

## תהליכי עיבוד מידע וקבלת החלטות במישחקי כדור: הפן המעשי

### מבוא

במישחקי הכדור והמחבט, כגון כדורסל, כדורעף, כדורגל, טניס, סקווש ואחרים, נדרש השחקן לשלוט במיומנות מוטורית מסוימת ואף לבצע מיומנות זו בסביבה דינאמית, שבה עליו לעבד מידע ולקבל החלטות (סינגר, 1995). כללית ניתן לומר שטכניקת הביצוע של המיומנויות המוטוריות במישחקי כדור אינן מסובכות ומורכבות במיוחד, אך העובדה שהן מבוצעות בסביבה דינאמית, המחייבת את המבצע ליישם הליכים חשיבתיים מסוימים, היא זו שעושה את המיומנויות מורכבות ומסובכות יותר.

ספרות הלמידה המוטורית והפסיכולוגיה של הספורט דנה בהרחבה במהות התהליכים המעורבים בעיבוד מידע וקבלת החלטות (כגון: מרטניוק, 1976; טננבאום ובר-אלי, 1993), בעיקר בהיבטים התיאורטיים של תהליכים אלו. במילים אחרות, ניתן למצוא בספרות הסברים על שרשרת של תהליכים המתרחשים במהלך המישחק, מרגע הופעת הגירוי (כגון: כדור, חבר לקבוצה, יריב) ועד לביצוע המוטורי של מיומנות מסוימת (כגון: קליעה לסל, בעיטה לשער או הנחתה). שרשרת תהליכים אלו מתרחשת במהירות רבה (חלקיקי שנייה), ובסיומה ניתן להעריך אם השחקן קיבל החלטה נכונה שהובילה לביצוע איכותי, או שמא הוא קיבל החלטה שגויה, שהתבטאה בכישלון הביצוע. אנשי שדה כגון מורים ומאמנים ואנשי תיאוריה כמו חוקרים בלמידה מוטורית טוענים שקבלת החלטה נכונה בסביבת ביצוע דינאמית היא שתקבע, בסופו של דבר, את איכותו של הביצוע המודגם במהלך המישחק.

אחת השאלות שמעלים

מאמנים בענפי ספורט שונים ומורים לחינוך גופני היא, אם ניתן לאמן את הלומד הצעיר בתהליכים של עיבוד מידע וקבלת החלטות במישחקי כדור. ברור לכול שההיבט הטכני של מישחקי כדור זוכה לתשומת-לב רבה מצד מאמנים ומורים, וניתן למצוא בספרות המקצועית חומר רב על שלבי לימוד, תרגילי עזר ותרגילי הכנה של מיומנויות מוטוריות רבות. לעומת זאת, המעוניין לאתר פעילויות ותרגילים שבמרכזם תהליכים של עיבוד מידע וקבלת החלטות ייתקל בקשיים רבים. אמנם ישנם מאמרים המתמקדים בפן המעשי של שרשרת עיבוד המידע (כגון: אברנתי, 1995; היל, 1991), אולם עיון במקורות אלו מגלה דוגמאות מעטות בלבד לתרגול מעשי של תהליכי עיבוד מידע וקבלת החלטות במישחקי כדור.

מטרתו של מאמר זה היא להציג מגוון של פעילויות, הן לגיל הצעיר והן לגיל בוגר יותר, המעמידות במרכזן **תרגול של תהליכי עיבוד מידע וקבלת החלטות**. פעילויות אלו הן פשוטות לביצוע, וניתן להפעיל בהן מספר רב של משתתפים. הפעילות לגיל הצעיר היא כללית יותר באופיה, אם כי מזכירה את עולם התוכן של מישחקי הכדור השונים, והפעילות לגיל הבוגר לקוחה

ישירות ממישחקי הכדור. בטרם נציג את הפעילויות השונות נתאר בקצרה את השלבים השונים בשרשרת עיבוד המידע, תוך מתן דוגמאות ממישחקי כדור.

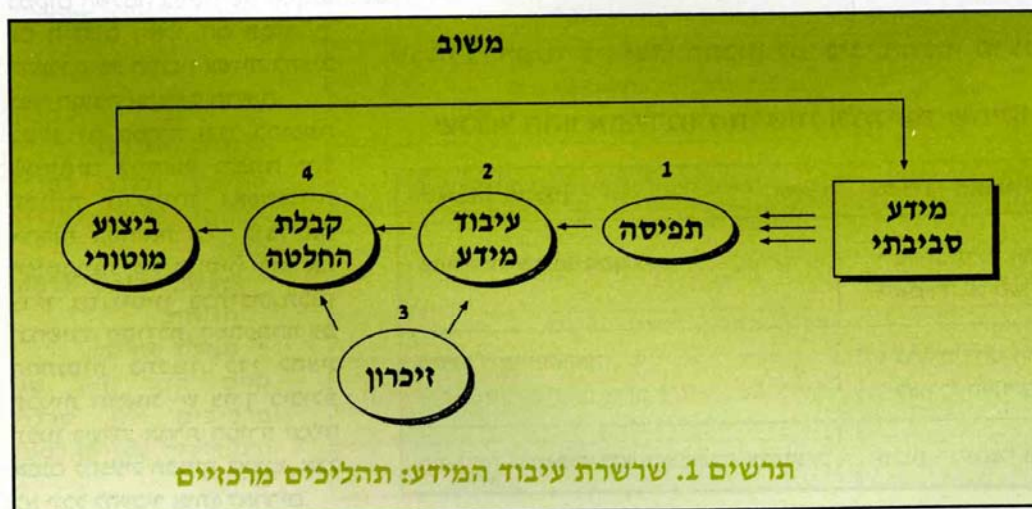
### שרשרת עיבוד המידע

שרשרת עיבוד המידע כוללת ארבעה תהליכים, המתרחשים בין השלב שבו נחשף השחקן ל**מידע סביבתי** לבין השלב שבו הוא מבצע את המיומנות המוטורית, קרי, שלב ה**ביצוע המוטורי**. ארבעת התהליכים המרכזיים בשרשרת עיבוד המידע הם:

- \* תפיסה
- \* עיבוד מידע
- \* זיכרון
- \* קבלת החלטה.

**תרשים 1** מתאר את שרשרת עיבוד המידע, החל משלב ההיחשפות למידע סביבתי וכלה בשלב הביצוע המוטורי.

כל אחד מארבעת התהליכים המרכזיים בשרשרת עיבוד המידע קשור בשני, אולם כל תהליך עומד בפני עצמו. כדי לקבל החלטה טובה, על השחקן להפיק את המרב מכל תהליך ותהליך, כמו גם להעביר את



**תרשים 2** מציג דוגמאות יישומיות של השלבים השונים בשרשרת עיבוד המידע. במהלך המישחק או בקטע מסוים שלו, השחקן קולט פרטים ראשוניים על מיקום שחקן ההגנה, על המרחק בין שחקן ההגנה לבין ועל מיקום הכדור. סביר להניח שחלק מגירויים אלו יעברו בשרשרת עיבוד המידע ויסייעו לשחקן לקבל החלטה נכונה. בשלב התפיסה, השחקן מעצב לעצמו תמונה ויזואלית מפרטי מידע אלו, שנחשפו אליו במהלך המישחק. הוא יוצר לעצמו תמונה, המתבססת על מספר גירויים הקשורים למצב הייחודי שנוצר במישחק. בשלב עיבוד המידע, השחקן מגבש לעצמו מספר אפשרויות שהוא יכול להסתייע בהן בעת קבלת ההחלטה. הוא בוחן את המצב שנוצר ושואל עצמו מה הוא יכול לעשות. סביר להניח שיש בידיו מספר אפשרויות פוטנציאליות של ביצוע. מביניהן קיימת אחת, שבסופו של דבר תיבחר על-ידי השחקן. אפשרות זו היא ההחלטה שמקבל השחקן במהלך המישחק, והיא שמובילה לביצוע המוטורי. לדוגמה, השחקן מודע לאפשרויות העומדות בפניו במישחק הכדורסל: כדור, מסירה וקליעה. לכל אפשרות יתרונות וחסרונות. לבסוף, השחקן מחליט על ביצוע של שינוי כיוון קדמי (כדור) כתגובתו הבאה. אם הצליח לעבור את יריבו, הרי קיבל החלטה נכונה. אם נכשל, סביר להניח שבחר בפתרון הלא-

בזיכרונו מאירועים בעבר, כגון ממישחקים או מאימונים קודמים. בכל מקרה, פיסות מידע שקודדו בזיכרון עוזרים לשחקן לקשר בין אירועי ההווה לאירועי העבר. לעתים, פעולה מוטורית שהשחקן ביצע בעבר ושעזרה לו ליצור יתרון במישחק עשויה לסייע לו שוב במקרה דומה. לפיכך הוא נזכר באירוע שהתרחש בעבר, והוא מעוניין ליישמו בהווה.

בהקשר זה ניתן לציין, שלשחקן הוותיק והמנוסה יתרון על עמיתו הצעיר, שכן הוא איכסן בזיכרונו מקרים רבים שהוא חווה בעבר ושעשויים לעזור לו ליעל, לקצר ולהשביח את תהליך קבלת ההחלטות.

**קבלת החלטה (Decision Making).** בתום תהליך עיבוד המידע נדרש השחקן לקבל החלטה, שתוביל אותו לבצע מיומנות מוטורית מסוימת. ההחלטה מתבססת על עיבוד המידע הרלוונטי לסביבת הביצוע ועל השימוש בזיכרון.

במילים אחרות, השחקן מעבד מידע מתוך מצב המתרחש במישחק, ומביא בחשבון אירועים דומים שהתרחשו במצבי מישחק קודמים. איכות ההחלטה שהשחקן מקבל מתבטאת למעשה בהצלחה/כישלון של הביצוע המוטורי, בהנחה שלשחקן יכולת טכנית משביעת רצון. קבלת החלטה נכונה תסייע לו להצליח בביצוע המוטורי, וקבלת החלטה שגויה עלולה להתבטא בכישלון.

פיסות המידע ביעילות משלב לשלב. איכות המעבר של פיסות מידע שנקלטות מהסביבה, דרך שלב התפיסה, עיבוד המידע, הזיכרון וקבלת ההחלטות, משפיעה על איכותו של הביצוע המוטורי, קרי, על איכותה של קבלת ההחלטה. להלן תיאור קצר של כל אחד משלבי שרשרת עיבוד המידע.

**תפיסה (Perception).** בשלב זה השחקן נחשף לאירועים המתרחשים בסביבתו הקרובה. הוא מעצב לעצמו תמונה של המתרחש, בעיקר בעזרת מידע המגיע דרך מערכת הראייה. ללא ספק, חוש הראייה הוא החשוב ביותר בתהליך קליטת המידע, שכן החושים האחרים כגון חוש הריח וחוש השמיעה אינם מספקים (כמעט) מידע רלוונטי לשחקן. בשלב זה השחקן בונה לעצמו תמונת מצב, שלפיה יידרש לעבד מידע מסוים ולהגיב בהתאם.

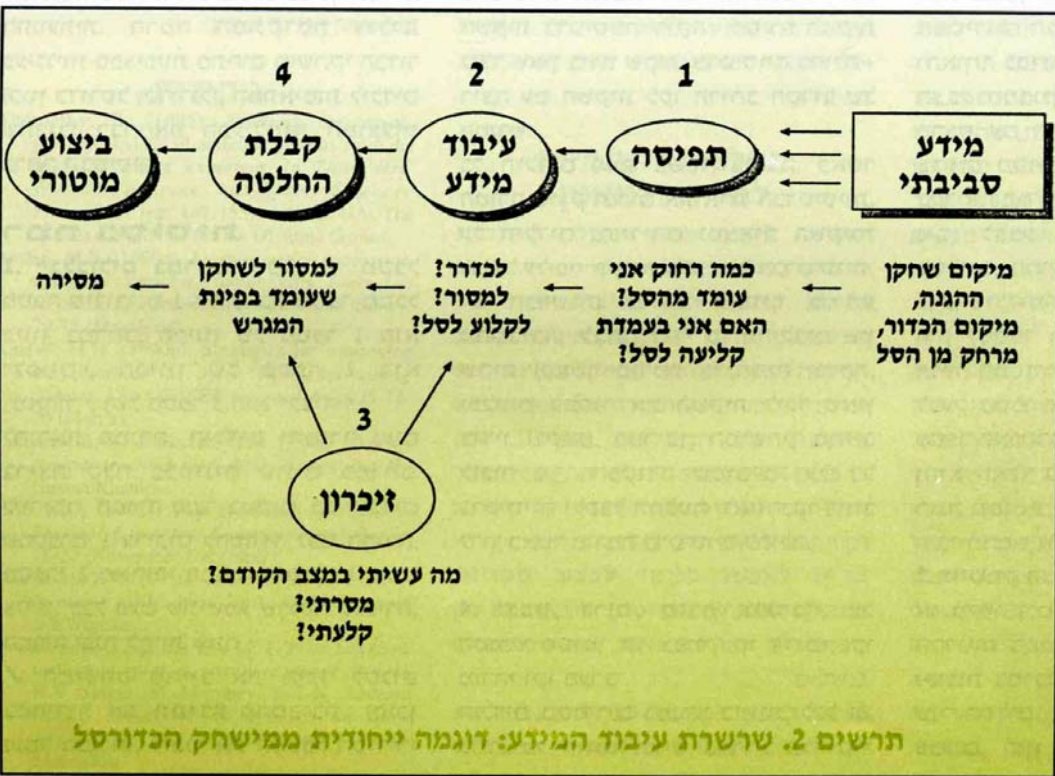
**עיבוד מידע (Information Processing).**

בשלב זה השחקן מסנן את פיסות המידע הרלוונטיות ביותר לביצוע. הוא קולט את הגירויים הסביבתיים החשובים לו ביותר, ומתעלם מהגירויים שהוא אינו יכול להסתייע בהם לצורך קבלת ההחלטה. בדרך כלל השחקן מתמקד בשניים עד שלושה גירויים, כגון כדור המישחק, שחקן יריב וחבר לקבוצה,

כדי להעריך "באיזה מצב הוא נמצא", ואז לקבל החלטה בדבר הצעד הבא שעליו לנקוט. תהליכי מיקוד הקשב ופיצולו מסייעים לשחקן לעבד מידע כנדרש. תהליך מרכזי נוסף שמסייע לשחקן לעבד מידע ולקבל החלטה נכונה הוא הזיכרון.

**זיכרון (Memory).**

מערכת הזיכרון מתחלקת למספר מנגנונים, כגון זיכרון לטווח קצר, זיכרון לטווח ארוך, זיכרון פעיל ועוד. במישחק כדור השחקן מפעיל את זיכרונו, בעיקר הזיכרון המאחסן מידע לטווח קצר. לעתים הוא משתמש בפיסות מידע שאיכסן



העברת הכדור מאחד לשני. מותר לגלגל את הכדור (ביד או ברגל), למסור או להקפץ. כאשר המורה מכריז על אחד מכיווני שושנת הרוחות (לדוגמה "צפון"), על בני-הזוג להגיע במהירות לקו הצפוני ולהניח עליו את הכדור. כל זוג וכל אחד מבני-הזוג רשאי לבחור את אופן העברת הכדור מאחד לשני. **אסור להתקדם עם הכדור כשהוא מוחזק ביד.**

✓ המישחק מחייב לאסוף מידע מהסביבה, להבחין היכן נמצא בן-הזוג (בין כל שאר הילדים שנעים בשטח). כמו כן, המישחק מחייב להתמצא במרחב במהירות ביחס "לשושנת הרוחות" ולקבל החלטות ביחס לאופן העברת הכדור מאחד לשני, מבלי לאבד את הכדור.

### רמה מתקדמת כדורסל

1. מישחק "עשרים ואחת" צבעוני: שתי קבוצות, בנות שישה שחקנים כל אחת, מפוזרות במחצית אחת של המגרש. כל שני שחקנים קרויים על שם צבע מסוים, למשל: אפור, צהוב ורום. בכל אחת משתי הקבוצות נחלקים הילדים לשלושה זוגות של צבעים, בהתאם לצבעים שנבחרו. קבוצה אחת אוהזת בכדור, ומטרתה להגיע לעשרים ואחת מסירות בלא שהיריבה הצליחה לחטוף ממנה את הכדור. חל איסור כדור, או "צעדים" באחיזת הכדור. מותר לנוע באופן חופשי ללא כדור. אגב ביצוע המסירות המורה יצק שם של צבע, והאוהז בכדור חייב יהיה למוסרו לבעל הצבע המבוקש. יש גם אפשרות לשחק מראש עם הוראת מסירות על-פי מפתח צבעים מסוים, שהמורה רשאי לשנותו בקריאה תוך כדי מהלך המישחק.

ניתן לבצע מישחק זה גם על יסוד מספרים, המוענקים לילדים על-פי סדר רץ: 1, 2, 3 וכדומה. בתחילה תותר המסירה אך ורק למספר הבא בתור, ובשלב מתקדם תותר המסירה לבעל מספר אחד יותר וכן לבעל מספר אחד פחות; משמע - יורחב מספר האפשרויות העומדות לרשות המוסר, והוא ייאלץ לקבל החלטה תחת לחץ של הגנה וזמן אמיתי, שכן אסור לאחוז בכדור יותר מחמש שניות ברציפות בלי למוסרו.

2. מישחק הצבעים: מישחק כדורסל שלם, או מישחק מסירות בלבד. שתי קבוצות הקרויות בשמות צבעים, כגון שחור ולבן, ניצבות במרכז המגרש סביב עיגול האמצע. שני הסלים קרויים אף הם בשמות של צבעים, כגון אדום וירוק. המורה ניצב

שלו ואת המיקום במרחב (ביחס למורה) המשתמע מהמספר שלו.

2. "צבעי הקשת": במגרש מפוזרים חישוקים בצבעים שונים: כחול, ירוק, אדום צהוב. מכל צבע מספר חישוקים. במרכז המגרש מסומן שטח מתוחם (גודל השטח המתוחם בהתאם למספר המשתתפים), ובתוכו מונחים כדורי ספוג בצבעים זהים לצבעים של החישוקים. מספר הכדורים כמחצית ממספר הילדים. על הילדים לגלגל ביניהם את הכדורים בעזרת כף היד, בתוך התחום המסומן (אסור לאחוז בכדור ואין "כדור שלי ושלך").

בהישמע שריקת המורה, כל ילד שברשותו כדור (בעת השריקה), יקח אותו בזריזות מְרֵבִית ויעביר אותו לאחד החישוקים שצבעו זהה לצבע הכדור שבידו. מנצח הילד שיגיע ראשון עם הכדור לחישוק ויישב לידו.

✓ המישחק מחייב לאסוף מידע מהסביבה (היכן נמצא חישוק בצבע זהה לכדור שבידו) ולקבל בזריזות החלטה, לאיזה מהחישוקים כדאי להגיע כדי להיות ראשון.

3. "פקודות משתנות": מחצית מהילדים אוהזים בידיהם שקית חול (או שעועית). בידי המורה כרטיסיות בצבעים שונים. כל צבע מסמן פקודה להוראת ביצוע שונה: כרטיסייה אדומה - זריקה ותפיסה של השקית. כרטיסייה ירוקה - מסירת השקית לילד שאין בידו שקית. כרטיסייה כחולה - ריצה עם השקית לקו הרוחב הקרוב של המגרש.

כל הילדים נעים בשטח בריצה. כאשר המורה שורק ומרים את אחת הכרטיסיות, על הילדים שבידיהם נמצאות השקיות לפעול על-פי "פקודת צבע" של הכרטיסייה.

✓ המישחק מחייב לאסוף מידע מהסביבה, לבחון בידי מי מהילדים אין שקית (כאשר מורמת כרטיסייה ירוקה, ועליהם למסור את השקית לילד שאין בידו שקית). כמו כן, המישחק מחייב לזכור מהי הפקודה שמופיעה על כל כרטיסייה ולקבל החלטה לאיזה קו רוחב לרוץ כאשר מורמת כרטיסייה כחולה.

4. "צפון, דרום, מזרח ומערב": על המגרש מסומן קו צפוני, קו דרומי, קו מזרחי וקו מערבי. הילדים מסודרים במגרש בזוגות, לכל זוג כדור. כל הזוגות נעים במרחב תוך כדי

נכון, ולכן נכשל בביצועיו. השחקן עשוי להפיק תועלת מאיכות הביצוע המוטורי ולהשתמש במשוב הנובע מהביצוע כדי לקלוט טוב יותר את המידע הסביבתי. ההתנסות בתהליכים של קבלת החלטות תשפר את יכולת הלומד לקלוט מידע ולעבדו ביעילות.

ניתן לתרגל שלבים מרכזיים אלו בשרשרת עיבוד המידע. כמו בכל פעילות אחרת יש לבחור את הפעילויות המתאימות, כאלו המעמידות במרכזן תהליכים חשיבתיים. בחלקו הבא של המאמר יוצגו פעילויות כאלה לגיל הצעיר ולגיל הבוגר.

### כיצד ניתן לתרגל תהליכי עיבוד מידע וקבלת החלטות?

מטרתם של מישחקוני הכנה והפעלה בהוראת מישחקי הכדור הגדולים היא לתרגל קבלת החלטות בזמן אמת. המישחקונים בנויים על שינויים, שניתן לערוך ביסודות החינוך הגופני, ובעיקר ביסודות הזמן והמרחב, כדי ליצור מצבי מישחק מְאִתְגָרִים, המאלצים את המשתתפים לקבל החלטות כל הזמן. במאמר זה מפורטים תרגילים המתאימים לשתי רמות: רמה בסיסית ורמה מתקדמת. הרמה הבסיסית כוללת פעילויות כלליות לילד בגיל הצעיר, המתנסה בגרייה חשיבתית בנוסף לגרייה התנועתית. הרמה המתקדמת כוללת פעילויות ספציפיות מתחום מישחקי הכדור (כגון כדורסל וכדורגל), המתאימות לילדים שתרגלו כבר את הפעילויות המוצעות ברמה הבסיסית.

### רמה בסיסית

1. "בלבולים במרחב": כל ילד מקבל מספר סידורי מ-1 עד 3. כל מספר מקבל כיוון במרחב. הכיוון של מספר 1 הוא "לפנים", הכיוון של מספר 2 הוא "מאחורי", ושל מספר 3 הוא "לצידי". להוראת המורה, הילדים והמורה נעים בריצה קלה בכיוונים שונים במרחב. לשריקה, המורה נעצר במקום. כל הילדים שמספרם 1 צריכים להסתדר לפני המורה, מספר 2 מאחורי המורה ומספר 3 משני צידו. בכל פעם שתישמע שריקה לעצירה, המורה יפנה לחזית שונה.

✓ המישחק מחייב את הילד לקלוט במהירות את המידע מהסביבה (היכן נעמד המורה), לזכור את המספר הסידורי

להעריך את התהליך שבו התקבלה החלטתו.

יש להדריך את הלומד כיצד למקד קשב בגירוי אחד ולפצלו בין גירויים אחדים. מיקוד הקשב ופיצולו הם תהליכים מרכזיים במישחקי כדור, ותרומתם רבה לתהליכי עיבוד מידע וקבלת החלטות.

יש לשנות את סביבת הביצוע במהלך האימונים/שיעורים כדי שהלומד יידרש לקבל החלטות שונות, תוך מיקוד או פיצול הקשב בגירויים שונים.

יש לבחון מדי פעם את יכולתו של הלומד לזכור פריטים הקשורים לסביבת הביצוע.

יש לגוון את התרגילים באימון/שיעור ולהציגם בפני קבוצת הלומדים בסדר אקראי כדי ליצור אצלם חשיבה דינאמית. חשיבה זו, סביר להניח, תוביל את הלומד ליעל תהליכים של קבלת החלטות.

לסיכום, יש לחשוף את הלומד למגוון רחב של פעילויות, שבהן יידרש לעבד מידע מהסביבה ולקבל החלטות בדבר ביצועיו המוטוריים. יש לחשוף את הלומד לסביבה עתירת גירויים, שבאמצעותה יספר את יכולתו למקד/לפצל את הקשב, לעבד מידע רלוונטי לביצועים מוטוריים ולקבל החלטה נכונה. תרגול הליכי חשיבה אלו כבר בגיל צעיר עשוי לסייע ללומד לרכוש בדרך טובה יותר מיומנויות מוטוריות במישחקי כדור שונים.

## מקורות

- Abernethy, B. (1995). Training the usual-perceptual skills of athletes: Insights from the study of motor expertise. In *Third IOC World Congress on Sport Sciences Proceedings* (pp. 147-155). Atlanta, GA: The Atlanta Committee for the Olympic Games.
- Anshel, M.H. (1990a). An information processing approach to teaching motor skills. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 70-75 (May-June).
- Anshel, M.H. (1990b). Strategies for improving the retention of sport skills for young athletes. *The ACHPER National Journal*, 22-26 (March).
- Christina, R.W., & Corcos, D.M. (1988). *Coaches guide to teaching sport skills*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hill, K.L. (1991). Pay attention! *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 18-20 (November-December).
- Marteniuk, R.G. (1976). *Information processing in motor skills*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Tenenbaum, G., & Bar-Eli, M. (1993). Decision making in sport: A cognitive perspective. In R.N. Singer, M. Murphey, & L.K. Tennant (Eds.), *Handbook of research on sport psychology* (pp. 171-192). New York: Macmillan.

ומשהצליחה תנסה היא בתורה להחזיק בכדור. כדי להכניס למישחק יסוד תחרותי אפשר לקבוע כי קבוצה, שהצליחה למסור שלוש מסירות רצופות, או לחלופין, לשמור על הכדור במשך חצי דקה מבלי לאבדו, תזכה בנקודה. בהתחלה רצוי לתרגל ביתרון מספרי של "מתקיפים", ובמהלך הזמן להשוות את מספר השחקנים. כמו כן, מקובל להשתמש במישחק זה בתפקיד ה"גיוקר". ה"גיוקר" הוא תלמיד עודף הנמצא במגרש; הוא משתף פעולה תמיד עם הקבוצה שברשותה הכדור, וכך מאפשר לה יתרון מספרי. משעובר הכדור לקבוצה היריבה עובר גם הוא אליה. במישחק זה יש תנועת שחקנים מתמדת וכן הנעת כדור מתמדת תחת לחץ; מצב המציב בפני השחקנים שפע של אתגרים לקבלת החלטות במישחק.

**2. מישחק רב-שערי:** שתי קבוצות פזורות במגרש ומשחקות בכדור אחד (גודל המגרש ייקבע לפי מספר השחקנים הכולל). במגרש מפוזרים שערים אחדים, וניתן להבקיע שער משני הכיוונים. בשלב מתקדם יוצבו השערים מחוץ לגבולות המגרש וסביבו, כך שאפשר יהיה להבקיע שערים רק בכיוון אחד. המישחק שבו מוצבים מספר שערים מספק אפשרויות רבות יחסית לקבלת החלטות במישחק, וכך מתרגלים השחקנים מיומנויות תנועה המצריכות יישום תהליכים של קבלת החלטות. בשלב מתקדם אפשר לנסות לשחק עם שניים ואפילו עם שלושה כדורים - מצב המגדיל את מספר ההחלטות שאפשר לקבל במישחק.

## המלצות יישומיות למורה ולמאמן

תהליכי עיבוד מידע וקבלת החלטות עומדים במרכזם של מישחקי הכדור. אמנם קיימת חשיבות רבה לביצוע הטכני של המיומנות, אולם יש להבין שלא קבלת החלטה נכונה, הלומד לא יוכל להדגים את יכולתו הטכנית. על המורה והמאמן להביא בחשבון את ההמלצות הבאות, אם ברצונם לשפר את יכולת החשיבה אצל חניכיהם (אנשל, 1990 a,b; קריסטינה וקורקוס, 1988; היל, 1991).

יש לאפשר ללומד לבצע טעויות במהלך הביצוע, שכן ניתן ללמוד לא רק מביצועים נכונים אלא אף מביצועים כושלים.

יש לאפשר ללומד לבחור בעצמו את ההחלטה הקשורה בביצוע ולאפשר לו

במרכז עיגול האמצע והכדור בידיו. הוא יתחיל את המישחק בזריקת ביניים כלפי מעלה, ואגב זאת יקרא בשם הקבוצה התוקפת, כלומר יקרא בצבעה, ומיד לאחר מכן יכריז על צבע הסל, שלעברו הקבוצה המקבלת את הכדור צריכה לתקוף. מישחק כזה מאלץ את השחקנים לקבל החלטה מהירה באשר להתארגנותם בהתקפה או בהגנה, בהתאם לקריאת המורה, וכן עליהם להתארגן בזמן אמיתי באשר לכיוונים שבהם מתנהל המישחק.

**3. מישחק כדור ומסירה:** מישחק המיועד לעשרה שחקנים על מחצית מגרש הכדורסל: ארבעה בעלי כדור, שני מגינים וארבעה "נמענים", הניצבים בארבע פינות של מחצית המגרש. לשריקת המורה יתחילו ארבעת האוחזים בכדור לכדור בשטח מחצית המגרש, תחת לחץ השמירה של שני המגינים. לשריקה הבאה המכדורים יעצרו וינסו למסור את הכדורים, תוך כדי התגברות על הפרעת המגנים, לאחד מארבעת ה"נמענים" הניצבים בפינות המגרש (מותרות אך ורק מסירת חזה ומסירה בהקפצה). המסירה מותרת אך ורק למי שטרם קיבל כדור, משמע אסור למסור שני כדורים ל"נמען" אחד.

המישחק אוכף על הילדים לקבל החלטה מהירה תחת לחץ, שכן מי שהצליח למסור בתוך שלוש שניות מרגע הישמע השריקה זוכה בחמש נקודות. מי שבתום שלוש שניות מחזיק עדיין בכדור אינו זוכה בנקודות. מי שאיבד את הכדור אגב הכדור, או שהכדור נחטף ממנו תוך כדי מסירתו, מאבד שלוש נקודות ממכסתו. מי שמסר את הכדור בלא כתובת, מחסירים חמש נקודות ממכסתו. בשלב מתקדם אפשר לשחק את המישחק עם ארבעה-עשר שחקנים: חמישה מכדורים, ארבעה מגינים וחמישה "נמענים".

## כדורגל

**1. מישחק המסירות** (מישחק של שליטה בכדור, הדומה בעקרונותיו למישחק "עשרים ואחת"): שתי קבוצות וכדור אחד. מטרת המישחק היא לשמור על הכדור, תוך כדי תנועה וחילופי מקומות במגרש. חברי הקבוצה היריבה מנסים לחלץ את הכדור מרגלי השולטים בו. גודל המגרש ייקבע על-פי מספר המשתתפים ורמת שליטתם בכדור. מכל מקום, רצוי שהמגרש יהיה כגודל מגרש כדורסל, וישחקו חמישה שחקנים מול חמישה. הקבוצה היריבה מנסה, כאמור, לחלץ את הכדור,