

היבטים נוספים בהוראת הכדורסל ובהכנת מערך שיעור - ענת דרייגור

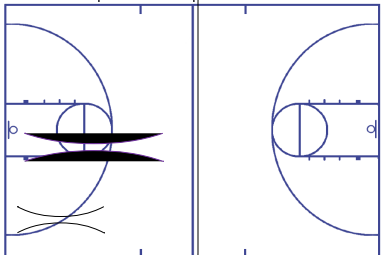
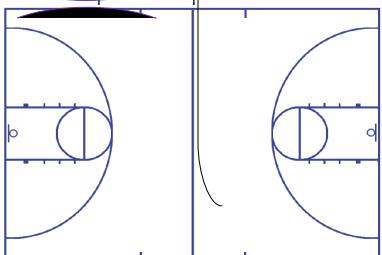
1. **המטרות** שאנו מציבים לעצמינו בהוראת מיומנויות בכדורסל הן:
 - 1 **החימום** - לחימום משמעות גדולה, מעבר להכנה הפיסיולוגית ומוכנות למאמץ גופני, הצורך הראשוני הוא להלהיב את הילדים, לגרום להנאה, לשיתוף פעולה, לראיה מרחבית, לעוררות ולמוטיבציה להמשך הפעילות בשיעור. המשחקון משלב גם התנסות ראשונית במיומנות הנלמדת. בהיבט ההוראה, רצוי לתת שם למשחקון, לציין את מטרתו, לתת הסבר של החוקים ולהדגים על קבוצה קטנה. חשיבות ההוראה היא ביכולת שלנו המורים, ליצור עניין ומעורבות בקרב הילדים. לדוגמא: בנושא מסירות, אני נוהגת לשאול את הילדים "אילו סוגי מסירות אתם מכירים?" מסתבר שהם מכירים הרבה. הידע בעידן הטכנולוגי זמין לכל אחד. מבחינה חינוכית, אנחנו מעצימים את התלמידים ומעריכים את הידע שלהם. מבחינת הילדים, יש בהם תשוקה רבה ורצון להראות לכולנו את מה שהם יודעים. בכך יצרנו כר נרחב ללמידה, מעורבות, יצירתיות והשתתפות פעילה בשיעור.
 - 2 **לימוד המיומנות** - האמירה: "דוגמא אחת שווה אלף מילים" עובדת! לכן, הדגמה אילמת של המיומנות הבסיסית בכדורסל על ידי המורה הכרחית. השלב הבא, יהיה הדגמה משולבת בהסבר עם עקרונות והדגשים. למשל, בנושא כדרור נדגיש כדרור לצד הגוף בגובה ברך/מותן מבט קדימה ועוד. הדגשים אלו מועילים לביצוע טוב ולהצלחה של הילד/ה לשלוט בכדור. הילדים מאד מעריכים למידה ומענה לשאלה "למה אני צריך את זה?". כאן המורה יציג את מטרת המיומנות. למשל, כדרור התקפי יעיל על מנת להגיע מהר לסל במיוחד כשאין הגנה. הילדים שוקלים אם זה אכן יעיל לקליעת סל מהיר וקליל. מכאן, עם הפנמת ההדגשים, ביצוע המיומנות אצלם משתפר.
 - 3 **תרגול המיומנות** - אנו מקנים ידע וכלים לביצוע המיומנות על ידי תרגול מדורג (החל מסטטי ועד ריצה). הילדים צריכים בנוסף, להבין את ההיגיון והכדאיות בביצוע מיטבי של המיומנות (לגדל ילדים חושבים וביקורתיים). רצוי לפרק מיומנות מורכבת לחלקים, חלוקה כזאת מאפשרת לילד/ה להתנסות בהצלחות ולא בכישלונות. הדבר מעורר מוטיבציה להמשיך בלמידה, כך גם מתן משוב חיובי ומשפר על ביצוע המיומנות ו/או חלק מזערי ממנה. במקביל יש לאתגר בדרגת קושי גבוהה יותר את המצטיינים.
 - 4 **איתור שגיאות ותיקון** - אחת המטרות העיקריות שלנו כמורים ומאמנים, לדעת, היא לשפר ולקדם הילדים במשחק הכדורסל, למנוע מצב שבו התלמיד הצליח "להחליק" את ההתנסות מבלי להבין את הבעיה. במידה ונעלים עין מטעויות, מכל סיבה שהיא בפועל, לא קידמנו ולא שיפרנו אף ילד/ה. כמובן שאין צורך בתחילת הדרך לדרוש ביצוע מושלם ו/או לחזור על המיומנות פעמים רבות בשיעור אחד. הלמידה החינוכית מתבצעת כאשר המורה יוצר אוירה נוחה לטעויות, אינו מציין את שמו של הילד שביצע משימה באופן לא מוצלח, אלא, מראה את הטעות הנפוצה באופן פומבי, אם מזדמן בהומור, התנהלות המורידה חרדות אצל הלומדים. המורה או תלמיד מוכשר מדגים שוב את הביצוע המיטבי כהכנה לתרגול נוסף.
 - 5 **תרגול נוסף במשחקון ו/או במצבי משחק** - נדרשת סבלנות ותרגולים נוספים בשעורים אחרים על מנת להשתפר. מגוון אוכלוסיית הילדים בבית הספר הינו הטרוגני. יש מוכשרים יותר ויש פחות ועלינו להכיל שונות זו באמפתיה, ביחס אישי ובהתאמות מקצועיות לכל ילד/ה. אחת כמה וכמה כשמדובר במסגרת בית ספרית שאינה מסגרת תחרותית גרידא להישגים מיידים בליגה. אנו צריכים לראות תמיד את עולמו השברירי של הילד. לא כל אחד יהיה כדורסלן מקצועני אבל לכל אחד הזכות ליהנות מאימון ומעיסוק במשחק הכדורסל. תרגול נוסף יתבצע במידתיות במסגרת משחקון ו/או במהלך של אחד ממצבי משחק הכדורסל. למשל, תרגול בכדרור התקפי יכול להתבצע בזוגות בשילוב מסירה לחבר ובסיום - זריקה לסל.
 - 6 **משחק כדורסל** - לעיתים אנו שוכחים להקציב זמן למשחק רגיל בכדורסל מתוך חשש שטרם לימדנו את כל המיומנויות הבסיסיות ואת כל החוקים.

עלינו להפיג חששות אלו. חוקי המשחק מאוד פשוטים ואין צורך לסבכם: בשלב הראשון להציג את גבולות המגרש, אפשר להתקדם בכדרור, אם עוצרים ניתן למסור לחבר או לזרוק לסל כאשר הטווח קרוב לילד. הפעילות הקבוצתית מאוד חשובה לשיתוף פעולה, לעבודת צוות, לקבלת החלטות לגיבוש וכדומה. ניתן לערוך בגילאים נמוכים משחק 6×6 ו/או בקבוצות קטנות יותר 3×3 בכמה סלים, אם הדבר מתאפשר במגרש, ובמיגוון נוסף של אפשרויות, למשל: שגרירים שעומדים מחוץ למגרש ו/או הגבלות של כדרורים או מתן בונוסים על מסירות, קליעה לאחר ביצוע מיומנות נלמדת ועוד.

2. **ישום ושרטוט** - בהכנת מערך השיעור רצוי לתכנן ולארגן את הלומדים במגרש עצמו על ידי שרטוט המקל על הצורך בהסבר מילולי נוסף להוראת המורה.
3. **שיקולי דעת** - היבטים חינוכיים משולבים בלימוד הכדורסל. במערך שעור אחד רצוי להתמקד בשיקולים ממוקדים. אם הנושא הוא כדרור לדוגמא, בתחום רגשי - נרצה שהתלמיד/ה יחוה תחושת הנאה תוך תנועת ההתקדמות לסל בכדרור מהיר או איטי. בתחום הכרתי - הבנת הדגשים ועקרונות הכדרור לצורך שליטה ושמירה עליו מחטיפה. תחום גופני - ביצוע מיטבי של פעילות פיסית של היד, פתיחת אצבעות, פעילות כף היד והכתף ואופן ליווי הכדור. תחום חברתי ומוסרי - שיתוף פעולה, אמון הדדי והגינות ספורטיבית.
4. **קשיים צפויים** - חוקרים רבים בחינוך טוענים כי גישת ה- PBL - Problem-Based Learning, או למידה המבוססת על פתרון בעיות, היא זו שגורמת ללמידה משמעותית לסקרנות ולחשיבה מחוץ לקופסא. אנחנו יכולים להכין מערך שעור מושלם אך המציאות אינה מאפשרת את יישום המערך בשלמותו. עולים קשיים ובעיות הגורמים לנו לסטות מההכנה. זה כמובן בסדר כל עוד לא איבדנו לחלוטין את עמוד השדרה של המערך. לכן, אני תומכת בדעה שחשיבה והדמיית מכשולים עתידיים היכולים לקרות, תקנה לנו פתרונות וכלים להתמודד מולם, תשאיר אותנו מרוכזים ובזרימה. קשיים אלו יכולים להיות קשיים של תנאי מגרש וציוד חסר, קושי אצל חלק מהילדים באי הבנת חוקי המשחק, קושי בביצוע המיומנות ובעיות חברתיות שיחשפו בתחרות או במשחק. כאשר אנו מציפים מלכתחילה בעיות עתידיות נמצאים בידנו הכלים לפתרונות (עמיתים, ספרים, אינטרנט מאמרים ועוד) למכשולים במהלך האימון. בכך "נחסוך" הרבה שנות ניסיון בהוראה.
5. **רפלקציה** - הערכת התכנון, הביצוע והמסקנות הכרחית לשיפור ההוראה והלמידה. קיימת האפשרות לבקר את עצמנו או לבקש מעמית למקצוע להיות נוכח באחד השעורים, או לחילופין, לבקש משוב מהילדים עצמם. מניסיון, הם אומרים, ללא מחסומים, את האמת מנקודת מבטם. כך ניתן ללמוד הרבה מאוד על ההוראה שלנו ועל תכניה.

מערך שיעור בכדורסל- ענת דרייגור

נושא: _____ גיל התלמידים _____ מספר _____ שם המורה _____ עיר ובית ספר _____ תאריך _____

מטרות	מהלך השיעור : פעילות מורה, פעילות תלמיד.	אמצעי עזרוארגון לומדים שרטוט	שיקולי דעת	קשיים צפויים (פתרונות)	זמן משוער
חימום	1. דברי פתיחה, הצגת משחקון, תנועה:מתן שם, מטרת המשחקון, חוקים, גבולות והדגמה קטנה! מתיחות:		רגשי:		15 ד'
לימוד המיומנות	1. הדגמה אילמת - הדגמה והסבר - עקרונות והדגשים:		הכרתי:		5 ד'
תרגול המיומנות	2. הצגת מטרת המיומנות? פרוק מיומנות מורכבת (מתן משוב חיובי ומשפר על ביצוע). אופן התרגול:		גופני:		
איתור שגיאות ותיקון	1. יצירת אוירה נוחה לטעויות, הצגת הקושי בפומבי, בהומור ומתן "טיפים" להצלחה. ציון שגיאות שכיחות:		חברתי: ומוסרי		
תרגול נוסף במשחקון ובמצבי משחק	2. א. במשחקון ב. תנועה במצבי משחק: פעילות מאתגרת בתנועה, כדרור, מסירות וזריקה לסל עם הגנה:				
משחק כדורסל (במגוון אפשרויות)					15 ד'

					הרפיה, דברי סיכום	
--	--	--	--	--	-------------------	--

רפלקציה:

הערכת התכנון, הביצוע ומסקנות:
