

מישחק הכדורעף:

לימוד מהלכי מישחק ותהליכיו על-פי הגישה האינטגרטיבית (II)

הגישה האינטגרטיבית שהוצגה במאמר הקודם מציעה פתרונות דידקטיים המקלים על הוראת מישחק הכדורעף באמצעות שמונה קבוצות של מישחקים (ששלוש מהן הובאו במאמר הקודם). מאמר זה מציג את הקבוצות העוסקות במישחקים ללימוד מהלכי המישחק ולימוד תהליכיו. ■ מאמר שני בסדרה.

מארק ורטהיים
ישראל הררי

דרגת הקושי תעלה, יצורפו יחד כמה מהלכי מישחק, וכמות המשתתפים באותה משימה או מישחק תעלה גם היא. * לימוד של מהלכי המישחק ותהליכיו מתחיל ב'מישחק עם' (היריב) ומסתיים ב'מישחק נגד' (ו) (בעניין זה ראה המאמר בגיליון הקודם).

קבוצה מס' 4: לימוד מהלכי מישחק הכדורעף

אם כן, קבוצה זו מפרטת מישחקים שונים ללימוד ששת מהלכי המישחק הנכללים בתוך שני התהליכים שצוינו לעיל.

תהליך מס' 1 - מעבר מקבלת מכת פתיחה להתקפה, מתמקד בהערכת המשתנים של מכת הפתיחה (כיוון, עוצמה וטכניקת הביצוע) במטרה לקבל את הכדור במצב אופטימלי לבניית תהליך התקפה מסודר. הדבר נעשה בתחילה באמצעות מישחקי זריקה ותפיסה, המקלים על ביצוע של מהלך מישחק בשלמותו. על-פי הגישה האינטגרטיבית, הלומד מתקדם בתהליך מדורג של התנסויות - ממצבי מישחק פשוטים למורכבים. שלושת מהלכי המישחק בתהליך הראשון הם אלו:

א. מכת פתיחה וקבלתה

ב. קבלת מכת פתיחה והגשה להתקפה

ג. צורות ההגשה וההתקפה

להלן פירוט המהלכים והמישחקים בכל אחד מהם:

א. מכת פתיחה וקבלתה

1. א' זורק את הכדור ביד אחת (כמו במכת פתיחה), ו-ב' תופסו בגובה המותניים (הדמיה של קבלת מכת פתיחה). כל ניסיון מוצלח מקנה נקודה. בכל המשימות/מישחקים מחליפים תפקידים.

מהלכים ותהליכים במישחק הכדורעף

החלוקה לשמונה קבוצות של משימות ומישחקים מהווה את הבסיס לגישה האינטגרטיבית המציעה פתרונות דידקטיים ומתודיים המקלים על לימוד הכדורעף. מאמר זה מתמקד בקבוצות

4 ו-5, הכוללות מישחקים ללימוד מהלכי

המישחק ותהליכיו. כזכור, 'מהלך מישחק'

בנוי משתי מיומנויות לפחות המבוצעות

ברצף, ו'תהליך מישחק' בנוי מכמה

מהלכי מישחק רצופים.

למעשה, מישחק הכדורעף למתחילים

בנוי משני תהליכים מרכזיים:

1. מעבר מקבלת מכת פתיחה

להתקפה

כל תהליך כזה מורכב משלושה מהלכי מישחק

(ראה פירוט בהמשך). כל שלב תלוי באיכות הביצוע

של קודמו, ואי אפשר לדלג על שלב כפי שמציעות

הגישות הקלאסיות בהוראה (גישת המיומנויות וגישת

המישחק). המורה יתמקד - באמצעות משימות

ומישחקים - במעבר מלימוד ותרגול של

מיומנות אחת לשילוב של כמה

מיומנויות במטרה ליישמן במהלכי

המישחק ובתהליכיו.

העקרונות המתודיים הם אלו:

* סימולציה של מהלכי מישחק

באמצעות מישחקי תפיסה וזריקה

כמישחקי רשת 'קטנים'

* כל מהלך מישחק מתוך השישה המפורטים להלן יילמד בתחילה

בתנאי מישחק מקלים (פיתוח של כדור-רשת).

* בהדרגה ועל-פי רמת הלומדים יתוספו תנאי מישחק מורכבים:

12. $(1+1)X(1+1)$: א' מוסר מסירת הגשה, ב' מחזיר בהגשה עילית, א' מנחית (מעמידה, בניתור), ו-א' תופס את הכדור המונחת. במישחקים של $2+2$ ו- $3+3$ יודגשו הנקודות המכריעות במעבר מההגשה הבסיסית לפנים ולאחור להנחתה כדי להרחיב את אפשרויות ההתקפה.

בתהליך מס' 2 - מעבר מהגנה להתקפה, מיקום השחקנים ליד הרשת ובשטח ההגנה מושפע ממהלכי המישחק של הקבוצה היריבה. תהליך המעבר מהגנה להתקפה מותנה בשיתוף הפעולה בין השחקנים שליד הרשת לבין עצמם ובינם לבין השחקנים הנמצאים בשטח ההגנה (עמדות 1, 6 ו-5). לימוד תהליך מס' 2 מתחיל בסימולציה של מהלכי מישחק ללא חסימה, כאשר ששת השחקנים במגרש פרוסים בהגנת שטח. בשלב השני נוסף חוסם אחד (פעולת ההגנה הראשונה) אל חמשת השחקנים המגינים על שטח המגרש. קבלת ההחלטות תלויה בביצועי החוסם. בשלב מתקדם השחקנים לומדים לבצע חסימה עם שני שחקנים מורכבות של תהליך זה מחייבת פיתוח מדורג של מהלכי מישחק (בלי חוסם ועמו), הנקבעים על-פי יכולת ההנחתה של היריב: המורה יעמיד חוסם רק אם היריב מסוגל להנחית, ואם החוסם מסוגל לבצע את החסימה ברמה טובה. אם תנאים אלו אינם מתקיימים מוטב שהלומדים ימשיכו לשפר את תפקודם בהגנת שטח.

בתהליך זה יש להתמקד בקשר בין השחקנים לשם ההצלחה במשימות ההגנה ולאחר מכן בבניית ההתקפה ממצבי ההגנה שונים. כמו בתהליך הקודם, גם כאן המורה יעזר בתחילה במישחקי זריקה ותפיסה, כאשר שחקני ההגנה ניצבים זה לצד זה (ללא חוסם) במטרה להגן על השטח. לאחר מכן הם יוצבו בזה אחר זה: השחקן הקדמי יתפקד כחוסם והאחורי יגן על השטח (ביחד הם יהוו את חוליית ההגנה). מובן שהמטרה היא לבצע את התהליך במלואו. הדבר ייעשה באמצעות חיבור נכון בין מהלכי המישחק (המפורטים להלן), המחייבים תקשורת מילולית שוטפת בין השחקנים ('לשחק ולדבר עם').

להלן שלושת מהלכי המישחק הבאים בתהליך המעבר מהגנה להתקפה:

ד. הגנה בלי חסימה ועם חסימה

ה. אפשרויות ההגנה והמעבר להגשה

ו. אפשרויות ההגשה ומעבר הכדור ליריב (באופן שיקשה עליו לבנות התקפת נגד).
להלן פירוט המהלכים והמישחקים בכל אחד מהם:

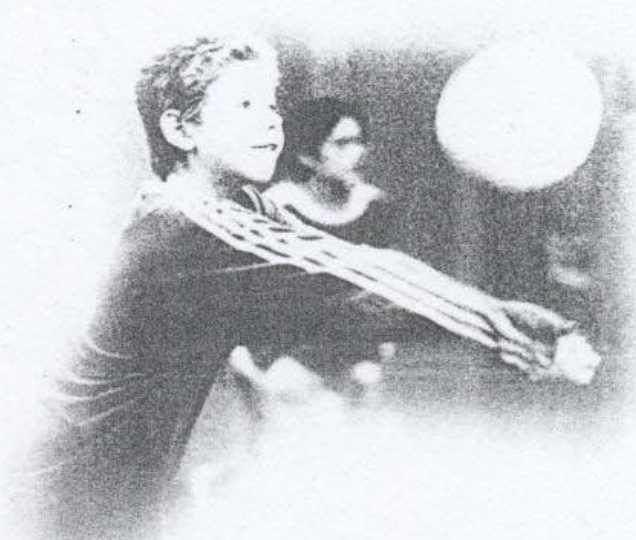
2. $(1+1)X(1+1)$ ('מישחק עם-'): כמו תרגיל 1 אך מעל הרשת וכמה פעמים ברצף. הצלחה בתרגיל (וכך גם במישחקים הבאים) מזכה בנקודה.
3. $(1+1)$ או $(1+2)$: א' מבצע מכת פתיחה אל ב' המקבל את הכדור באופנים שונים - תפיסה בגבהים שונים (מעל הראש, בגובה הברכיים), קבלה תחתית וכו'. בשלב זה הלומד רשאי להחליט בדבר דרגת הקושי ורמת המורכבות שבה ישתמש. כאן הניקוד יהיה הדרגתי: תפיסת הכדור - 1 נק', תפיסה בגובה הברכיים - 2, קבלה תחתית - 3.
4. שלשות: הוצאת מכת פתיחה, קבלה תחתית ותפיסה.
5. רביעיות (א-ד)X(ה-ח): שני זוגות (המהווים כאמור קבוצה אחת) ניצבים משני צידי הרשת. א' מבצע מכת פתיחה, ג' קבלה תחתית ל-ד' שתופס את הכדור ומסיים את המהלך. ד' מתחיל מהלך חדש בביצוע מכת פתיחה ל-ב' וחוזר חלילה. ניתן לשנות את עמדת המוצא - בני-הזוג עומדים בזה אחר זה בזמן הקבלה.
6. כמו מישחק מס' 5, אך לאחר ביצוע מכת פתיחה, ג' ו-ד' חייבים להחליט מי משניהם יקבל את הכדור ('שלי').
7. שינוי בשיטת הניקוד: ככל שדרגת הקושי עולה כך ייתוספו נקודות (במקום נקודה אחת - שתיים, שלוש או ארבע).

ב. קבלת מכת פתיחה והגשה להתקפה

8. א' מול ב' (ללא רשת ביניהם): א' מוסר מסירת הגשה ביד אחת, ו-ב' תופס בגובה הברכיים. בהמשך ב' מחזיר במסירת הגשה גבוהה, ו-א' תופס בידיים מעל הראש בצורת גביע (הדמיה למסירה עילית). דרגת הקושי ורמת המורכבות יועלו על-פי העקרונות והדוגמאות שהוצגו בשלב הקודם.
9. עמדת מוצא כמו במישחק מס' 8: א' מבצע מכת פתיחה, ב' מקבל תחתית ומוסר ל-א', זה מגיש בחזרה ל-ב' התופס את הכדור מעל גובה הראש ובניתור. המטרה: שיפור איכות הקבלה לשם הצלחת ההגשה לבניית ההתקפה.
10. העלאת דרגת הקושי, מידת המורכבות ומספר המשתתפים.

ג. צורות ההגשה וההתקפה

11. זוגות (ללא רשת בין בני-הזוג): א' מוסר מסירת הגשה ל-ב' התופס את הכדור מעל ראשו בצורת גביע בגבהים שונים ובתנועה לכיוונים שונים (שמאלה, ימינה, קדימה ואחורה). ב' מחזיר ל-א' כדור גבוה, זה תופס את הכדור בניתור. המורה יפתח את המשימה/מישחק הזה למצב של זריקה מעבר לרשת (הוצאת מכת פתיחה) ממרחקים שונים כדי לאפשר הצלחה במהלך של ההגשה להתקפה.



ד. הגנה בלי חסימה ועם חסימה

13. $(1+2)X(1+2)$: שחקן התקפה ניצב מצד אחד של הרשת ושני שחקני הגנה בצידה השני, זה ליד זה. התוקף זורק את הכדור ביד אחת לשטח ההגנה של היריב תוך כדי קפיצה להנחתה (הכדור יזרק במדויק כדי שהמגן יוכל לתפוסו). (המורה ידגיש את שיתוף הפעולה המילולי-תנועתי ויעריך אותו).

14. $(2+2)X(2+2)$ (מישחק ללא חוסם): שני שחקני התקפה 'א' ו-'ב', זה ליד זה) מול שני שחקני הגנה 'ג' ו-'ד', כנ"ל) משני צידי הרשת: 'א' מוסר מסירת הגשה גבוהה ל-'ב' שמנחית בצורה מבוקרת ומדויקת לעבר 'ג' ו-'ד'. המטרה היא להיעזר במיומנויות הגנה מגוונות כדי למנוע את נפילת הכדור על הקרקע. במישחק זה הדגש הוא על שיתוף הפעולה בין כל הרביעייה להצלחת המהלך.

15. $(2+2)X(2+2)$ (מישחק עם חוסם), אך המתקיפים והמגינים ניצבים זה לאחר זה משני צידי הרשת:

'א' מוסר מסירת הגשה גבוהה ל-'ב' המנחית בצורה מבוקרת ומדויקת לעבר החוסם 'ג' הניצב מולו (ליד הרשת). במצב זה יתורגלו מגוון האפשרויות המתעוררות במישחק במטרה למנוע את נפילת הכדור על הקרקע (הן בשטח היריבים והן בשטח התוקפים). גם כאן הדגש הוא על שיתוף הפעולה בין כל הרביעייה. המורה ידגיש ויעריך את חשיבות הבטחת המנחית והבטחת החוסם במתן נקודות בונוס.

ה. אפשרויות ההגנה והמעבר להגשה

שפורטו במהלך הקודם, תוך הקפדה על תפיסת הכדור הראשון בידיים ישרות ובגובה נמוך (עמדת מוצא למסירה תחתית). שחקן ההגנה שתפס את הכדור ימסור מסירת הגשה גבוהה לבן-זוגו שנע לרשת לעמדות הגשה 2 או 3. האחרון יתפוס את הכדור בעמדת מוצא למסירה עילית. המישחקים יילמדו בשלב ראשון ללא חסימה ולאחר מכן עם חסימה.

17. $(2+2)X(2+2)$: מצד אחד של הרשת: 'א' מוסר מסירת הגשה גבוהה ל-'ב' המנחית את הכדור במדויק (בתחילה ללא קפיצה) ל-'ג', זה מבצע מיומנות הגנה ל-'ד' התופס את הכדור בעמדת מוצא להגשה. 'ד' מוסר מסירת הגשה ל-'א' המתחיל את המהלך מחדש. במישחק זה יודגש המעבר מההגנה לאפשרויות ההגשה השונות. מעבר מוצלח יזכה בנקודות בונוס.

בשלב הבא בני-זוג ישחקו משני צידי הרשת, תחילה זה לצד זה (ללא חסימה) ובשלב מתקדם זה מאחורי זה (עם חסימה).

ו. אפשרויות ההגשה ומעבר הכדור ליריב

זהו המהלך המסיים את המעבר מהגנה להתקפה, וגם הוא יילמד בהדרגה: בתחילה המטרה לפתח מישחקים שיאפשרו שילוב בין

אפשרויות הגשה שונות (מסירה תחתית, מסירה עילית, הצלת כדור ביד אחת) ובין דרכים שונות להעברת הכדור ליריב (מסירה תחתית, מסירה עילית, העברת כדור ביד אחת, באגרופ, הנחתה ללא קפיצה ועוד). במהלך זה יש חשיבות רבה ללימוד באמצעות 'מישחק עם' ומעבר ל'מישחק נגד' שמטרתו להקשות על היריב לבנות את המעבר להתקפה.

18. מישחקי כדור-רשת $(3+3)X(3+3)$: המטרה היא ליצור אפשרויות הגשה שונות והעברת הכדור ליריב באמצעות זריקה ותפיסה. המורה ישלב בהדרגה מיומנויות שנלמדו במהלכי המישחק, והשילוב ייעשה בין זריקה ותפיסה ובין מיומנות אחת או יותר. יש לזכור שבשלב זה המטרה העיקרית היא ליצור רצף בין הנגיעה השנייה והשלישית (מהלך מס' 6).

בהמשך המורה ישים דגש על השילוב בין אפשרויות ההגשה השונות והקשר בינן לבין צורות העברת הכדור ליריב באמצעות מיומנויות שיבוצעו ברצף בנגיעה שנייה ושלישית (ללא תפיסת הכדור).

בקבוצות הטרוגניות המורה יאפשר ללומדים שאינם שולטים במיומנויות ברמה מספקת להשתמש במיומנויות הזריקה והתפיסה. עליו לוודא שהעקרונות העומדים בבסיס המהלך הובנו.

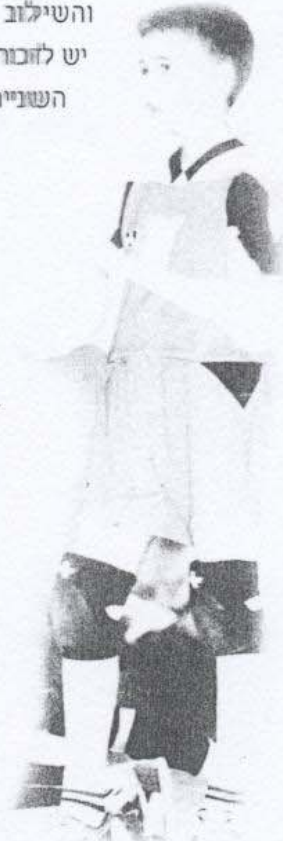
19. $(2+2)X(2+2)$: 'א' ו-'ב' מצד אחד של הרשת מול 'ג' ו-'ד': 'א' מוסר מסירת הגשה גבוהה ל-'ב' המנחית את הכדור (בתחילה ללא קפיצה) לבני-זוגו הניצבים מולו. אחד מבני הזוג 'ג' מבצע מיומנות הגנה המכוונת ל-'ד' המגיש את הכדור בחזרה ל-'ג'. זה מנחית או מוסר את הכדור ל-'א' או ל-'ב'. המטרה היא לבצע כמה מהלכי מישחק רצופים. במהלך המישחק המורה יוסיף נקודות בונוס על ביצוע מוצלח של ההגשה וההנחתה (במהלך השישי).

20. כמו 19, תחילה זה לצד זה ללא חסימה ולאחר מכן זה מאחורי זה עם חסימה.

21. $3+3$; עמדות המוצא משתנות לאחר כמה מישחקים. לדוגמה, במשחק $3+3$ (שחקן אחד בקו הקדמי ושניים בקו האחורי ולהיפך).

22. $4+4$. שניים בקו הקדמי ושניים באחורי. המטרה לבצע שני מהלכים ברצף כדי לבנות מהלך המבוסס על מעבר מההגנה בקו האחורי להתקפה בקו הקדמי. מבנה נוסף, מורכב יותר, מבוצע כאשר שלוש שחקנים מסודרים בחצי עיגול בקו האחורי ושחקן נוסף (המגיש) באמצע הקו הקדמי. הניקוד יינתן על הצלחה בביצוע המהלך תחילה מהקו האחורי לקדמי ולאחר מכן מעבר מחצי העיגול האחורי למגיש. נקודות בונוס יינתנו על ביצוע מוצלח של אפשרויות ההגשה השונות ועל האופנים השונים (כגון הנחתה לאחר מסירה עילית לפני או לאחור).

אם כן, המישחקים שפורטו כאן מהווים חוליה מרכזית המקשרת בין לימוד המיומנויות לבין לימוד תהליכי המישחק והמישחק השלם על-פי הגישה האינטגרטיבית.



קבלת כדור נמוך), השני מבצע פעולת הגשה, והשלישי מחזיר את הכדור לקבוצה התוקפת באופנים שונים. הניקוד מוענק לשתי הקבוצות המשתפות פעולה.

4. מעבר מהגנה להתקפה עם חסימה. במצב זה הקבוצה המגינה ניצבת בצורת משולש, כך שאחד מהשלושה ניצב לפני חסימה, והשניים האחרים מבצעים הגנת שטח. לאחר כל תהליך התקפה מבוצע חילוף בקבוצת ההגנה.
5. כמו 4 אך בהרכב שונה (4+4, 6+6).

ג. שילוב בין שני תהליכי המישחק (א+ב)

6. $(3+3) \times (3+3)$: קבוצה א' מבצעת מכת פתיחה, קבוצה ב' מקבלת אותה ובונה תהליך של מעבר מקבלה להתקפה וחוזר חלילה עד נפילת הכדור על הקרקע. הקבוצה כולה (ששת השחקנים) מקבלת ניקוד על-פי מספר התהליכים הרצופים שביצעה.
7. כמו 6 אך בהרכב שונה (4+4, 6+6).

רק לאחר הצלחת המישחקים עם- יתמודדו הלומדים עם מישחקים נגד- (הקבוצה היריבה), תוך הדגשת החשיבות של תהליכי המישחק שיזכו את המנצח בנקודות.

אם כן, שני המאמרים הראשונים בסדרה הציגו את חמש הקבוצות הראשונות של המישחקים על-פי הגישה האינטגרטיבית. המאמר הבא יעסוק בשלוש הקבוצות האחרונות - מישחקים ללימוד חוקים בקבוצות קטנות, מישחק כדורעף שלם ומישחקים היתוליים במגרש הכדורעף.



קבוצה מס' 5: מישחקים ללימוד תהליכי מישחק הכדורעף

כפי שצוין מקודם, שני התהליכים המרכזיים של מישחק הכדורעף הם המעבר מקבלת מכת פתיחה להתקפה והמעבר מהגנה להתקפה. מאחר שבשלב זה ייתכן שהלומד עדיין אינו שולט באופן מוחלט במיומנויות המישחק ובמהלכיו ניתן ללמדו את תהליכי המישחק באמצעות מישחקי כדור-רשת מגוונים, תוך מעבר הדרגתי ממספר קטן של משתתפים ועד להרכב מלא. לאחר מכן מאפשרים לקבוצה אחת לתרגל אחד מתהליכי המישחק, בעוד הקבוצה השנייה מוסייעת בהשגת מטרה זו, ובהדרגה מצרפים את שני התהליכים המרכזיים את המישחק המלא.

להלן דוגמאות של מישחקים ללימוד תהליכי המישחק:

א. מעבר מקבלת מכת פתיחה להתקפה

1. $(3+3) \times (3+3)$: גומי מתוח לאורך המגרש: חברי קבוצה א' (א'-ג') ניצבים בשורה על קו האורך של המגרש ומולם, מעבר לגומי, ניצבים חברי קבוצה ב' במשולש ב' (ד' לפני ו-ה', ו' מאחור): א' מבצע מכת פתיחה וקבוצה ב' מבצעת תהליך אחד בלבד (מעבר מקבלת מכת פתיחה להתקפה) באופן הבא: ה' או ו' מקבל במסירה תחתית אל ד' (המגיש), המוסר את הכדור במסירה עילית ל-ה' או ל-ו', וזה מחזיר את הכדור לקבוצה הפותחת באופנים שונים. גם כאן המישחק הוא 'עם', והניקוד ניתן לשתי הקבוצות על הצלחת התהליך.

2. כמו מישחק 1 אלא ששתי הקבוצות מבצעות תהליך אחד, לסירוגין, לאחר ביצוע מכת פתיחה על-ידי שחקן הקבוצה שממול.

ב. מעבר מהגנה להתקפה

3. ההרכב כמו במישחקים הקודמים: קבוצה א' ניצבת בעמדות 2, 3 ו-4 ליד הרשת, וביד כל אחד מהם כדור. מולם חברי קבוצה ב' בחצי עיגול (המישחק הוא ללא חסימה). שחקן קבוצה א' בעמדה 2 מבצע פעולת התקפה (חבטה ביד אחת) מעבר לגומי, אחד משחקני הקו האחורי של קבוצה ב' מבצע פעולת הגנה