

BUNTER



BEWEGUNGSZIRKUS

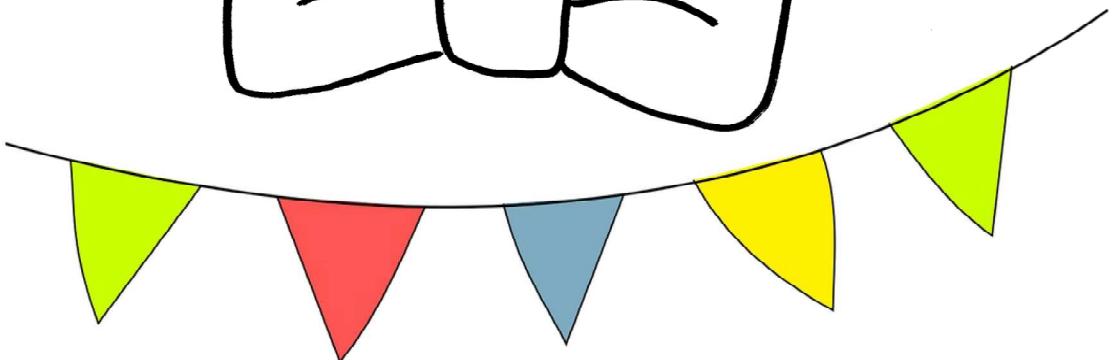
كلمة ترحيب

أعزائي أولياء الأمور ، لم يتمكن أطفالكم للأسف خلال فترة مرض كورونا من الحركة بشكلٍ كافٍ، مما قد يكون له تأثير سلبي على كل من النمو الحركي والنفسي لأطفالكم. ومع تزايد تطبيع حياتنا اليومية، فإنه من الأهمية بمكان الآن إنصاف رغبة الأطفال في الحركة من أجل التعويض عن النقص المحتمل في النشاط البدني أو الآثار الصحية للوباء. وهذا هو السبب في أن الاتحاد الرياضي الإقليمي يرغب في تحفيز أطفالكم بمجموعة جديدة من الأنشطة الرياضية البدنية بواسطة "سيرك الحركة الملُون". تشارك العديد من الأندية الرياضية في هذا الحدث وتقدم رياضات مجانية للأطفال لعدة أشهر. اغتنم الفرصة لمزيد من الحركة والتنمية الصحية لأطفالك، وشارك لهم في الحدث الذي نقيمه من أجل مصلحتهم.



Maria Bergmann
KSB-Vorsitzende

صورة ملونة



الوصف

تحكي قصة

"سيرك الحركة الملوّن" عن طفل في سن رياض الأطفال يراقب سرًا عروض السيرك. تنتاب الطفل في أثناء المشاهدة رغبة في تحريك نفسه واختبار مهاراته في النادي الرياضي. تهدف قصة الحركة، التي تحتوي على ست محطات مع تمارين للمهارات الحركية الأساسية، تهدف إلى تزويد الأطفال في عمر الحضانة بفرص حركة مرحة في المنزل.

التنفيذ

يتم بدعم طفلك في المنزل. هناك يُكمل الطفل المحطات الست بناءً على وصف التمارين وتضع علامة على المحطة المعنية في بطاقة المحتويات. ثم أرسل بطاقة المحتويات المكتملة إلينا مرة أخرى.

عن طريق البريد

Kreissportbund Hameln-Pyrmont e.V.
Mühlenstraße 8, 31785 Hameln



عبر البريد الإلكتروني
info@ksbhameln-pyrmont.de

التاريخ النهائي لتقديم الطلبات

23.07.2021

تقديرًا لإنجازاتك، سنرسل لك شهادة باسمك بالإضافة إلى
قسيمة رياضية. وسُترسل إليكم معلومات إضافية عن القسيمة
الرياضية في نهاية يوليو/تموز 2021.

شكراً لك من المرح وحظاً سعيدًا!

تدريبات

1



الأداء - الحيو والزحف
الزحف تحت شيء
الحيو فوق شيء وتخطيه



المهرج - رمي الأشياء
الأداء
رمي كرة واحدة أو مجموعة من الكرات إلى أعلى
رمي الكرة في صندوق

2



الدب - التوازن والقفز
الأداء
الوقوف على ساق واحدة
القفز على ساق واحدة

3



المهرج - الجري
الأداء
جري العادي
جري لمسافة معينة



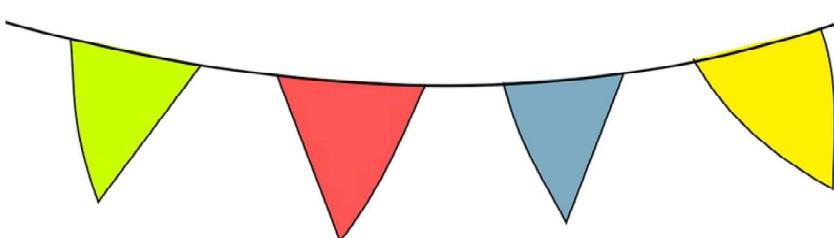
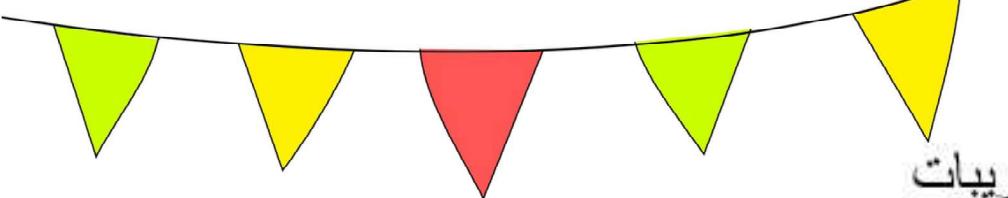
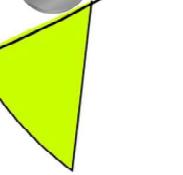
كلب البحر - موازنة الكرة
الأداء
موازنة الكرة على اليدين
رمي الكرة إلى أعلى والتصفيق

4



الكلب - الدحرجة
الأداء
دحرجة الكرة
دحرجة إلى الأمام

5



بطاقة المحتويات

بالأمس عدت إلى المنزل من روضة الأطفال ورأيت العديد من المقطورات والشاحنات وخيمة ضخمة في المرح. وكان مكتوب كلمة "السيرك" بأحرف كبيرة وملونة وأظهرت صورة العديد من الحيوانات والمهرجين.



عندما ألقيت نظرة على الخيمة، كان بإمكاني رؤية أسد يقفز عبر طوق. استمر بالركلض والقفز فوق الصندوق، خلال الإطار والهبوط على الجانب الآخر.

1



وأتي أحد المهرجين جارياً إلى داخل الحلبة وهو يصبح: "تنج جانباً، حان دوري الآن". يبدأ المهرج في قذف أكثر من كره لأعلى وتلقّيها وفي النهاية يرميهم في صندوق.



وبعد ذلك يتم دفع دب إلى داخل الحلبة على منصة. يقف بهدوء شديد ويرفع ساقاً واحدة. ثم يبدأ في القفز ويُظهر قدرته على فعل ذلك على ساق أخرى.

3

بينما كنت على وشك أن أستدير وأغادر، دوى صوت موسيقى صاخبة والعديد من الأصوات الملونة جعلت الساحة تتألق.



أتى مهرج آخر مهولاً. وكان يجري دائمًا من جانب إلى آخر، ثم يتوقف في الوسط في مرحلة ما. يتظاهر المهرج بأنه يشعر بالدوار تماماً وهو





يطلب المهرج من كلب البحر أن يدخل إلى الحلبة. يمكنه أن يوازن الكرة على طرف أنفه ويصفق بزعنافه بينما يكمل التمرين.



ثم يأتي كلب ويدحرج على كرة. يتدرج بالكرة مرة واحدة عبر الحلبة كُلها ويختفي خلف ستارة.



توقف الموسيقى وتطفئ العديد من الأضواء الملونة. رجل برتدى قبعة عالية ينادي بصوت عالٍ: "لقد انتهت الاستعدادات للعرض. الآن، يمكن للمترجين أن يأتوا". تقول أمي إنه يجب على الشخص التدرب كثيراً قبل أن يتمكن من القيام بمثل هذه الحيل الرائعة. إذا أردت تعلم حركات أكثر روعة، فيجب أن تذهب إلى نادٍ رياضي. هذه فكرة رائعة سأفذها غداً.

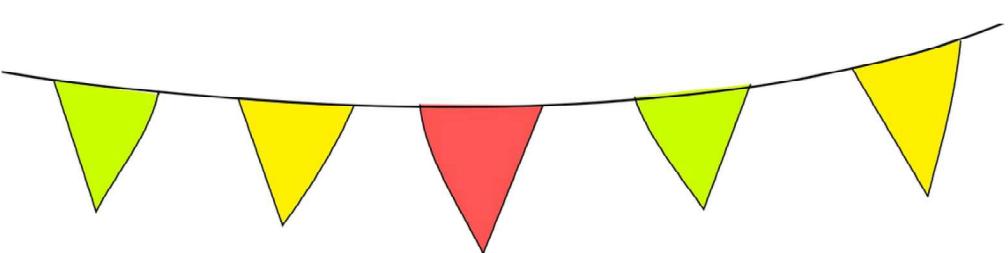
الاسم، الاسم الأول _____

الشارع، رقم المنزل _____

الرمز البريدي، مكان السكن _____

Mit der Angabe Ihrer persönlichen Daten erklären Sie sich damit einverstanden, dass wir diese im Rahmen dieses Projektes zur Versendung der Urkunden nutzen dürfen.
Weitere Details finden Sie auf <https://www.ksbhameln-pyrmont.de/kontakt/datenschutz.htm>





Herausgeber: Kreissportbund Hameln-Pyrmont e.V.
Mühlenstraße 8
31785 Hameln
V.i.S.d.P. Maria Bergmann

Kontakt: Sina Harst,
s.harst@ksbhameln-pyrmont.de
Henning Schillmöller,
h.schillmoeller@ksbhameln-pyrmont.de

Der Druck erfolgt aus Mitteln der
Finanzhilfe des Landes Niedersachsen.



Niedersachsen