



ምዕራፍ አራት

የሰውነት ክፍል ተግባራት

መግቢያ፡-በዚህ ምእራፉ ውስጥ የተለያዩ ሰውነት ክፍሎችን ሚያዳብሩ እንቅስቃሴዎች ተካተዋል እነዚህን እንቅስቃሴዎች ከተለያዩ ሰውነት ክፍል ጋር በማቀናጀት ስርተው የአካል ክህሎታቸውን ያዳብራሉ።

4.1 በእጅ የሚከናወኑ ተግባራት

ጠቃሚ መርጃ፡- በእጅ የሚከናወኑ ተግባራት ጠቀሜታቸውን ብንመለከት ለመብያ፤ ለመጻፃጃ፤ ለማንሳት እና ማንኛውንም ነገር ለማከናወኛነት እና የተለዩ ስፖርታዊ እንወስቃሴዎችን ለመስራትም እንጠቀምበታልን።

ተማሪዎች ከዚህ በታች የቀርበውን የእጅ ተግባር መዝሙር በቀላሉ እቤት ግቢ ውስጥ ሁለት ሁለት ሆናችሁ መዝሙሩን ከእንቅስቃሴ ጋር ስሩ።

የእጅ ተግባር መዝሙር

ቅልብልቦሽ

ቅልብ ቅልብ ቅልብልቦሽ

ቅልብ ቅልብ ቅልብልቦሽ

ሁለትዮሽ

ሶስትዮሽ

ስንጫወት ጥጉን ይዘን

እግራችን ዘረጋግተን

በአምስት ትንሽ ጠጠር

በድንጋይ አለ ትንሽ ጠጠር

በድንጋዩ አለሚሰጥር

በጠጠር ስንጫወት

አሸነፍኩኝ በብልሃት

4.3 ኮላሽ፡-ከቀላል ተግባር ከወረቀት ፤ ከቅጠል፤ከጨርቅ እና በአጠቃላይ ከቀላል ነገሮች

የሚሰራ ሲሆን



ኑር አፍሪካ አካዳሚ

የጥበብ ማዕከል

ኤስቴቴክስ

ሞዛይክ:- በጠንካራ ነገሮች ላይ በጠጠር በማጣበቅ የሚሰራ ነው።ለምሳሌ:-ከድንጋይ ስብርባሪዎች፤
ከወፍራም ወረቀቶች ፤ከጠጠሮች ወ.ዘ.ተ ተጠቃሽ ናቸው።

ጠቃሚ መርጃ :-ሞዛይክና ኮላጅ ተመሳሳይነት ያላቸው የሰነ-ጥበብ መገለጫዎች ናቸው።ሁለቱም
በማጣበቅ የሚሰሩ ናቸው።