



מערך שיעור

הסטודנט/ית: יצחק רם שנה: ג' תאריך יום הוראה מתוכנן: 19.1.2012

בית ספר: כול ישראל חברים כיתה: ח' מספר הלומדים: 30 מקום השיעור: אולם ביה"ס

נושא הלימוד: סמנ/י את נושאי הלימוד שתלמדו ב-X

(X) מיומנויות גופניות

(X) הגינות בספורט

(X) ידע והבנה של גוף האדם בתנועה

נושא יחידת ההוראה (מתוכני הלימוד, עמ' 59-57, 84-82, 92-91): עמ' 58.

פעילויות הלמידה (עמ' 76-60, 90-85, 107-95): עמ' 88 - 89.

שיעור מספר: 8 מתוך: 12 שיעורים. מטרה: התלמידים יצליחו לשחק בצורה פעילה כדורסל של 3:3.

מקורות: כדוריד וכדורסל - נושאים מתוך תוכניות הלימודים בחינוך הגופני: משרד החינוך.

תחום	יעדי ההוראה	תכליות
גופני	לימוד ותרגול יסודות במשחק ההגנה בכדורסל	התלמיד ילמד את טכניקת הסגירה לריבאונד וישתמש בה בעת משחק כדי למנוע מן היריב השתלטות חוזרת על כדור מוחטא וכדי לנסות להעביר את הכדור לחזקתו לטובת משחק ההתקפה של קבוצתו.
	שילוב מיומנויות במשחק ההגנה בכדורסל	התלמיד יתרגל את תחושת התזמון בתגובה גופנית במצב תחרותי וישלב בהצלחה את מיומנות הסגירה לסל עם מיומנות ההגנה האישית בעת משחק.
		התלמיד ישתתף במבחן קליעה לבדיקת רמת הטמעת הנושא על ידו.
הכרתי	הבנת עקרונות ההגנה האישית וה- boxing out בסגירה לסל	התלמיד יפרט את אופני הסגירה לסל בהתמודדות על כדור חוזר.
		התלמיד יסביר מה בין ביצוע סגירה חוקית לריבאונד לבין ביצוע עבירה בעת המאבק על כדור חוזר.
חברתי, ריגושי מוסרי	התלמיד יחווה הנאה מהשתתפותו בתהליכי ההוראה-למידה בשיעור.	התלמיד יחווה ביצוע של טכניקת הסגירה לכדור חוזר כחלק מטיפוח תחושת תרומתו למשחק הקבוצתי.
		התלמיד יזכה להזדמנות להפגין כישורים, שאינם קשורים דווקא לכישרון הטיפול בכדור, ויוכל להביא לידי ביטוי במשחקו תכונות אישיותיות של אחריות ודבקות במשימה.
		התלמיד יחווה השתתפות במבחן קליעה, שבמהלכו יקבל שתי הזדמנויות כדי שיוכל לחוש השתפרות בביצועיו.

אופני בדיקת התכליות: התבוננות בלומדים המשחקים ואיתור קשיים עקרוניים ומתקשים מיוחדים בביצוע. הציוד והעזרים הדרושים לשיעור: כדורי סל כמספר מחצית המשתתפים, סרטי סימון בשני צבעים שונים, 30 כיפות או קונוסים, 2 ספסלים שבדיים, ארבעה שעוני עצר.

הערות ארגוניות: לתכנן היטב את דרך המעבר מעבודה אישית לפעולה בזוגות, בשלוש וברביעיות.

הערות בטיחות: תיחום ברור למגרש ולמגרשי המשנה בעת התרגולים השונים.

זמן/ חלק השיעור	מגמת התרגיל	תיאור הפעילות/המשימה	אופני ארגון הלומדים, הציוד, המתקנים והסביבה	נקודות להדגשה (בטיחות, ידע ועקרונות). רמזים מנחים לרכיבים חיוניים שאלות ללומדים
2 דק' פתיחה	הסבר נושאי השיעור	1. הצגת הסגירה לכדור חוזר כיסוד במשחק והדגשת חשיבותו במשחק.	בחצי גורן לפני המורה	חזרה על סימנים מוסכמים. יסודות הסגירה לריבאונד - עמדת המוצא
5 דק' עורות ואימון התנועה	משחק להעלאת רמת העירור ותרגול התנועה בחילופי מסירות	2. כדורסל חי: השחקנים בכול אחת משתי הקבוצות ממוספרים על פי סדר רץ. כל קבוצה מנסה להניע את הכדור בחילופי מסירות (לאוחז בכדור מותרים רק שלושה כדורים) במטרה למסור לחבר הקבוצה הניצב על מכשיר מגביה מתחת לסל (ספסל שבדי, שולחן או דיוטת ארגז שבדי). מותר למסור רק בין קו קשת שלוש הנקודות לקו התוחם את רחבת שלוש השניות; ולאף שחקן אסורה הכניסה לתוך ה"בקבוק". כדור שנקלט בביטחון (מבלי להשמט וליפול ארצה) בידי ה"סל החי" מועבר מיידית אל חברי הקבוצה ה"סופגת" (במתכונת של ספיגת סל במשחק הכדורסל), והנמען שקלט את הכדור יורד מן המכשיר המגביה ומפנה את מקומו עליו לנושא המספר הרץ הבא בקבוצתו. קבוצה שסיימה ראשונה להחליף את כל שחקניה תוכרז כקבוצה המנצחת.	יש לארגן ארבע קבוצות משחק בשני מגרשים (משחקים לרוחב האולם) כדי שלא יהיה עומס רב מדי במגרש. אם המשחק מסתיים במהרה אפשר לערוך התחרות גמר בין המנצחות ומשחק על מקומות שלוש ארבע בין המנוצחות.	של המגן במהלך הקליעה: פישוק ברוחב האגן תוך פסיעה קלה לפני ע"י הרגל הקרובה למרכז המגרש. הברכיים כפופות, המשקל במרכז, הגו זקוף, תוך הטיה קלה לפני. היד המתאימה לרגל הקדמית מונפת מעלה לעבר הכדור או לעיני הקלע, היד השנייה מוטית הצידה ומפריעה למסירה אפשרית. צפיית כיוון התנועה של הקלע: כאשר המתקיף זרק לסל והחל לנוע לסל השומר ינוע לאחור לעבר כיוון התנועה של המתקיף, ייצור מגע ע"י האמה עם המתקיף, יסתובב עם הפנים לסל ויבלום את תנועתו של המתקיף לעבר הסל.
10 דק' לימוד ותרגול התנועה	לימוד ממוקד של מיומנות היעד	3. הלומדים נעים באופן חופשי בשטח בזוגות ולהוראת המורה מבצעים "סגירות" אחד של השני לסירוגין. 4. ליד קיר. מספר 1 זורק את הכדור אל הקיר (גבוה) ומספר 2 מנתר כלפי הכדור החוזר ומנסה לקולטו גבוה ככול שניתן ואז נוחת בפישוק רחב. 5. טור של שחקנים על קו זריקת העונשין וטור נוסף מתחת לסל עם כדור לכול אחד. הראשון בטור שמתחת לסל מוסר לראשון שעל קו העונשין וזה זורק לסל. מיד לאחר המסירה יוצא המוסר ונע במהירות אל עבר הזורק וסוגרו כדי למנוע ממנו את הכדור החוזר וכדי לקלוט אותו בעצמו ואז מחליפים מקומות.	בזוגות – מספרי 1 ו-2 "מספרי 1 ליטול כדורים ולהתייצב מתחת לסל ומספרי 2 להתייצב על קו זריקת העונשין!" להשתמש בכול הסלים הקיימים באולם.	המגע עם המתקיף: סיבוב על הרגל האחורית הקרובה לכיוון התנועה של המתקיף, יצירת מגע עם המתקיף, כשהרגליים בפישוק רחב, הגו זקוף, הידיים יוצרות מגע עם התוקף כשהן כפופות ונוטות כלפי מטה ויוצרות מגע ביד אחת או בשתי ידיים עם היריב. קפיצה לריבאונד: ניתור לשיא הגובה, פיסת הכדור בשתי הידיים ונחיתה בפישוק רחב.

<p>להבהיר ללומדים שההפרעה לתפיסת הכדור החוזר מותרת ללא מגע גופני והיא מתבצעת על פי הסגירה לכדור נתיר, שנלמדה בפרק השיעור הקודם.</p>	<p>6. משחק כדור נתירה: שתי קבוצות עם כדור סל אחד. אסור ללכת עם הכדור ומותר להניעו בחילופי מסירות בלבד. המטרה היא לאסוף נקודות על ידי הטלת הכדור באחד משני לוחות הסלים, כך שהחזרתו מן הקרש תסתיים בפגיעה בקרקע שמעבר לתחום ה"בקבוק" (רחבת "שלוש השניות"), מבלי שחברי הקבוצה היריבה הצליחו לתופסו לפני נפילתו אל הרצפה. אם חברי הקבוצה היריבה תפסו את הכדור בעודו באוויר, ואסור לאף אחד להיכנס גופו אל אזור ה"בקבוק", הם יכולים לשוב ולהטיל את הכדור אל הלוח שמולם, וכך מותר יהיה לעשות גם לקבוצה א', שהחלה את מסכת ההטלות, לשוב ולעשות. משמע, בסך הכול מותר לזרוק את הכדור אל אותו הלוח שלוש פעמים ברציפות, ואזי חייבת הקבוצה הקולטת את ההטלה השלישית לנהל התקפה אל עבר הסל הנגדי. מכאן ניתן להבין שבניגוד למוכר לתלמידים במשחקי הכדור הגדולים האחרים, אין במשחק זה סל ביתי שעליו מגוונים וסל נגדי שאותו יש לכבוש. שני לוחות הסלים במגרש מהווים מטרות התקפה לגיטימיות לכל אחת משתי הקבוצות. מותר להפריע לקבוצה המותקפת לנסות לקלוט את הכדור המנתר מלוח הסל. אולם, אסור, כמובן, ומתוקף תכלית המשחק זה גם לא כדאי, לעמיתי הזורק ליצור מגע עם הכדור שנזרק. כל התקפה שנסתיימה בין שבהצלחה קרי, הוענקה בסיומה נקודה לאחת הקבוצות, לאחר שמי מחבריה זרק את הכדור לעבר הקרש והכדור שב ונפל בתחומי המגרש מבלי שחברי הקבוצה היריבה הצליחו לתופסו, או בין שבכישלון, כי אבד הכדור לחוץ, או נזרק לעבר הלוח והחטיא אותו, או פגע בלוח ונחת ארצה בתחום ה"בקבוק", או אף פגע בחישוק, חייבת הקבוצה הזוכה בו לנהל התקפה אל עבר הלוח הרחוק שמעברו השני של המגרש. התקפה אל העבר השני פירושה העברת הכדור במסירות אל</p>	<p>תרגול משוחק לאימון הסגירה לריבאונד</p>	<p>20 דק' הפרק ההישגי</p>
---	---	---	--

<p>להבהיר למשתתפים, כי המשחק בכללים שונים לשתי הקבוצות נועד לאפשר לכולם להפיק את המרב מן ההתנסות הלימודית. הקבוצה המתקדמת תתרגל בעיקר את יסוד הסגירה לסל מחמת האיסור לקליטת כדור חוזר ישירות מן הסל, עובדה שתחייבם לסגור נכון את יריביהם בדרך לכדור החוזר, וכן היא תתרגל קליעות ערוכות, ואילו, חברי הקבוצה האחרת יזכו להתאמן בעיקר על יסודות ההגנה האישית במצב דמוי אמת, אבל מוקל יחסית, המתאים לרמתם ובמקביל יוכלו להתאמן על מיומנות הצעד וחצי בתנאים כנ"ל.</p>		<p>מעבר לקו אמצע המגרש. לאחר העברת הכדור מעבר לקו האמצע רשאית הקבוצה השולטת בכדור להחליט לאן היא ממשיכה לתקוף והיא עשויה בהחלט להחליט על שינוי כיוון ולשוב ולתקוף את הלוח שמתחתיו הוצא הכדור בראשית ההתקפה. למנצחת תוכרז הקבוצה שזכתה ביותר נקודות.</p> <p>7. משחק כדורסל של 3X3 בין קבוצות הטרוגניות. לקבוצה המתקדמת מותרת קליטת כדור חוזר רק לאחר שהכדור נחת פעם אחת לפחות על ריצפת האולם. בנוסף יאסרו עליהם הכניסה לרחבת שלוש השניות משני צידי המגרש לצורכי הגנה והתקפה וממילא גם השימוש בקליעת צעד וחצי והם יאלצו, לכן, להסתפק בקליעות ערוכות או בקליעות ניתור מחוץ לרחבת שלוש השניות. הכניסה לרחבות מותרת להם מרק כדי לנסות ליטול כדור חוזר בתנאים הנ"ל. חברי הקבוצה הפחות מתקדמת רשאים לעשות את כול מה שמותר על פי כללי הכדורסל.</p>	<p>תרגול משחק דיפרנציאלי של יסודות המשחק השונים בדגש על הסגירה לסל</p>	
	<p>המורה מדגים ומסביר את המבחן ואחר כך מבצעים אותו מול שלושה סלים שונים ברחבי האולם ואפשר גם ארבעה, אם יש מספיק כדורים לכך בשיפוט הלומדים.</p>	<p>8. הנבדק ניצב מאחורי קו זריקת העונשין. באחד משני צדדיו ניצבת עגלת כדורים בגובה 1 מ' מהקרקע ובה 10 כדורי סל. בהינתן האות הנבדק מנסה לקלוע לסל כדורים רבים ככל האפשר במשך 90 שניות. לרשותו שני ניסיונות, הטוב ביניהם נחשב.</p>	<p>הערכה מעצבת: מבדק הקליעה הערכה</p>	<p>8 דק' פרק מסיים</p>

--	--	--	--	--

