



# ركز وأدفع

تعتبر مهارة التركيز من المهارات القابلة للتطوير والتنمية فحين نمتلك مهارات عالية في التركيز سوف نتمكن من تحقيق النجاح من خلال وصولنا الدائم لما نريد ومن ثم الانجاز العالي من الأعمال والأنشطة.

يهدف الى:

رفع الانتباه والتأزر البصري الحركي.






التعليمات:

	جهز بطاقات متساوية الحجم A4 تحتوي كل بطاقة على عدد كبير يبدأ من (10 وينتهي بـ 250)
	توزع البطاقات بتسلسل رقمي عشوائي " 10 ، 80 ، 170، 20.."على شكل طابور "خط طولي مستقيم" على سطح أملس مسطح.
	اجمع عدد من اللاعبين.
	أحضر سيارة قابلة للدفع اليدوي.
	يقوم كل لاعب بدفع السيارة في اتجاه طابور الأرقام، حتى تتوقف عند رقم معين، يتم تكرار اللعب لنفس اللاعب 3 مرات ويتم جمع الأعداد.
	مثلاً المرحلة الأولى توقفت السيارة بعد دفعها عند العدد 20، الثانية 140، الثالثة 80 يصبح مجموع نقاط اللاعب 240 للمراحل الثلاث.

التحدي يتشكل ب: من يحصل على أكبر عدد من النقاط.

يتبع ..

## لرفع مستوى التحدي اتبع التالي:

	اغلق أعين المشاركين عند دفع السيارة.
   	وضع مسافات متفاوتة بين البطاقات.

## بطاقة النتائج:

المرحلة الأولى	المرحلة الثانية	المرحلة الثالثة	المجموع	اللاعب الأول	اللاعب الثاني	اللاعب الثالث	اللاعب الرابع	اللاعب الخامس