

תכנון יחידת הוראה- ניווט במבוך

כתבה: רעות שרוני דויטש

נושא היחידה: ניווט ספורטיבי

מס' שיעורים: 4

מטרות היחידה: היכרות והתנסות בענף ספורט חדש ולא מוכר.

הקניית הרגלי עבודה, דיוק, ריכוז, ותנועה.

נושאי השיעורים:

1. היכרות

2. היכרות מעשית ויישום

3. התנסות פעילות בניווט ספורטיבי לפי זמנים - התנסות בדיוק וזריזות.

4. סיכום היחידה ביום אתגרי - ניווט ספורטיבי במגרש ומספר גדול יותר של תחנות ביקורת.

ציוד דרוש:

40 בקבוקי ליטר וחצי

מדבקות אותיות בשלושה צבעים

כלי כתיבה

מפות של שלושה מסלולים באולם

מדבקות בשלושה צבעים של המסלולים לכרטיסיות ולמפות

כרטיסיות ביקורת

לוח אם (עם תוצאות המסלולים)

לשיעור הראשון- כיתה עם מחשב ומקרן להקרנת סרטונים בנושא ניווט ספורטיבי

שיעור 1: היכרות

- הצגת הנושא והרקע התיאורטי.
- הקרנת סרטונים בנושא הניווט הספורטיבי.
- התייחסות במהלך הקרנת הסרטונים למיומנויות הדרושות:
ריכוז, דיוק, זריזות, התמצאות במרחב, ראייה מרחבית,
תוך קיום הערכים הבאים:
- התחשבות בזולת, סבלנות, כבוד, שיתוף פעולה במקרה של עבודה בזוגות, פירגון והערכה של האחר, לנצח ולהפסיד בכבוד.
- הצגת נושא יחידת הלימוד בפני הבנות, כאשר היחידה תתקיים באולם הספורט לפי הנתונים (אולם וקווי המגרש), והאמצעים העומדים לרשותנו (בקבוקי ליטר וחצי, מפות שהכנתי של האולם).

שיעור 2: היכרות ויישום הפעילות

שיעור זה מפורט בהרחבה באמצעות הנספחים המצורפים בפרק הנספחים.

- חזרה על הניווט הספורטיבי לפי הנלמד בשיעור הקודם.
- הצגת מפת האולם ומקרא המפה - נקודת מוצא, נקודת סיום, מיקום לוח האם.

מהלך השיעור:

הבנות יוצאות אל מחוץ לאולם ומוזנקות לריצה בהפרש של 10 שניות בין תלמידה לתלמידה, תוך המתנה בסבלנות וכבוד אחת לשנייה. כל בת שנכנסת מקבלת מפה, כלי כתיבה וכרטיסיית ביקורת, ומתחילה את הפעילות:

- הגעה אל תחנת הביקורת הראשונה, איסוף האות מאותה תחנה בצבע המסלול שלה ומעבר לתחנה השנייה, וכך הלאה מעבר בכל 16 תחנות הביקורת.
- הגעה אל לוח האם בתום השלמת המסלול ובדיקת הצלחת המעבר בין כל תחנות הביקורת.
- במידה וקיימות טעויות, הבת מבצעת תיקון טעויות כדי להבין ולהפנים את הניווט.
- במידה והבת הצליחה, היא מוסרת את המפה עם המסלול שסיימה ומקבלת מפה בצבע אחר. בסופו של השיעור כל בת השלימה ניווט של 3 מסלולים שונים בעלי 16 נקודות ביקורת.
- במהלך הפעילות הבנות מקבלות חיזוקים חיוביים על עבודה נכונה, חזרה על עקרונות הניווט ואיזכור בקול של הבנות שהצליחו להשלים מסלול בהצלחה.
- מתאפשר לי גם לעזור לבנות שמתקשות עם הבנת הניווט וקריאת המפה והבנת הדרישות.

- איזכור בקול של בנות שמגבירות קצב ומתחילות לרוץ וחזרה על המשמעות הספורטיבית בענף זה- זריזות, העלאת הדופק וספרינטיים.
- סיכום השיעור- מפגש בשיעור הבא לפעילות עם מדידת זמנים

שיעור 3: התנסות בניווט ספורטיבי- לפי זמנים. הבנת העיקרון שהפעילות נעשית בזריזות.

חזרה על מבנה השיעור והמטרות בקצרה, והתייחסות להתפתחות היחידה -

- מספר רב יותר של תחנות ביקורת - 22 תחנות ביקורת.
- מדידת זמנים בניווט ספורטיבי - לאחר שהכירו ויישמו את הנושא, הדגש בשיעור זה, הוא על זריזות תוך שמירה על עקרונות הניווט.
- ניווט במגרש - מקום חדש, מפה חדשה, מרחב חדש להתמצא בו.

סיכום השיעור- חיזוקים על הפנמת הנושא והפעילות של הבנות.

תיאום ציפיות לשיעור האחרון - שיעור המסכם את יחידת הניווט הספורטיבי כיום ספורט לחטיבת הביניים והפעילות בניווט כחלק מיום הספורט.

שיעור 4: שיעור מסכם יחידה - 40 דקות פעילות לכל שיכבה

הניווט מתקיים באולם כחלק מיום ספורט של חטיבת הביניים.

באולם יש 32 תחנות ביקורת, הפעילות היא בזוגות ונמדדים זמנים.

בסיכום היום ספורט, במפגש המסכם, מצוינת הכיתה בה הבנות ביצעו את הניווט בזריזות המרבית ונעשית חזרה על דגשים בערכים שהתקיימו ביחידה זו, בניווט ובפעילות שהתקיימה.