى «الفزاعة». ثم يعود ليلمس يد زميله الموالي الذي ينطلق بدوره لإلباس القطعة الثانية، وهكذا حتى نهاية ارتداء الفزاعة لكل القطع التي بحوزة المجموعة. يجب أن تظل الفزاعة ثابتة مع بسط الأيدي جانبا. يفوز الفريق الذي أكمل إلباس فزاعته قبل منافسيه.

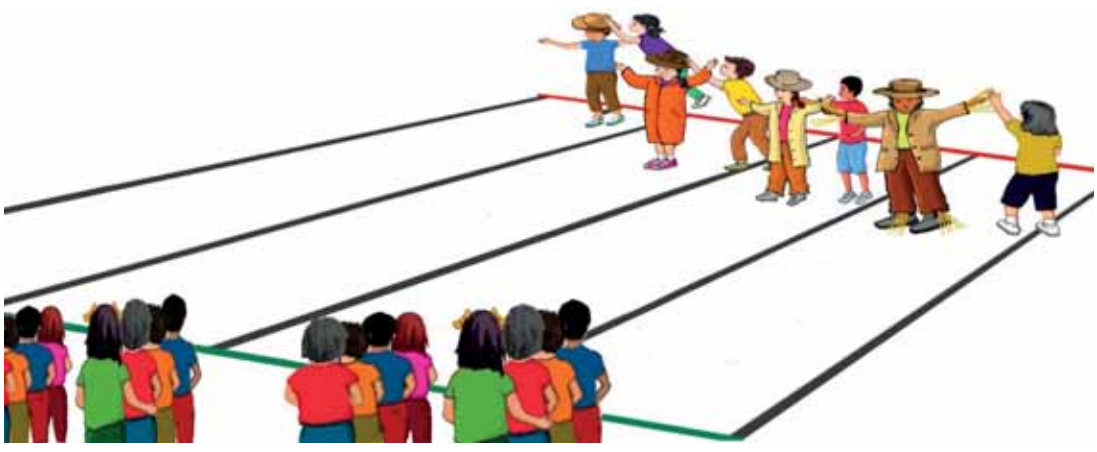
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

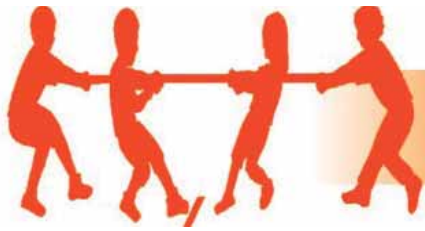
- إضافة قطع أخرى
- طول الممر
- حمل القطع الواحدة تلوى الأخرى جماعة و إلباسها للفزاعة

المعدات:

- صناديق أو سلات، ملابس (قبعة كبيرة، سروال، قميص، حذاء ، وشاح)، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

اللاعب المساعد

الهدف من اللعبة: أتبادل التمريرات مع زملائي مستعينين باللاعب المساعد لبلوغ المرمى.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتم إجراء مقابلة في كرة القدم بين فريقين مكونين من 6 إلى 8 لاعبين داخل الملعب أو في ساحة المدرسة. تستمر اللعبة 8 دقائق وتستبدل الأدوار. يمكن عند الضرورة تمرير الكرة إلى اللاعبين المساعدين المتواجدين في الممر الجانبي. يفوز الفريق الذي سجل أكبر عدد من الأهداف.

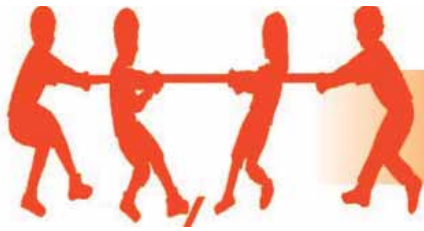
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عناصر الفريق
- عدد اللاعبين المساعدين
- مساحة الملعب.

المعدات:

- كرات، أقمصة، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعاون والمواجهة

الكرة على الأرض

الهدف من اللعبة: أصوب الكرة من بعيد نحو نقطة شاغرة داخل معسكر الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتموضع كل فريق في معسكره على جانبي المنطقة المحايدة (من 5 إلى 7 م). يحاول متعلم رمي الكرة بعيداً عن متناول الخصوم ولكن في حدود ملعبهم، إذا سقطت الكرة أرضا، يسجل الفريق المرسل نقطة ويسترجع الكرة، إذا قام الخصم باستقبال الكرة أو إذا سقطت خارج الحدود، فلا يتم تسجيل أي نقطة لكن يستفيد الخصم من الإرسال.

يفوز الفريق الذي حقق أكبر عدد من النقط خلال الجولة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- إضافة كرة أخرى
- أبعاد المنطقة المحايدة
- فرض تمريرات محدودة قبل الارسال
- طريقة الارسال ونوعية الكرة.

المعدات:

- كرات، أقمصة، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز المتجهي

الهدف من اللعبة: أقفز عاليا مع تغيير الاتجاه ثم الاستقبال بتوازن.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس أربع مجموعات بالقفز داخل ممرات طولها 8 أمتار وعرضها 1.5 متر، تتخللها 7 سهام متساوية ومختلفة الاتجاه (انظر الشكل أسفله). يحاول كل متعلم بالتوالي عبور الممر و ذلك عبر القيام بالقفز عاليا و الدوران من أجل الاستقبال على الرجلين معا تبعا لاتجاه السهم الأمامي. يفوز بنقطة كل عنصر تمكن من العبور دون ارتكاب أي خطإ. تدون النتائج بحيث تفوز المجموعة التي حققت أكبر عدد من النقاط.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الممر
- تباعد السهام
- اتجاه السهام.

المعدات:

- سهام من ورق مقوى، مخاريط، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

قفزة البهلوان

الهدف من اللعبة: أقفز عاليا و بتوازن للتحكم في أداة معلقة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس عناصر المجموعات على شكل ثنائيات، بحوزة كل عنصر حبل مثبت على مستوى الحزام و معلق أسفله مخروط أو قنينة بلاستيكية (انظر الشكل أسفله)، بحيث يحاول كل عنصر تثبيت المخروط متوازنا على الأرض عبر القيام بقفزات متتالية.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- حجم و نوع المخروط أو القنينة
- مدة المحاولة.

المعدات:

- مخاريط ، قنينات بلاستيكية صغيرة، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز الجماعي بالحبل

الهدف من اللعبة: أعبر مسافة محددة عبر القفز على الحبل بتنسيق مع زملائي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقوم عناصر المجموعة بوضع القدمين معا على حبل مشترك طوله 10م عند نقطة الانطلاق. عند إشارة الأستاذ(ة)، يتم التنافس بالقفز جماعة على طول مسافة 10م و ذلك بسحب الحبل باليدين ثم القفز بالرجلين معا دون إفلات الحبل (انظر الشكل أسفله). تفوز المجموعة التي بلغت خط الوصول قبل المجموعات الأخرى.

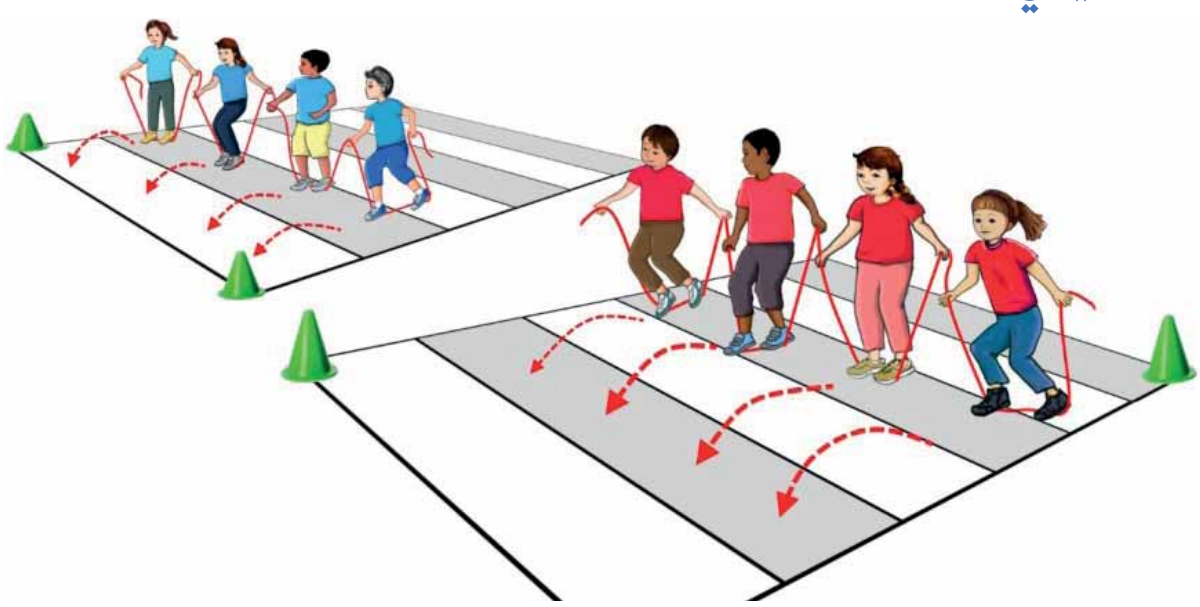
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول مسافة القفز.
- طول الحبل.

المعدات:

- حبل متين بطول 10 متر، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

رهان القفز

الهدف من اللعبة: أقفز سريعا داخل الأطواق لكسب الرهان.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل الأستاذ(ة) ممرا بواسطة أطواق أو يرسمه على الأرض على شكل دوائر. تبدأ المنافسة عن طريق القفز بين مجموعتين بالتناوب إذ ينطلق عنصر عن كل مجموعة من إحدى جهتي الممر. عندما يلتقي منافسين وسط المسار يحتكمان للقرعة (حجر، ورق، مقص) فيتنحى المتعلم الخاسر جانبا لترك المجال للرابح كي يتم القفز. عندئذ يباشر المنافس المولي قفزاته داخل نفس الممر حيث يحتكم إلى القرعة من جديد عند الالتقاء.

تحتسب نقطة لكل عنصر تمكن من القفز على جميع أطواق المسار.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز(الرجل اليمنى، الرجل اليسرى، الرجلين معا)
- تباعد الأطواق.

المعدات:

- أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز بوسع

الهدف من اللعبة: أعبر سريعا ممرا مستقيما عن طريق القفز داخل الأطواق.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يضع الأستاذ(ة) رهن إشارة كل فريق مكون من 6 عناصر طوقين اثنين من أجل عبور ممر طوله 15 مترا، و ذلك عن طريق القفز داخل الطوق الأول ثم تحريك الطوق الثاني في اتجاه خط الوصول و القفز داخله، و هكذا إلى حين بلوغ خط الوصول.

تفوز المجموعة التي استطاعت عناصرها تحقيق أكبر عدد من النقط.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الأطواق
- يمكن التباري بعنصرين من الفريق باستعمال 3 أطواق.

المعدات:

أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

تبادل العكاز

الهدف من اللعبة: أناول العصا بطرق مختلفة مع الحذر دون إسقاطها.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ينتظم المتعلمون واقفين على شكل دائرة من 10 عناصر. يتكأ كل واحد منهم على عكاز(عصا طولها 1متر). عند إشارة الأستاذ، يتحتم على كل متعلم ترك عكازه و التحرك لمسك عكاز زميله حسب تعليمة الأستاذ (يمينا أو يسارا).

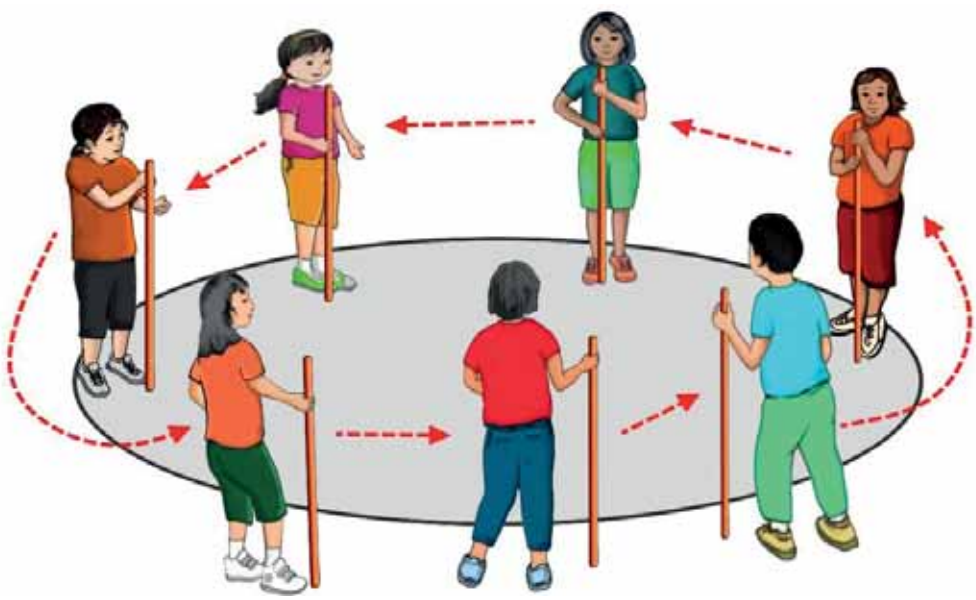
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير يد المسك (يمنى، يسرى)
- تغيير نقطة المسك (أعلى، وسط، أسفل)
- وضعية الانطلاق (قرفصاء، جلوس).

المعدات:

- عصي، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

القنينة المتجولة

الهدف من اللعبة: أنقل أداة بواسطة حبل دون إسقاطها.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يضع الاستاذ رهن إشارة كل مجموعة قنينة بلاستيكية مربوطة بخمسة حبال. يبدأ التنافس بعد مسك كل عنصر من الفرق المتبارية بقطعة الحبل المقيد بالقنينة من أجل نقلها جماعة مسافة 5 أمتار مع التركيز دون إسقاطها. تفوز المجموعة التي تمكنت من إنجاز المهمة قبل منافساتها.

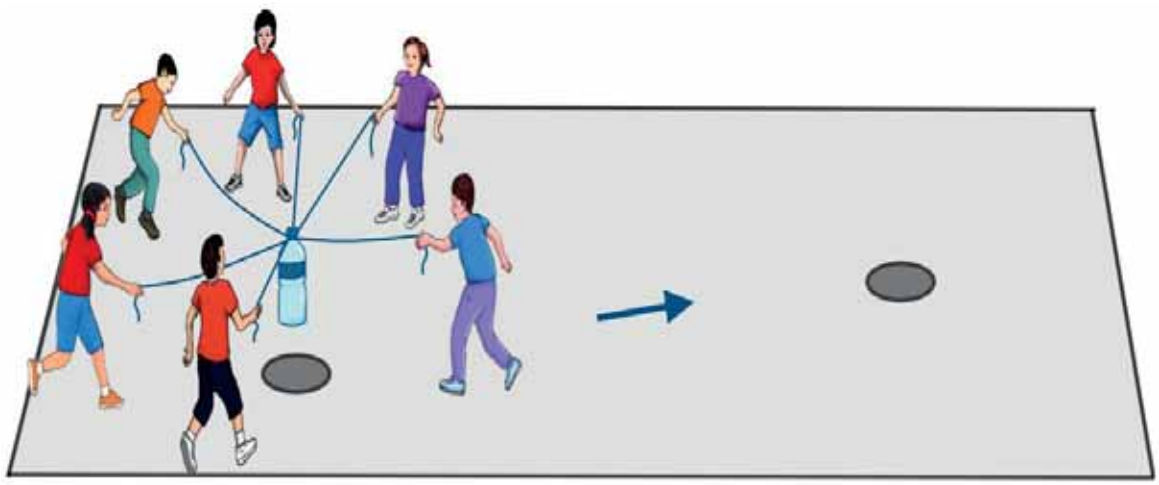
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول الحبل و عدد عناصر المجموعة
- تباعد نقطتي الانطلاق و الوصول
- ملء القنينة بالماء قبل نقلها.

المعدات:

- حبال بطول متر، أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

حراس الحدود

الهدف من اللعبة: أجلب أكبر عدد من البطاقات من منطقة محروسة في وقت محدد.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى مجموعتين متكافئتين، تشكل مجموعة «الحراس» دائرة بمسك الأيدي بينما تحاول مجموعة «الناقلين» جلب أكبر عدد من البطاقات المبعثرة (قطع ورقية) داخل الدائرة المحروسة ووضعها في أطواق في الخارج، و ذلك خلال مدة 30 ثانية.

يفوز الفريق الذي حصل على أكبر عدد من البطاقات المنقولة خلال مدة النقل.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- مدة النقل وعدد البطاقات.

المعدات:

- بطاقات ملونة من ورق مقوى، أطواق، مخاريط و أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

بر وبحر

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة استجابة لمثير معين.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتبـارى مجموعتان، تدعى الأولى "بر" والثانية "بحر"، عند المناداة على اسم إحداهمـا، تنطلق مسرعة نحو خط الوصول، بينما تحاول المجموعة الأخرى اللحاق بها ولمـس عناصرهـا قبل الوصـول.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- وضعيات الانطلاق: وقوفا، جلوسا، قرفصاء
- مسافة الجري
- المسافة الفاصلة بين المجموعتين عند الإنطلاق.

المعدات:

- مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

الطواف السريع

الهدف من اللعبة: أسرع في تحركاتي استجابة لمثير صوتي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ينتشر المتعلمون في فضاء اللعب على شكل حلقات صغيرة من 6 عناصر. بحيث يحمل كل فرد من المجموعة رقما من 1 إلى6. يبدأ التنافس بعد مناداة الأستاذ برقم ما داخل المجموعة حيث يتحتم على المتعلم المعني الطواف حول دائرته و العودة إلى نقطة انطلاقه قبل وصول منافسيه إلى أماكنهم. تفوز المجموعة التي تمكنت من حصد أكبر عدد من النقط.

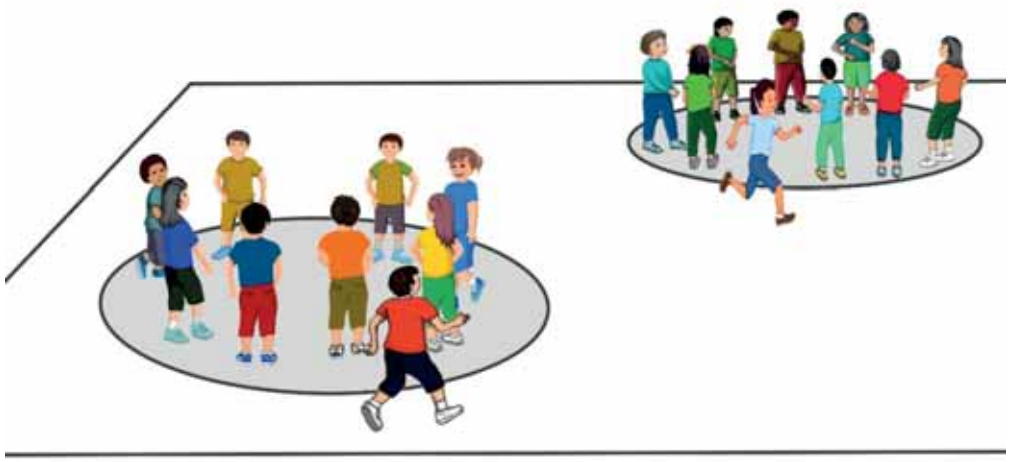
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد المتبارين
- وضعية الانطلاق (القرفصاء، الجلوس).

المعدات:

- مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

ضبط الساعة

الهدف من اللعبة: أجسد رفقة زملائي حركات متناسقة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل عناصر المجموعة الأولى دائرة قطرها 10 أمتار تمثل ساعة كبيرة بحيث تكتب الأرقام الأربعة (12،9،6،3) على محيطها. بعد إشارة الأستاذ(ة)، و خلال دقيقة واحدة تجسد المجموعة الثانية عقربي الساعة طبقا للتعليمة المعلنة من طرف الأستاذ(ة) (مثال: الثالثة و النصف). كل مجموعة لم توفق تقوم بلفة حول الساعة بعد تصحيح إنجازها.

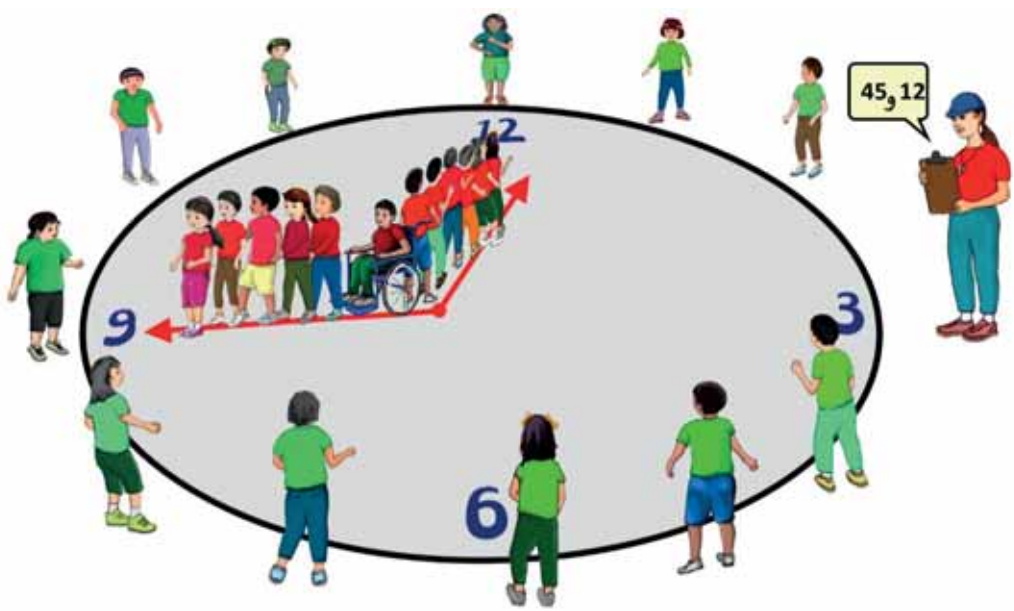
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مدة إنجاز التوقيت
- قطر الدائرة.

المعدات:

- مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

طوق النجاة

الهدف من اللعبة: أنسق حركاتي بتوازن مع زملائي باستعمال أداة مشتركة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

في فضاء به رمل أو عشب أو مهيأ بمفروشات، يضع الأستاذ(ة) رهن إشارة كل مجموعة أداة (طوق كبير، حبل دائري متين)، تمسك عناصر المجموعة بالأداة في نقط متساوية البعد. و تبعا لإشارة الأستاذ(ة) تنحدر المجموعة مع سحب الأداة ببسط الأيدي و التوازن إلى الخلف وصولا إلى وضعية القرفصاء والمكوث لمدة ثلاث ثوان قبل العودة إلى وضعية الانطلاق.

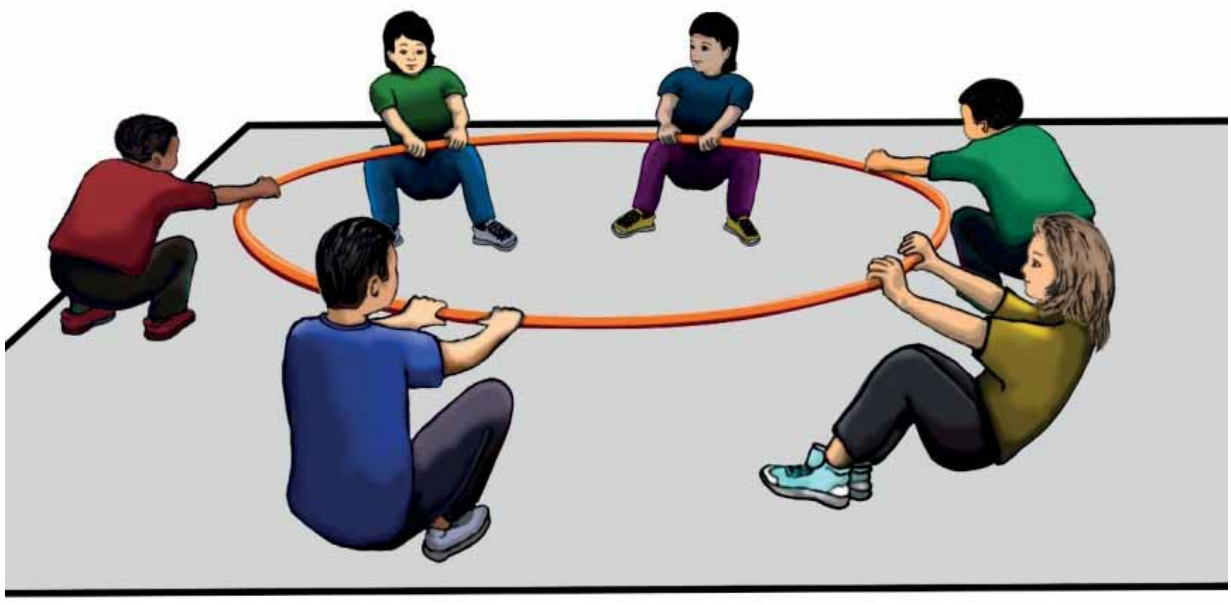
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد عناصر المجموعة
- قطر الأداة
- نوعية الحركة (التوازن على رجل واحدة، مسك الأداة بيد واحدة، إلخ.).

المعدات:

- مفروشات، أطواق كبيرة، حبال دائرية، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

التعبير الحركي

الهدف من اللعبة: أتواصل مع القرين عبر الحركة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى ثنائيات. يقوم كل زوج بتهييء موضوع العرض (مقابلة في نوع رياضي، نزهة عائلية، سفر). خلال 5 دقائق، يعبر المتعلمان بالحركات عما يرغبان في إيصاله للجمهور مثال: تمرير واستقبال الكرة في رياضة جماعية معينة.

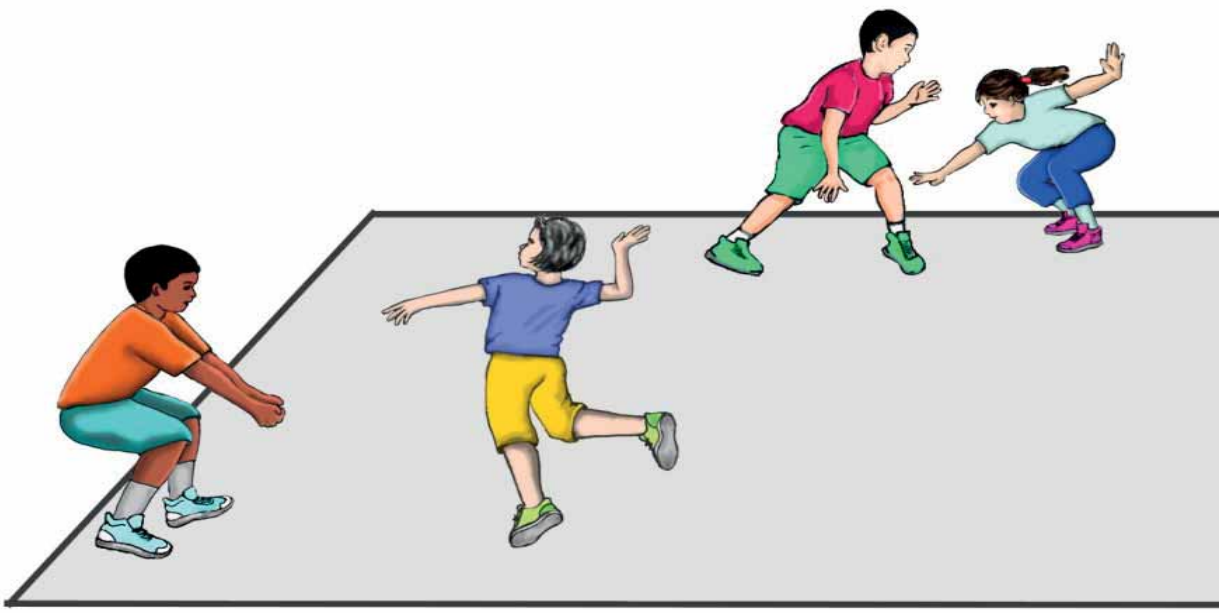
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تقليص وقت العرض
- الزيادة في عدد المشاركين عن كل فريق.

المعدات:

- كرات، مخاريط، علب، عصي، أوشحة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

التوازن الثنائي

الهدف من اللعبة: أحافظ على التوازن أثناء تقديم حركات استعراضية رفقة زميل.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمـون إلى ثنائيات للقيام بإحدى الأشكال المرسومة (أنظر الجدول أسـفله). يتـم الاختيار من بيـن الوضعيات حسب درجة الصعوبة الممكن إنجازها من طرف الثنائـي حيـث يحرص الأستاذ على ضمان شروط السلامة من أجل إنجاز الشكل المعتمد: فضاء به رمل أوعشب مـع الاحترام الكلي للتعليمات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأقران
- تغيير الأشكال
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- مفروشات، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

النحات

الهدف من اللعبة: أجسد صورة متكاملة لزميلي عبر تحريك أطراف زميل آخر.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون ثلاثيات بحيث يلعب المتعلم الأول دور التمثال الذي يستوجب نسخه، أما الثاني فيمثل النحات الذي يجسد صورة متكاملة للتمثال عبر تحريك أطراف العنصر الثالث المعصوب العينين.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

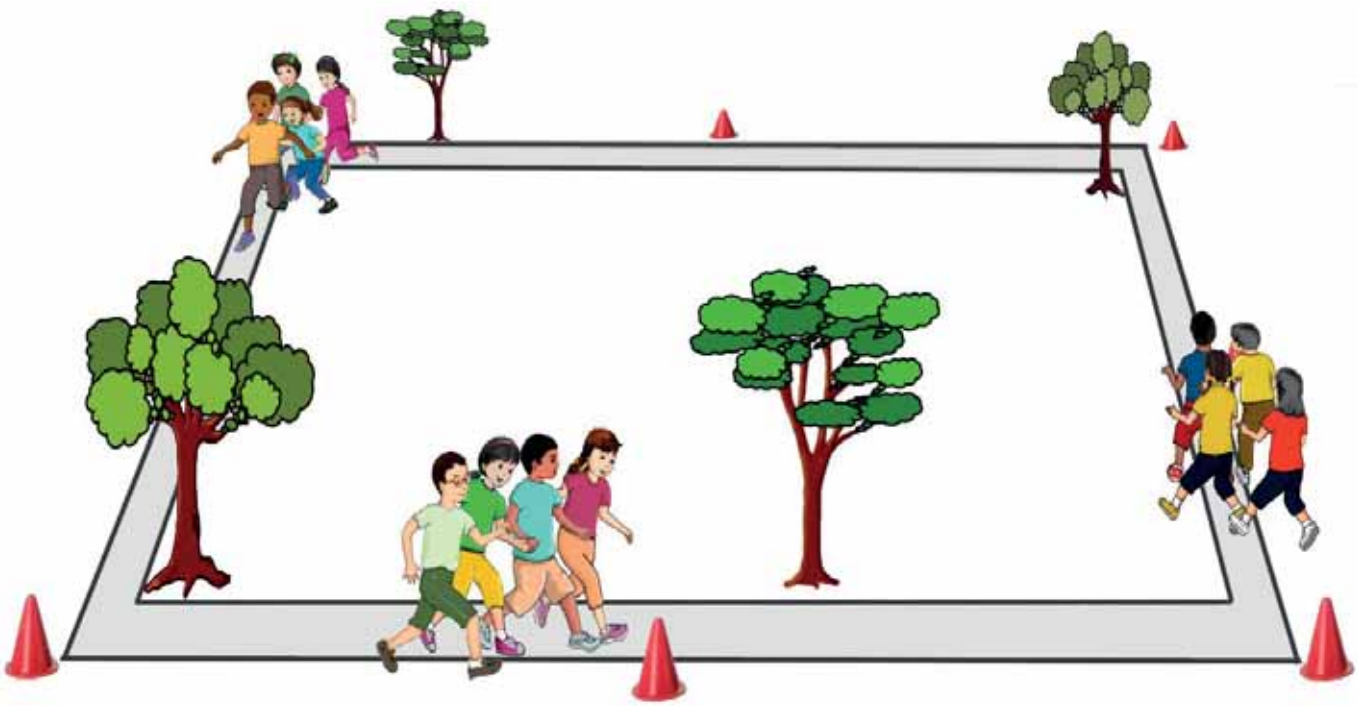
- يمكن للتمثال أن يجسد نشاطا رياضيا معينا.

المعدات:

- عصي، مفروشات، مخاريط.

سند توضيحي:

السنة السادسة



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

السباع والغزلان

الهدف من اللعبة: أطارد زميلا بسرعة قبل بلوغه خط الوصول.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

داخل فضاء اللعب يرسم الأستاذ خطين للانطلاق متوازيين ومتباعدين بمترين أو ثلاثة، و خط آخر للوصول على بعد 20 مترا من الخط الأول. يقسم المتعلمون إلى مجموعتين « السباع » و« الغزلان». تنتظم مجموعة السباع في ممرات خلف مجموعة الغزلان.

يعطي الأستاذ إشارة الانطلاق فيحاول السباع انتزاع الوشاح المعلق بحزام الغزلان قبل خط الوصول. تحتسب نقط الفريق المطارد بعدد الأوشحة المنتزعة. ثم تستبدل الأدوار.

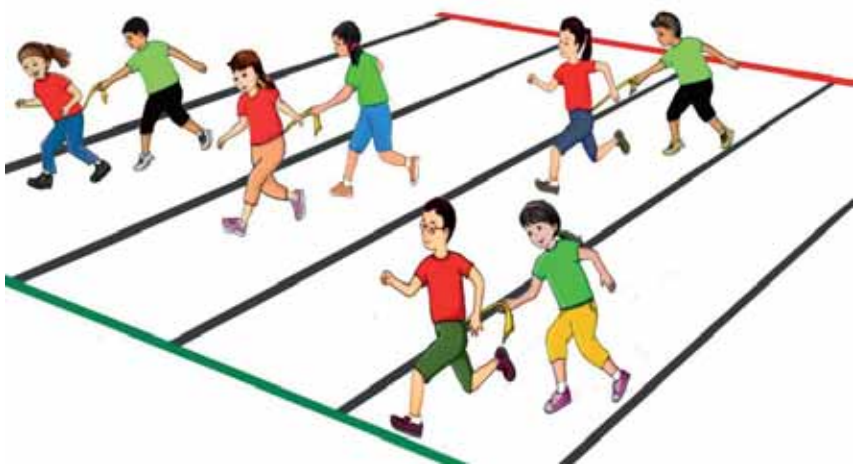
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير وضعيات الانطلاق: جلوس، قرفصاء
- مسافة تباعد المجموعات
- طول الممر.

المعدات:

- أقمصة، أوشحة، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

ألواح التزلج

الهدف من اللعبة: أتنقل بتوازن و تنسيق مع زملائي بواسطة ألواح التزلج.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى مجموعات، كل واحدة تتكون من 4 أو5 عناصر و تتوفر على قطعتين خشبيتين مربوطتين بحبلين على الجانبين (طول القطعة الخشبية متر و نصف، و عرضها 10 سم). تحاول كل مجموعة التنقل من نقطة «أ «إلى النقطة « ب» دون فقدان التوازن.

توضع الرجل اليمنى فوق القطعة الخشبية جهة اليمين و الرجل اليسرى جهة اليسار. يتنقل أعضاء الفريق بتحريك اللوحتين بواسطة الحبال المربوطة بأطرافها.

يتنافس فريقان بعد اشارة الانطلاق لبلوغ خط الوصول على مسافة 10 أمتار.

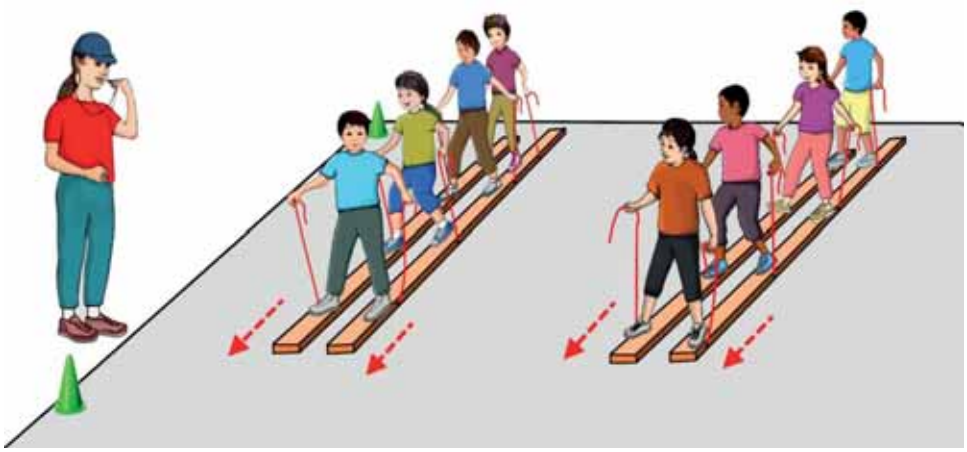
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- إدخال عنصر التوقيت
- مسافة التنقل
- عدد عناصر الفريق.

المعدات:

- قطع خشبية بطول متر و نصف و عرض 10 سم، حبال، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الجري الخفيف

الهدف من اللعبة: أجري بإيقاع منتظم ضمن مجموعتي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يــوزع المتعلمــون إلى أربع مجموعات. عند إشارة الأستاذ يجــرون بانتظام لمدة خمس دقائق مع الحفاظ على نفس المسافة الفاصلة بين المجموعات. وذلك بالمرور فــي آن واحد على نقط محددة داخل المدار المخصص للجري.

يفوز الفريق بنقطة عن كل دورة منتظمة الايقاع.

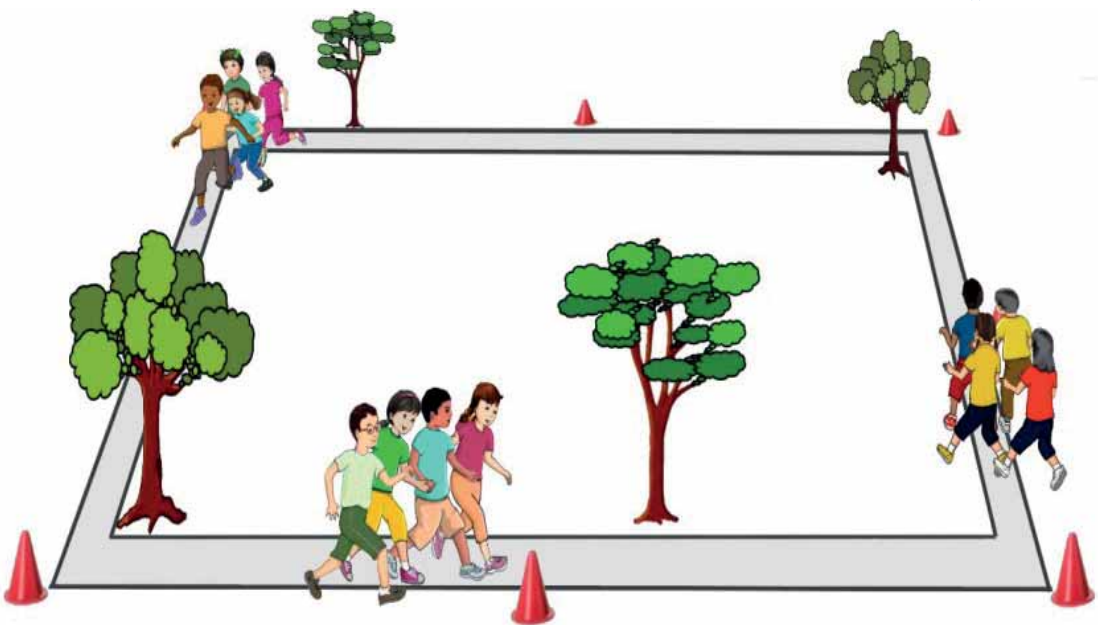
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تعديل مدة الجري المقترحة
- أبعاد المطاف
- فرض إيقاع الجري

المعدات:

- مخاريط، أقمصة، عداد، أعلام.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

الحواجز غير المنتظمة

الهدف من اللعبة: أجري في ممر مستقيم مع تخطي الحواجز.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يجري المتعلمـون في ممرات طولها 32 مترا تتخللها ثلاث حواجز بعلو 40 سم. يوضع الحاجز الأول على بعد 10 أمتار من خط الانطلاق، والحاجز الأخير على بعد 10 أمتار من خط الوصول، فيما تحدد مسافة ما بين الحواجز في 6 أمتار.

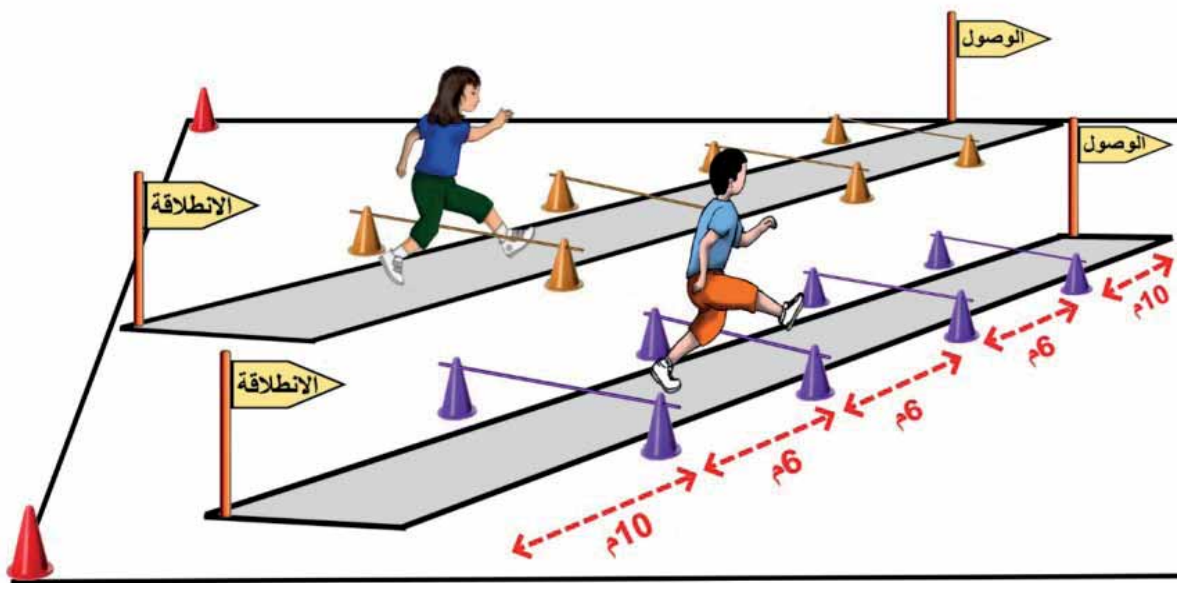
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تباعد الحواجز
- عدد وعلو الحواجز
- طول الممر.

المعدات:

- علب، مخاريط، قنينات بلاستيكية.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التنقل بإيقاعات مختلفة

ساعي البريد

الهدف من اللعبة: أجري بسرعة في ممر دائري حاملا أداة لتسليمها للزميل الموالي.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يحدد الأستاذ(ة) مدارا مغلقا محيطه 20 مترا. ينتظم أعضاء الفريق عند نقطة الانطلاق (منطقة تمرير الشاهد). عند الإشارة، ينطلق العداء الأول حاملا الشاهد بسرعة ليكمل المطاف و يسلم الأداة لزميله في الفريق لتستمر المنافسة بالتوالي حتى آخر عنصر من الفريق. تفوز المجموعة التي حققت أقل توقيت.

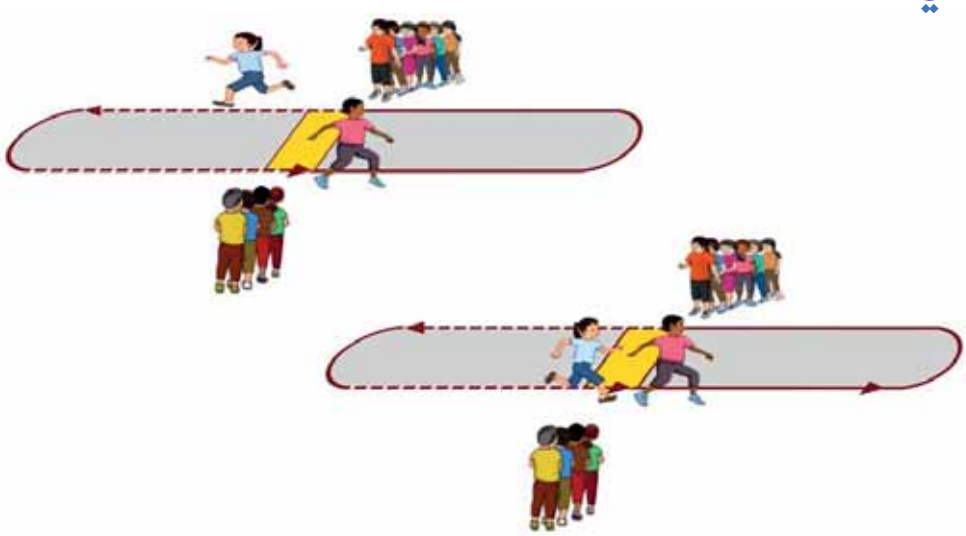
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول المدار
- نوع الإشارة
- نوع الأداة
- عدد عناصر الفريق.

المعدات:

- شاهد (وشاح، كرة صغيرة)، مخاريط، أقمصة، عداد، أعلام.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الرمي التدريجي

الهدف من اللعبة: أرمي أداة بدقة داخل طوق انطلاقا من نقط متباعدة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

ينتظم المتعلمون على شكل أربع مجموعات في أربع ورشات. يحاول كل متعلم بالتوالي رمي أداة (كرة لينة، كيس رمل بوزن 1 كلغ، عصا قصيرة، إطارمطاطي صغير) داخل دائرة قطرها مترين . تزداد مسافة الرمي تدريجيا عقب كل محاولة بمتر. عندما يكمل التلميذ محاولاته الخمس تدون النتائج داخل خانة المجموعة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- نوع الأداة
- قطر الدائرة
- طريقة الرمي.

المعدات:

- أطواق، كرات، أكياس رمل، عصي صغيرة، إطارات صغيرة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الكرة المبعدة

الهدف من اللعبة: أُصوب الكرة نحو هدف لإبعاده تجاه منطقة الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى مجموعتين متساويتين ومتقابلتين عند الجانبين على طول رقعة الملعب. يتوفر كل فريق على عدد من الكرات. عند إشارة الأستاذ يقذف عناصر المجموعتين الكرات التي بحوزتهم صوب الأداة المتواجدة في الوسط (كرة كبيرة أو برميل بلاستيكي صغير) بهدف توجيهها نحو منطقة الفريق المنافس.

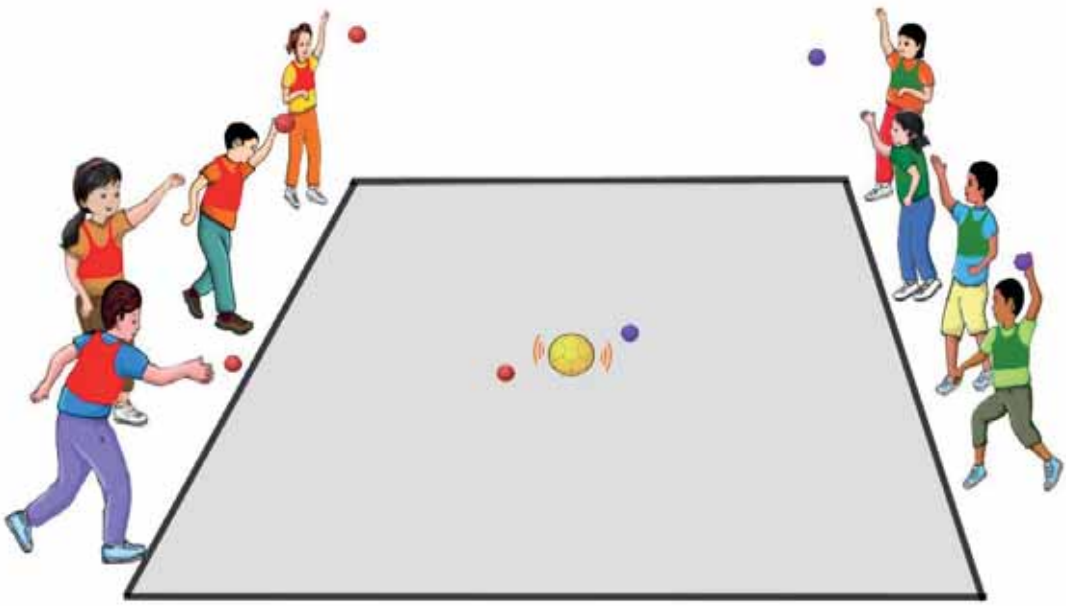
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تباعد المجموعتين
- إضافة أداة هدف ثانية.

المعدات:

- كرات صغيرة، كرة كبيرة، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

كيس الفواكه

الهدف من اللعبة: أرمي الكرات بدقة داخل كيس محمول في الوقت المحدد.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يرمي المتعلمون الكرات (التنس، كرات صغيرة لينة من الثوب،) في كيس بلاستيكي يحمله زميل في الفريق. يحاول التقاط الكرات التي تصل مباشرة دون لمس الأرض، يقوم زميل آخر بجمع و إعادة الكرات الضائعة. يفوز الفريق الذي أمسك بأكبر عدد من الكرات في وقت محدد.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأدوار
- عدد الرماة وحاملي الأكياس
- مدة الرمي.

المعدات:

- أكياس من الخيش أو البلاستيك، كرات صغيرة، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

صيد الأسماك

الهدف من اللعبة: أُصوب الكرة بدقة نحو هدف متحرك.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تجـري عناصـر المجموعـة الأولـى في فضاء اللعب بينما يقوم عناصرالمجموعـة المنافسـة باستهدافهـم عبر التسـديدات بكرات لينة من خارج حـدود الملعب، يتحول كل عنصـر تم لمسه إلى حاجز ثابت.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- أبعاد الفضاء
- عدد الرماة
- عدد الكرات.

المعدات:

- كرات لينة مختلفة الحجم، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: رمي وتصويب أداة

الرمي إلى الخلف

الهدف من اللعبة: أرمي أداة باليدين معا إلى الخلف لأبعد نقطة ممكنة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات. يحاول كل متعلم رمي أداة إلى الخلف (كيس رمل صغير، كرة، طوق مطاطي) إلى أبعد مدى داخل مجال مقسم إلى مناطق مختلفة التنقيط (من 1 الى 5).

يفوز الفريق الذي حصل على أكبر عدد من النقط.

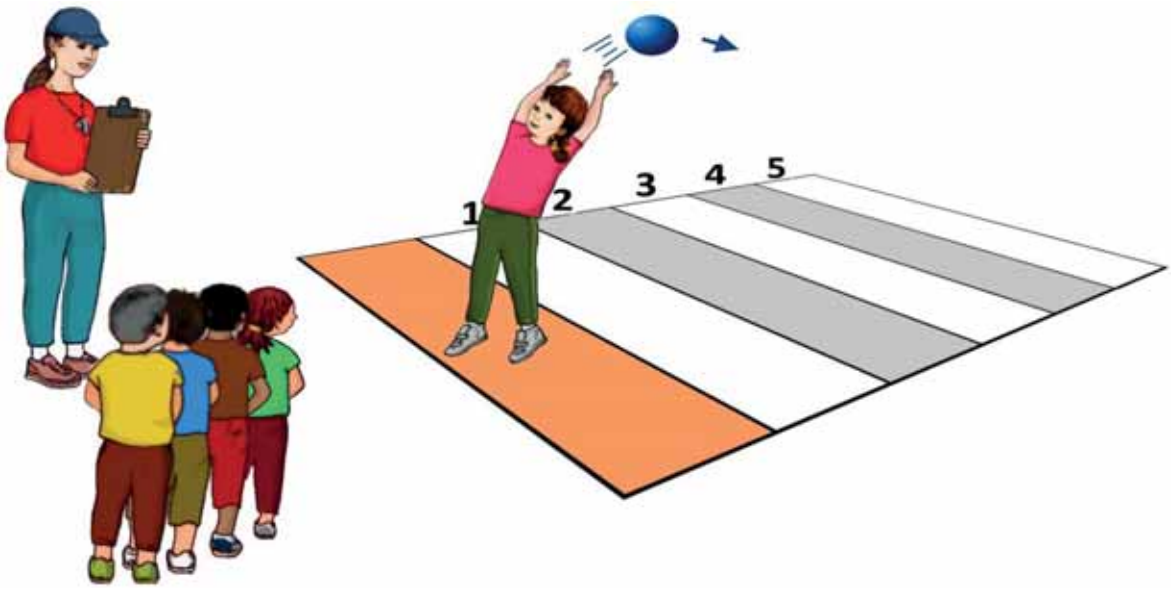
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

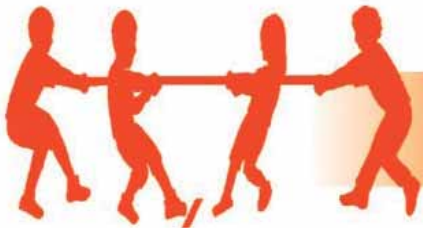
- نوع الأداة
- الرمي بخطوة استعدادية

المعدات:

- شريط قياس الطول، كيس رمل، كرات، أطواق، مخاريط.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

ترتيب الأرقام

الهدف من اللعبة: أتواصل مع زملائي لإنجاز تشكيل جماعي محدد.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يضع الأستاذ(ة) رهن إشارة كل عنصر من المجموعات المتنافسة لوحة (ورقية أو خشبية) تحمل رقما من 0 إلى 9 حسب عدد عناصر المجموعة. عندما يكشف الأستاذ(ة) عن عدد معين مكون من الأرقام التي سبق توزيعها، يسرع عناصر كل مجموعة بعد التواصل فيما بينهم للتموضع بشكل يوافق العدد المطلوب.

يفوز الفريق الذي يطابق تموضع عناصره العدد المطلوب قبل الخصم.

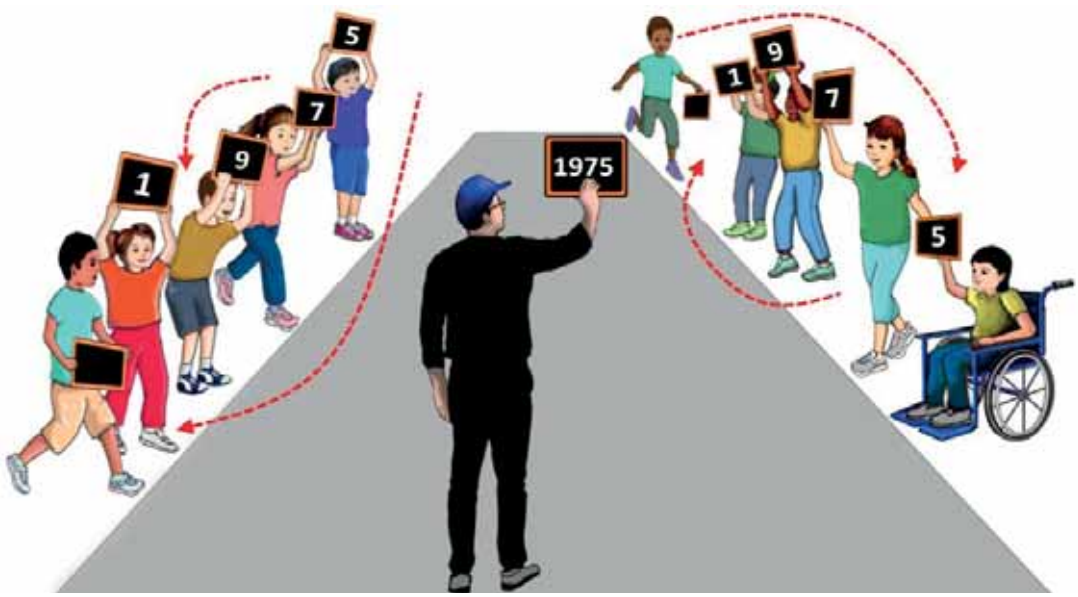
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

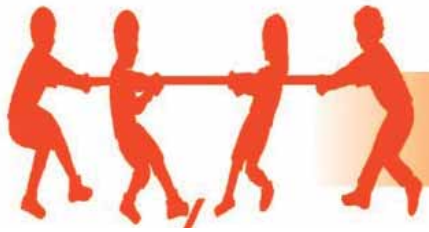
- عدد العناصر
- المسافة الفاصلة بين نقطة الانطلاق و التموضع النهائي.

المعدات:

- ألواح ورقية أو خشبية، أطواق، أقمصة.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

التمريرات الثلاثة البعيدة

الهدف من اللعبة: أتعاون ضمن فريقي لمواصلة التمرير واعتراضه لدى الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتنافس فريقان في منطقتين متباعدتين بعشرة أمتار، وذلك بتبادل التمريرات عن بعد. كل منطقة تضم عددا متكافئا من عناصر كل فريق. يمكن لأي عنصر من الفريقين التقاط الكرة في المنطقة الأولى وإرسالها لزميله في المنطقة الثانية دون أن تقطع من طرف المنافس. كل فريق حقق ثلاث تمريرات متتالية يفوز بنقطة.

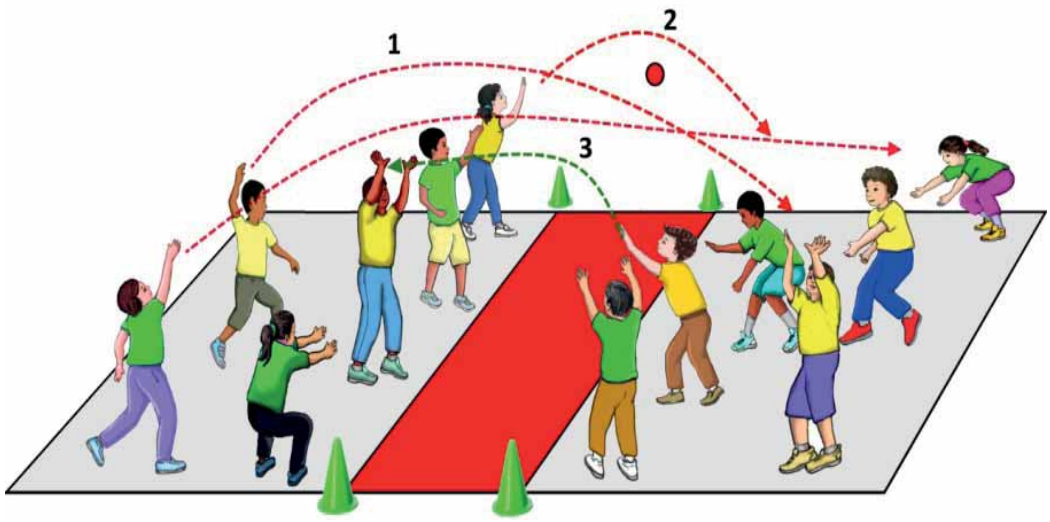
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

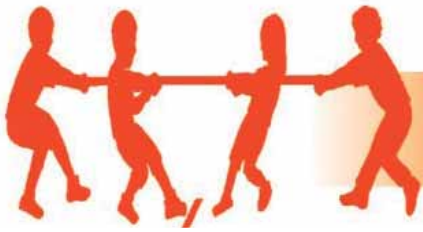
- تباعد المنطقتين
- عدد التمريرات
- نوع الكرة.

المعدات:

- كرات، مخاريط، اقمصة.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

لعبة الركبي

الهدف من اللعبة: أدعم زملائي للتقدم إلى الأمام و التصدي لمناورات الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يسعى كل فريق لتثبيت الكرة على الأرض خلف خط المرمى المسطر عند نهاية منطقة الخصم. للوصول إلى الهدف تقوم عناصر المجموعة بالتمريرات فيما بينها، بينما يحاول الفريق الخصم استرجاع الكرة لبناء هجومه.

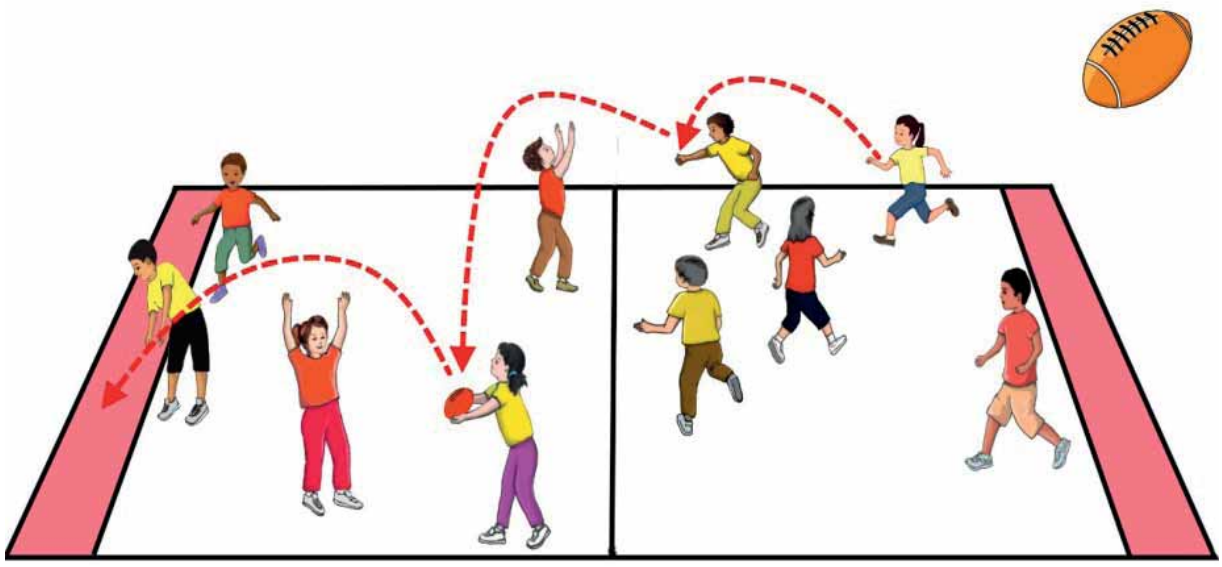
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

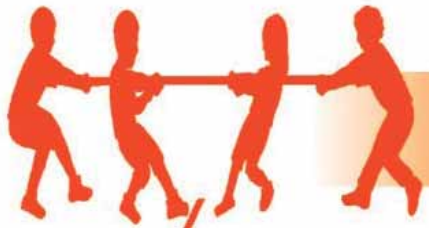
- نوع الكرة (ركبي، القدم، إلخ.)
- عدد اللاعبين
- أبعاد مساحة اللعب.

المعدات:

- كرات، أقمصة، مخاريط.

سند توضيحي:





مجال التدخل: التعاون والمواجهة

الكرة للعميد

الهدف من اللعبة: أساند زملائي للوصول إلى الهدف والحد من تقدم الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتبادل عناصر كل فريق التمريرات قصد التقدم نحو العميد، الذي يتمركز خلف خط المرمى عند نهاية منطقة الخصم. لكي تحتسب النقطة يتعين تصويب الكرة تجاه العميد دون أن تسقط أرضا، أو ترسل خارج حدود الملعب.

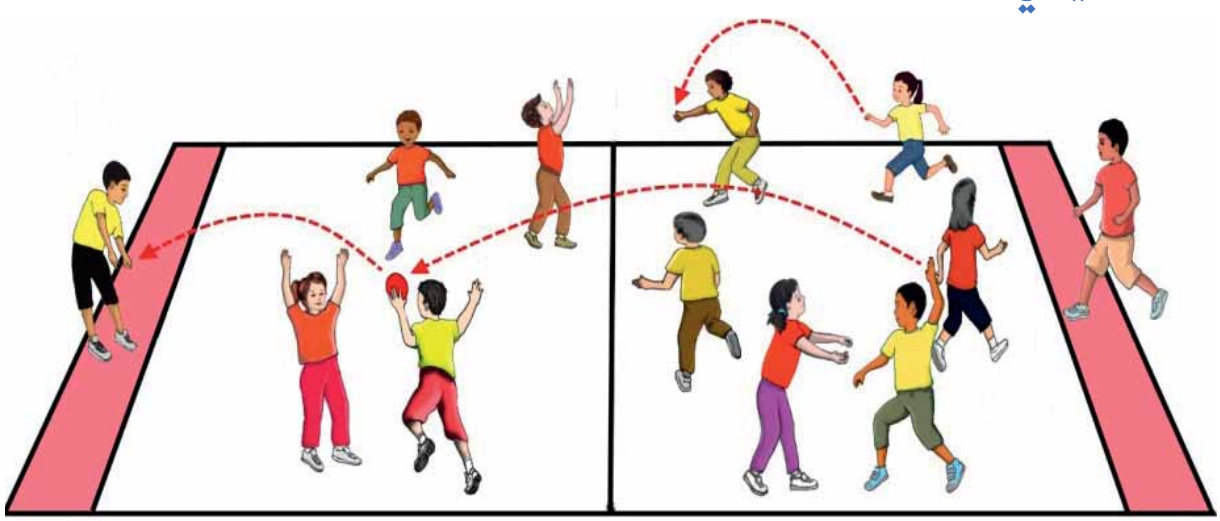
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد اللاعبين
- أبعاد مساحة اللعب
- إجبار العميد على التقاط الكرات بواسطة سلة
- عدد الخطوات المسموح بها لحامل الكرة.

المعدات:

- كرات، أقمصة، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

دوري في كرة القدم

الهدف من اللعبة: أنخرط في المشروع الجماعي لفريقي عبر المشاركة في الهجوم والدفاع.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى أربع مجموعات متكافئة. ينظم دوري في كرة القدم. ينخرط كل عنصر في مشروع فريقه المتمثل في التنظيم الهجومي والدفاعي للفوز بالمباراة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- أبعاد الملعب
- عدد اللاعبين
- مدة التباري.

المعدات:

- كرات، أقمصة، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز التراكمي

الهدف من اللعبة: أقفز بتنسيق مع زملائي لتحقيق قدرة جماعية أفضل.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تقف 4 مجموعات خلف خط الانطلاق، توضع عند نهاية كل ممر خاص بالفريق علامة على بعد 20 مترا. عند إشارة الأستاذ(ة)، ينطلق العنصر الأول من كل فريق ليقفز بالرجلين معا ثم يتنحى بعدها جانبا فاسحا المجال لزميله لينجز قفزته حيث أنهى السابق قدرته. يفوز الفريق الذي حقق أقل عدد من القفزات لإنجاز 20 مترا.

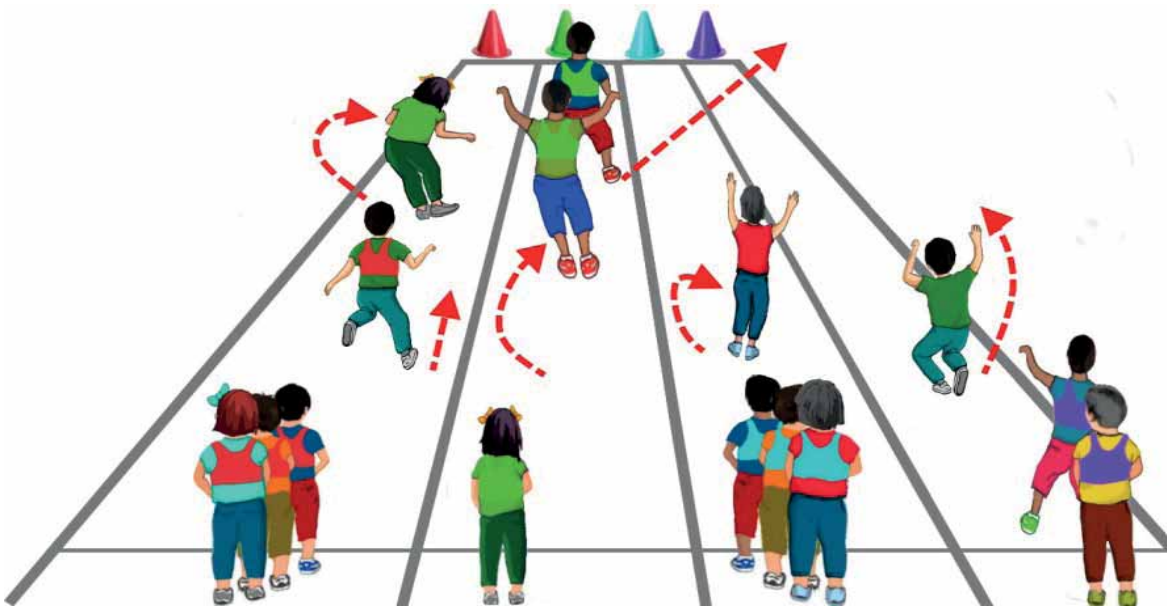
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز(رجل واحدة، الرجلين معا)
- مسافة القفز.

المعدات:

- مخاريط، أطواق، أعلام.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز المرح

الهدف من اللعبة: أنجز قفزات منسقة داخل شكل هندسي لبلوغ الهدف قبل المنافس.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتبارى المتعلمون على شكل ثلاثيات وذلك بالقفز تباعا في نقط مختلفة من مربع ضلعه مترين (انظر الصورة أسفله). حيث تحاول كل مجموعة تسطير عناصرها على إحدى أضلع المربع أو قطريه انطلاقا من قفزات بالتناوب مع الخصم.

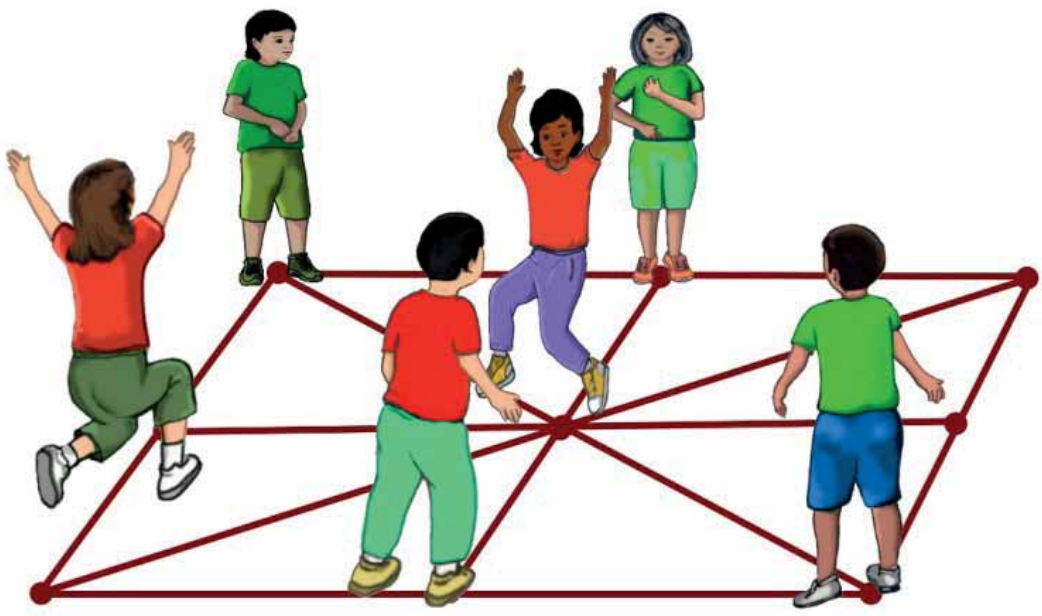
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز
- ضلع المربع.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

القفز المزدوج

الهدف من اللعبة: أقفز بتنسيق مع زميلي على حبل متحرك دون لمسه.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون مجموعات من 4 عناصر، بحيث يقوم متعلمان بدوران الحبل فيم يحاول ثنائي متماسك بالقفز على الحبل وتفادي لمسه. تستبدل الأدوار عند لمس الحبل أو بعد انقضاء دقيقة القفز.

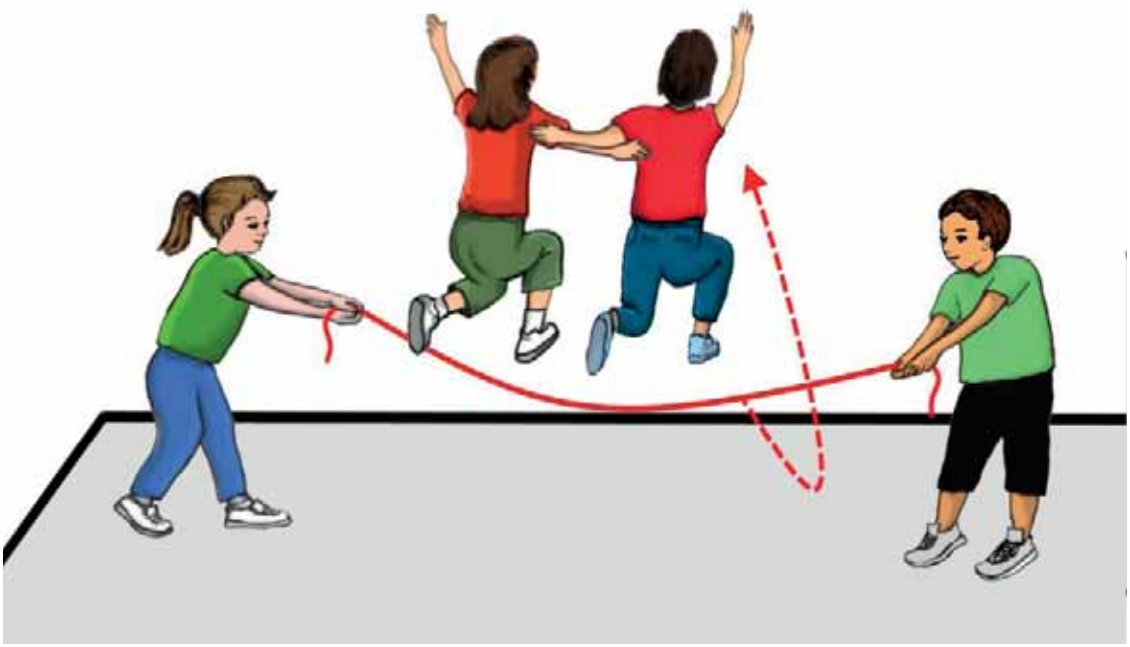
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير اتجاه الدوران
- بعد المسافة بين حاملي الحبل
- نوعية القفزات.

المعدات:

- حبل مطاطي، مخاريط.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

مواجهة في القفز

الهدف من اللعبة: أقفز بوسع وتوازن داخل ممر مستقيم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تتنافس مجموعتان متقابلتين داخل ممرين متوازيين طولهما 20 مترا، عند إشارة الأستاذ(ة) يقفز العنصر الأول من كل فريق في اتجاه خط الوسط محاولا بلوغه بأقل عدد من القفزات. يفوز العنصر الذي بلغ خط الوصول بأقل عدد من القفزات أو تجاوزه بقدرة أكبر من منافسه.

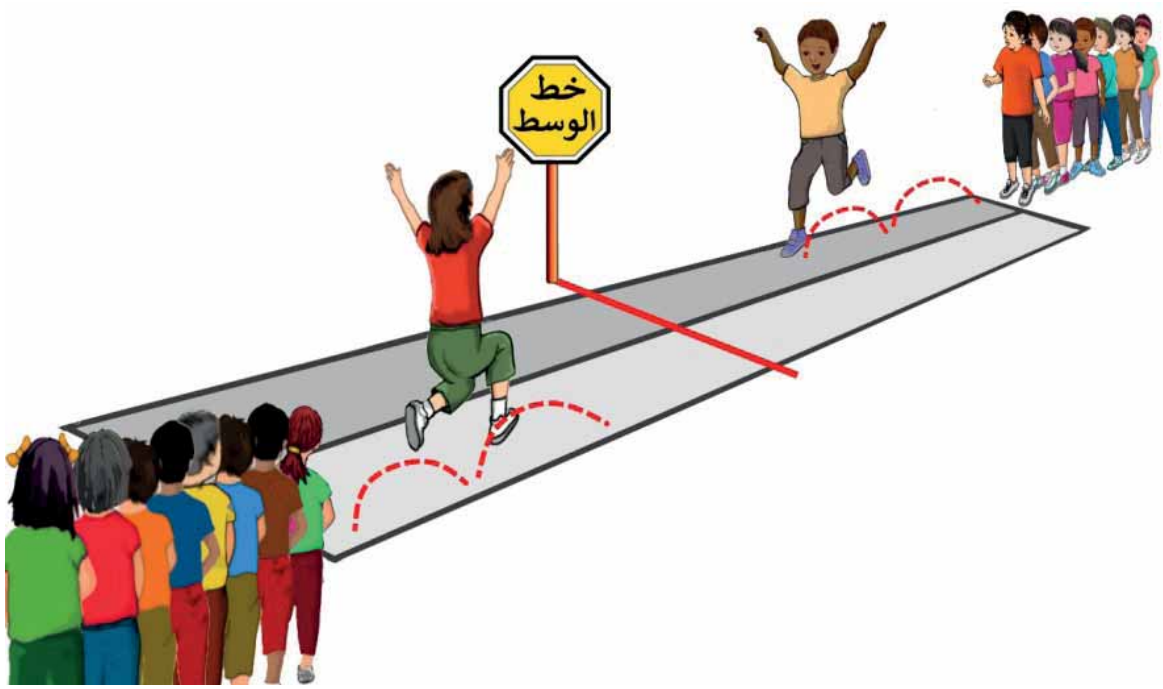
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طريقة القفز
- طول الممر.

المعدات:

- مخاريط، أقمصة، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: القفز وتخطي الحواجز

سباق الأكياس

الهدف من اللعبة: أقفز مستعينا بأداة مسافة محددة لبلوغ خط الوصول قبل الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تقف المجموعات المتبارية عند خط الانطلاق. على بعد 10 أمتار و في نهاية كل ممر وضعت علامة. عند إشارة الأستاذ(ة) يقفز العنصر الأول من كل فريق بأسرع ما يمكن إلى خط النهاية مع إدخال رجليه داخل الكيس، ثم يعود إلى نقطة الانطلاق ليمرر الكيس لزميله الذي يعاود المهمة..

يفوز الفريق الذي أنهى التناوب قبل منافسيه.

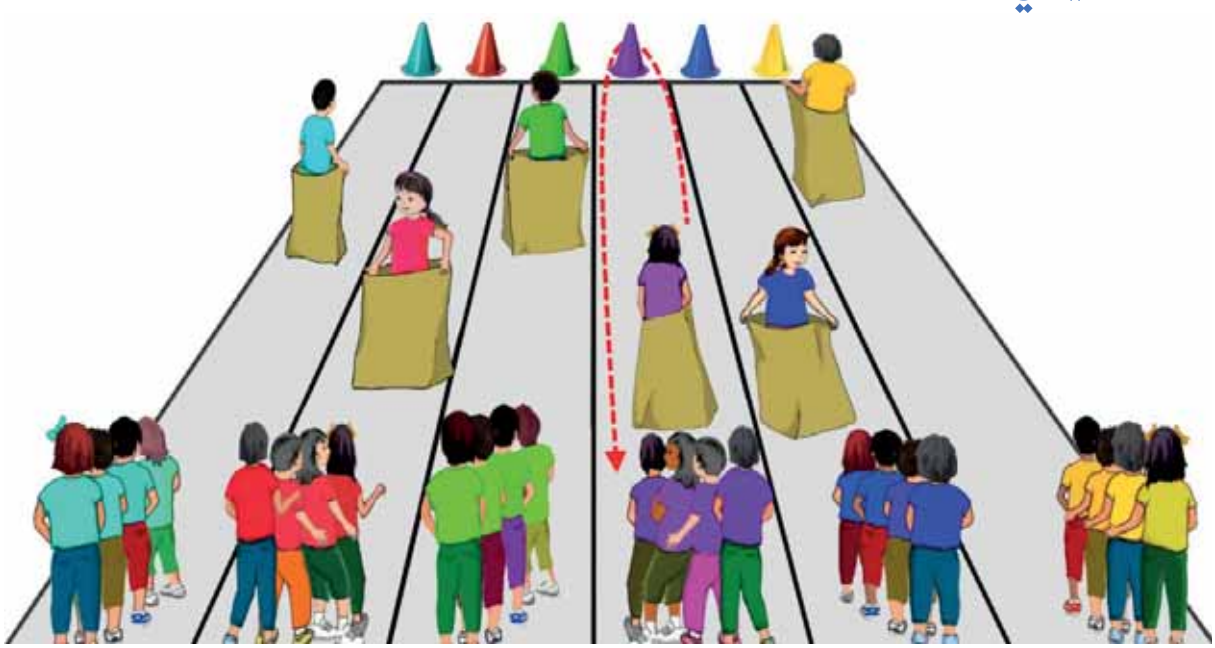
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- طول ممر القفز
- طريقة القفز (قفز جانبي).

المعدات:

- أكياس من الخيش أو القماش، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

الاستغاثة

الهدف من اللعبة: ألاحق خصما بسرعة وأتفادى مطاردة خصم آخر.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون ثنائيات بمسك الأيدي ويتفرقون في ساحة اللعب، يعين الأستاذ(ة) متعلما لمطاردة زميله الهارب محاولا لمسه. ولتفادي اللمس، على الهارب الاستغاثة بالانضمام الى أحد الثنائيات. وبمجرد مسك يد أحد عناصر الزوج، يتعين على العنصر الآخر لعب دور المطارِد الجديد، بحيث يصبح المطارِد السابق هارِبا جديدا.

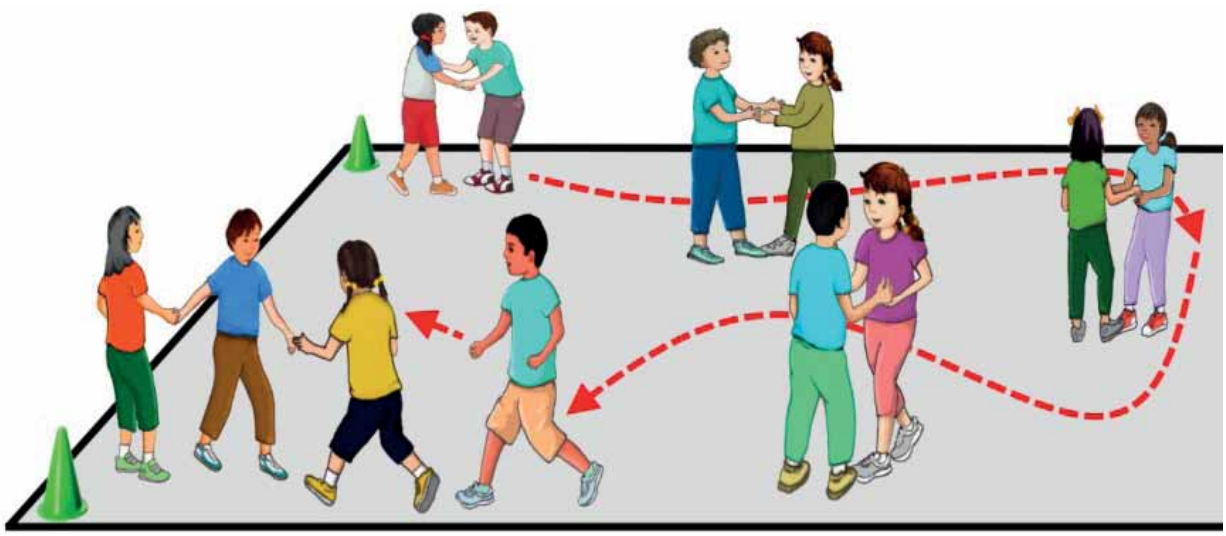
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- اللعب على شكل ثلاثيات
- مساحة اللعب
- عدد الثنائيات.

المعدات:

- مخاريط، علامات لتحديد فضاء اللعب.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

انتزاع ملقط الغسيل

الهدف من اللعبة: أسحب ملقط الغسيل المعلق قبل المنافس.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يتم التباري بين مجموعتين عبر مواجهات ثنائية وجهًا لوجه، يحاول كل عنصر من الزوج فك ملقط الغسيل المعلق عند ركبة الخصم.

تفوز المجموعة التي تمكنت عناصرها من فك أكبر عدد من ملاقط الغسيل المعلقة في ملابس الخصم.

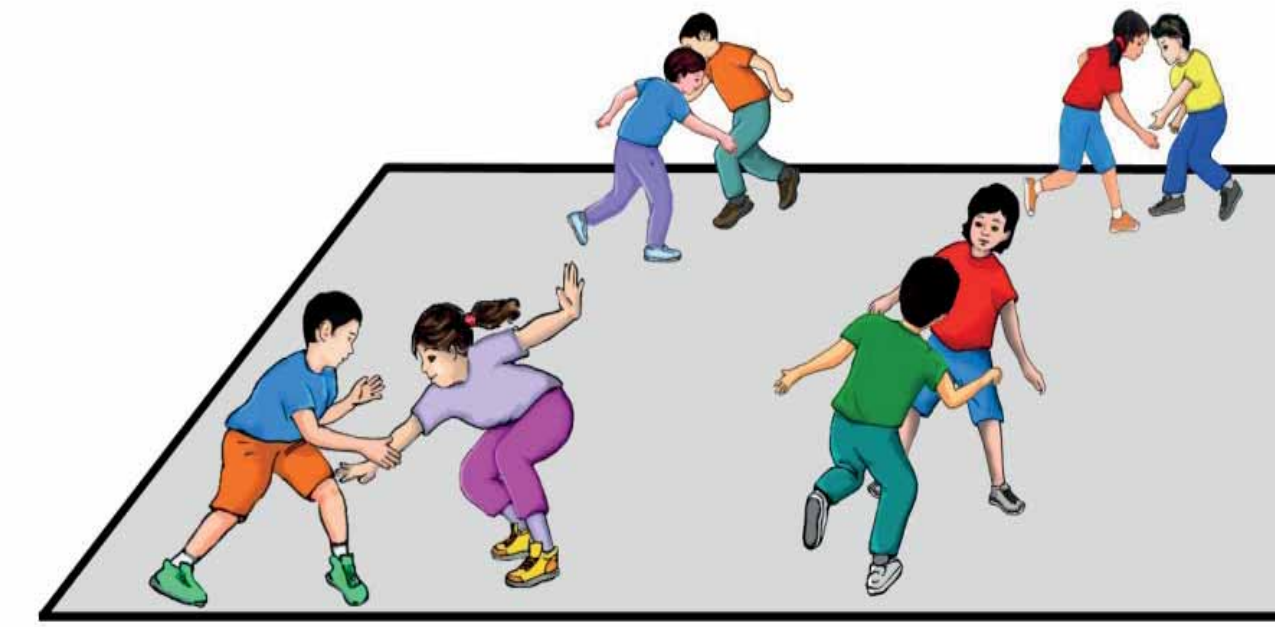
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير نقطة تعليق ملقط الغسيل
- عدد الملاقط المعلقة وقيمتها حسب اللون أو نقطة التعليق.

المعدات:

- ملاقط الغسيل، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

خذ مكاني

الهدف من اللعبة: أركّز على تغيير تموضعي على الدائرة بسرعة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون دائرة كبيرة في ساحة المدرسة، يتموقع كل واحد منهم في مكان مرقم حول الدائرة. يعين الأستاذ(ة) متعلما يسمى « القائد» وسط الدائرة. ينادي القائد على متعلمين برقم موقعيهما ليتبادلا الأماكن بسرعة.

يصبح العنصر الأسرع في التبادل قائدا ويحل القائد السابق مكانه.

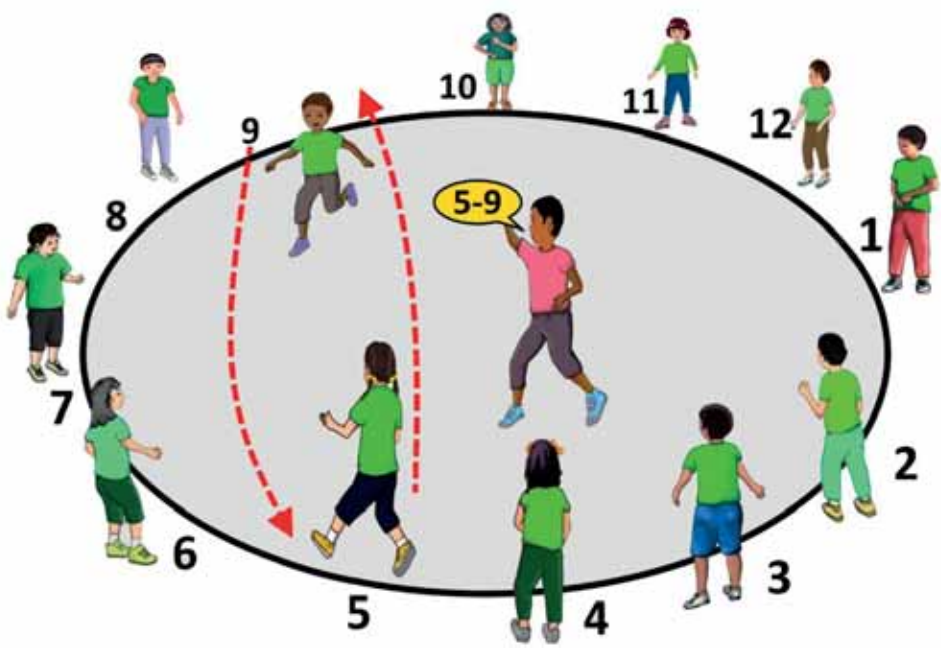
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- قطر الدائرة
- وضعية التمركز حول الدائرة (القرفصاء، الجلوس).

المعدات:

- كرة لينة، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

من القائد؟

الهدف من اللعبة: ألاحظ بدقة إنجاز زملائي لتحديد مصدر التعليمة.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

تشكل كل مجموعة دائرة صغيرة (قطرها 3 أمتار) في فضاء اللعب، بحيث ينسحب عنصر متطوع عن كل منها ثم يدير ظهره لمجموعته التي تعين قائدا. يقوم هذا الأخير بتنشيط الفريق عبر القيام ببعض الحركات التي يقلدها باقي زملاءه. عندئذ يعود المتطوع ثم يلاحظ بدقة حركات المجموعة ليكشف هوية القائد.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأدوار
- تقليد تقاسيم الوجه فحسب.

المعدات:

- أطواق، مخاريط، أقمصة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التركيز وسرعة رد الفعل

الكرة اللادغة

الهدف من اللعبة: أراوغ وأجري بسرعة لتفادى لمسة الخصم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يحاول عنصران (فريق الصيادين المميز بوشاح) لمس بقية العناصر (الأرانب) بالكرة وهم يجْرون هربا داخل فضاء اللعب. لا يحق للصيادين الجري بالكرة أو قذفها، وإنما تبادل التمريرات للاقتراب من الأرانب ولمسهم بها. كل من تم لمسه يصبح صيادا حتى يتم لدغ آخر الأرانب، بعدها تبدلُ الأدوار.

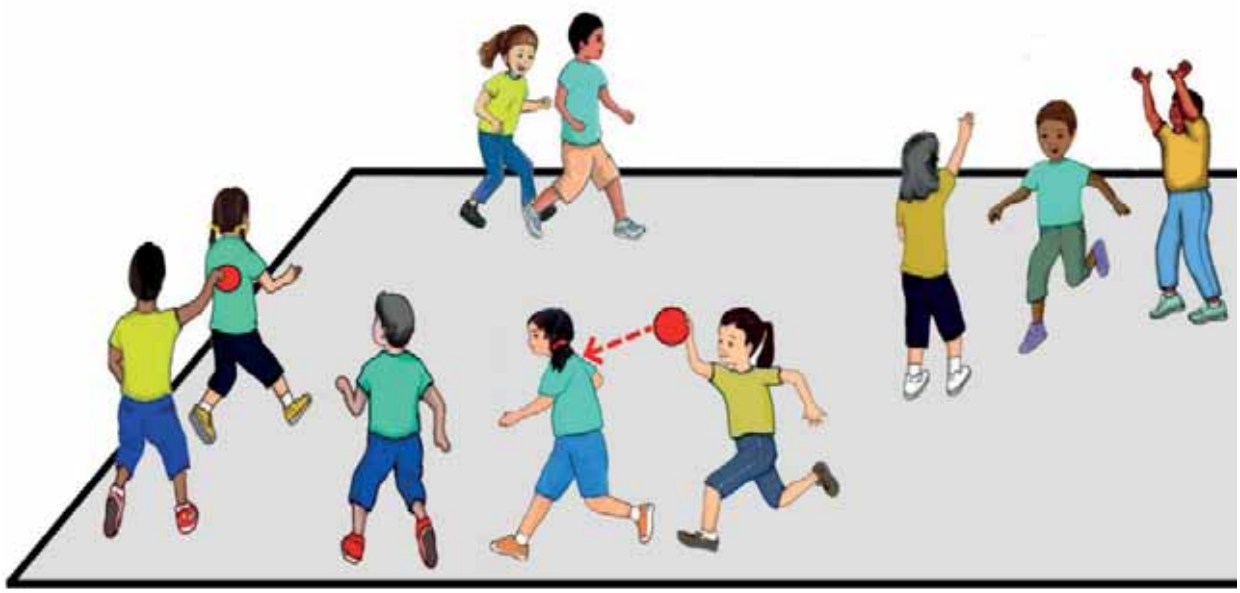
متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عدد الكرات
- مساحة اللعب.

المعدات:

- كرات لينة، مخاريط، أوشحة.

سند توضيحي:



مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

التوازن الثنائي على الرجلين معا

الهدف من اللعبة: أحافظ على التوازن مرتكزا على الرجلين بتعاون مع الزميل.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمـون إلى ثنائيات للقيام بإحدى الأشكال المرسومة (أنظر الجدول أسـفله). يتم الاختيار من بين الوضعيات حسب درجة الصعوبة الممكن إنجازهـا من طـرف الثنائيـات، يحـرص الأستاذ على ضمان شروط السلامة من أجل إنجاز الشكل المعتمد: فضاء به رمـل أو عشـب مـع الاحتـرام الكلي للتعليمات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأقران
- تغيير الأشكال
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- مفروشات، مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

المحاكاة

الهدف من اللعبة: أحاكي نشاطا انطلاقا من موضوع مقدم.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يحاول المتعلمون فرادى أو على شكل مجموعات محاكاة تجارة أو نشاط حرفي أو نشاط فني ثم عرضه أمام زملائهم حتى يتمكنوا من تخمينه.

عند تردد بعضهم، يناولهم الأستاذ(ة) ثلاث بطاقات تمثل مختلف الحرف أو الأنشطة المعروفة. حيث يجب عليهم تقليد إحداها أمام رفاقهم. يفوز المتعلم (أو المجموعة) الذي تمكن رفاقه من التعرف على منتوجه.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- مدة العرض
- عدد أفراد المجموعة.

المعدات:

- استعمال أدوات حسب المواضيع المقترحة.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

مبارزة بالعرض البطيء

الهدف من اللعبة: أُبرز مهاراتي في فنون القتال بالعرض البطيء.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقدم المتعلمون عروضا تجسد مبارزة بطيئة الحركة بين متباريين في إحدى رياضات فنون القتال. كما يمكن للعرض أن يشمل مقطعا لأكثر من متعلمين بعد إعطاءهم مهلة لتحضيره.

تعليمات :

- يمكن استعمال اداة (عصا، قفازين، خوذة)
- تفادي لمس الخصم
- البطء في انجاز الحركات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- عروض جماعية
- أدوار مكملة كالحكم والمعلق والمدرب.

المعدات:

- استعمال أدوات حسب المواضيع المقترحة، مفروشات.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

التوازن الثنائي المركب

الهدف من اللعبة: أحافظ على التوازن المبني على الارتكاز المركب.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يقسم المتعلمون إلى ثنائيات للقيام بإحدى الأشكال المرسومة (أنظر الجدول أسفله). يتم الاختيار من بين الوضعيات حسب درجة الصعوبة الممكن إنجازها من طرف كل ثنائي. يحرص الأستاذ على ضمان شروط السلامة من أجل إنجاز الشكل المعتمد: فضاء به رمل أو عشب مع الاحترام الكلي للتعليمات.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأقران
- تغيير الأشكال
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- مفروشات، مخاريط.

سند توضيحي:

مجال التدخل: التعبير الجسدي والتوازن الحركي

لعبة المغناطيس

الهدف من اللعبة: أنسق مع القرين لإبداع حركات فنية.

تنظيم اللعبة والمهمة المطلوب انجازها:

يشكل المتعلمون ثنائيات داخل فضاء اللعب، حيث يقف الأول في وضعية متخيلا نفسه جسما ممغنطا. ثم يقوم شريكه بجذب جزء من جسمه عن طريق سحب طفيف. مما يستدعي التركيز و تحريك الجزء الذي تم لمسه فحسب. عندما يقطع الشريك الاتصال مع «المغناطيس»، يبقى الجزء المناول في و ضعيته الجديدة.

متغيرات لتطوير محتوى اللعبة:

- تغيير الأقران
- تغيير الأدوار.

المعدات:

- مخاريط، أطواق.

سند توضيحي:

مراجع للاستئناس

- C. Gueneau-Lenoir, Éducation Physique et Sportive (EPS) - Cycle 3, Nathan, 2019
- C.Durand, D.Richard, Enseigner l'EPS à l'école primaire - 2e édition, Dunod, 2020
- CRDP de l'académie de Montpellier ,100 heures d'EPS pour le CE-2CM-1CM2,2013
- CRDP de l'académie de Montpellier ,100 heures d'EPS pour le CP-CE1,2011
- D. Lavisse, Handicap en EPS accueillir et intégrer, Canopé - CRDP de Nancy-Metz, 2009
- E. Van Praagh, Physiologie du sport enfant et adolescent, De boeck, 2007
- IAAF KIDS' ATHLETICS – Une épreuve par équipe pour les enfants, 2ème Edition 2006
- S.Rivière, L'EPS À L'ÉCOLE, Retz, 2010.

الفهرس

مقدمة 3
الجدول العام 7
السنة الأولى 9

التنقل بإيقاعات مختلفة

القط والفئران 11
سباق التناوب 12
الفراشة و الطائر 13
تناوب الدوران 14
تنقل الجرادة 15

رمي وتصويب أداة

لعبة البيانو 16
الكرة داخل النفق 17
التصويب الدقيق 18
سلم الأهداف 19
لعبة البولينج 20

التعاون والمواجهة

القطار 21
التمريرات الدائرية 22
التركيب الجماعي للصور 23
الكرة السريعة 24
النمل والزرع 25

القفز وتخطي الحواجز

من الرصيف إلى البركة 26
لعبة المربع 27
قوس قزح 28
القفز المنتظم 29
الضفدع 30

التركيز وسرعة رد الفعل

حامل القبعة 31
البحث عن ملجأ 32
جنبًا إلى جنب 33
الوشاح الطائر 34
نشر الغسيل 35

التعبيرالجسدي والتوازن الحركي

توازن البهلوان 36
التوازن الثنائي 37

المصور 38
الطوق المشترك 39
ظلي يتبعني 40
السنة الثانية 41

التنقل بإيقاعات مختلفة

المطاردة الثلاثية 43
مسار المنعرجات 44
الدركي و الهارب 45
الذئب والراعي 46
الفأر الهارب 47

رمي وتصويب أداة

التسديدات المتشابكة 48
بيت العنكبوت 49
اقتناص الطرائد 50
رمي القوس 51
تحليق الوشاح 52

التعاون والمواجهة

الاستقبال 53
المنقلة 54
حصد البطاقات 55
التهديف بالقدم 56
السلة 57

القفز وتخطي الحواجز

القفز بالتردد 58
لعبة الحجلة 59
سباق الحواجز في ممر دائري 60
تخطي السواقي 61
مسار الأطواق 62

التركيز وسرعة رد الفعل

التمريرات السريعة 63
الهارب والمطارِد 64
مباغتة الصيادِين 65
البوصلة 66
الشمس 67

التعبيرالجسدي والتوازن الحركي

لعبة القرفصاء 68
قائد الفرقة 69
التوأم 70

البهلوان 71
التوازن الثنائي على رجل واحدة 72
السنة الثالثة 73

التنقل بإيقاعات مختلفة

لعبة السلسلة 75
الحوامة 76
العملاق المتجول 77
التناوب التزايدي 78
الجسر 79

رمي وتصويب أداة

القنص السريع 80
لعبة الدوائر 81
ملء السلات 82
الرصيف 83
التهديف عبر الحائط 84

التعاون والمواجهة

التمريرات الثلاث 85
لعبة التهديف الجماعي 86
الساعة 87
لعبة تغيير الأماكن 88
مقابلة في كرة القدم 89

القفز وتخطي الحواجز

الطاحونة 90
نط الحبل 91
القفز فوق ظل القرين 92
تحدي القفز بلعبة النرد 93
القفز في الدائرة 94

التركيز وسرعة رد الفعل

أنا أم أنت الهارب؟ 95
حارس البرج 96
الرعد 97
الصقر والأرانب 98
وجها لوجه 99

التعبيرالجسدي والتوازن الحركي

تجسيد الحروف 100
المقلد 101
الفولكلور 102

اقتفاء الأثر 103
التجسيد الجماعي للأشكال 104
السنة الرابعة 105

التنقل بإيقاعات مختلفة

العقدة 107
اللوحة 108
المتاهة 109
تناوب الكنغر 110
العبور إلى الضفة الأخرى 111

رمي وتصويب أداة

الرمي البهلواني 112
الصياد والطريدة 113
الرمي باليدين معا 114
لعبة الهدف 115
الرماة 116

التعاون والمواجهة

التمريرات الخمس 117
الإطارات الأربعة للسيارة 118
مساندة العجوز 119
لعبة جر الحبل 120
دوري في كرة القدم 121

القفز وتخطي الحواجز

سلم الإيقاع 122
القفز عبر الأطواق 123
القفز الجماعي المنسق 124
القفز الايقاعي 125
القفز على الأثر 126

التركيز وسرعة رد الفعل

نزال الأشبال 127
لعبة الأرقام 128
لعبة القواعد الخمس 129
تيك تاك توك 130
البرج الخشبي 131

التعبيرالجسدي والتوازن الحركي

لعبة اللامبو 132
فك الألغاز 133
نحام وردي (التوازن على رجل واحدة) 134
تجاذب القوى 135

الطوق المتجول 136
السنة الخامسة 137

التنقل بإيقاعات مختلفة

الجري الخفيف 139
جلب القبعة 140
التناوب الثنائي 141
الاتجاه المعاكس 142
سباق الأرقام 143

رمي وتصويب أداة

الصدى 144
الرمي المشترك 145
رمي الطوق 146
الكرة الحارقة 147
الرمي الدقيق 148

التعاون والمواجهة

العودة الصعبة 149
الكرة السجينة 150
الفزاعة 151
اللاعب المساعد 152
الكرة على الأرض 153

القفز وتخطي الحواجز

القفز المتجهي 154
قفزة البهلوان 155
القفز الجماعي بالحبل 156
رهان القفز 157
القفز بوسع 158

التركيز وسرعة رد الفعل

تبادل العكاز 159
القنينة المتجولة 160
حراس الحدود 161
بر وبحر 162
الطواف السريع 163

التعبيرالجسدي والتوازن الحركي

ضبط الساعة 164
طوق النجاة 165
التعبير الحركي 166
التوازن الثنائي 167
النحات 168

السنة السادسة 169

التنقل بإيقاعات مختلفة

السباع والغزلان 171
ألواح التزلج 172
الجري الخفيف 173
الحواجز غير المنتظمة 174
ساعي البريد 175

رمي وتصويب أداة

الرمي التدريجي 176
الكرة المبعدة 177
كيس الفواكه 178
صيد الأسماك 179
الرمي إلى الخلف 180

التعاون والمواجهة

ترتيب الأرقام 181
التمريرات الثلاثة البعيدة 182
لعبة الركبي 183
الكرة للعميد 184
دوري في كرة القدم 185

القفز وتخطي الحواجز

القفز التراكمي 186
القفز المرح 187
القفز المزدوج 188
مواجهة في القفز 189
سباق الأكياس 190

التركيز وسرعة رد الفعل

الاستغاثة 191
انتزاع ملقط الغسيل 192
خذ مكاني 193
من القائد؟ 194
الكرة اللادغة 195

التعبيرالجسدي والتوازن الحركي

التوازن الثنائي على الرجلين معا 196
المحاكاة 197
مبارزة بالعرض البطيء 198
التوازن الثنائي المركب 199
لعبة المغناطيس 200

المملكة المغربية
وزارة التربية الوطنية
والتعليم الأولي والرياضة

ⵜⴰⴳⵍⴷⵉⵜ ⵏ ⵍⵎⵖⵔⵉⴱ
ⵜⴰⵎⴰⵡⴰⵙⵜ ⵏ ⵜⵙⴳⵎⵉ ⴰⵏⴰⵎⵓ
ⴰ ⴰⵙⵙⵏⵎⵔ ⴰⵎⴰⵣⵉⵖ ⴰ ⵜⵙⵍⵎⵉⵜ