

## ”תרנגול כפרות”

### סדרה מתפתחת של משחקוני הכנה ללימוד החלפת מסירות בתנועה בגיל הצעיר

מגיש: ד”ר איציק רם

- **הכנה:** הליכה בשטח המגרש בכיוונים ובמהירויות שונות וביצוע שינויי כיוון ושינויי מהירות לסירוגין. כנ”ל בריצה. פיזור שטיחונים בשטח יאפשר תרגול קונקרטי ע”י דריכה ושינויי כיוון.
  - משחק תופסת בעזרת ”מקלות מתנפחים”. התופס אוחז ”מקל” בידו ומורשה לחבוט רק בצד האחורי של רגלי הנרדפים (ירך או שוק). לאחר שפגע, הוא מניח את המקל על הקרקע והתופס החדש מרימו, סופר בקול עד שלוש ומתחיל במרדף מחודש. במהלך הזמן מוסיפים בהדרגה שני תופסים.
  - תנועה חופשית ועצירה על פי סימן מן המורה. כול משתתף נעמד על שטיחון לסימון מקומו.
  - לכול אחד כדור ספוג והוא מתרוצץ בין השטיחונים, כשהוא אוחז בכדורו. אגב התנועה יונפקו הוראות לפעולה עם הכדורים, כגון ”גלגל את הכדור בין השטיחונים”, או ”הקפץ את הכדור חמש פעמים על השטיח שלך”, ”עמוד על השטיח וזרוק את הכדור כלפי מעלה ברצף” וכיוצא באלה.
  - מתארגנים בזוגות על פי מידת הקירבה בשטח. נעים במרחב תוך כדי העברת הכדור בין בני הזוג במסירות חופשיות. בהשמע השריקה, מפסיקים את החלפת המסירות ורצים אל השטיחונים, נעמדים עליהם והאוחז בכדור מנסה למסור אותו לחברו ממרחק מבלי שהכדור יפול על הקרקע.
- פרק עיקרי: התכליות הלימודיות:** יצירת מרחב, מסירה ותנועה, סבסוב, מרדף, סימון מטרת שמירה והיצמדות אליה. הפעילות כולה מתבצעת עם תרנגול מגומי שקל יחסית לזורקו ולתופסו.
- שלב ראשון:** לשחקנים מותר לנוע עם התרנגול באופן חופשי ולמסור אותו מכול טווח שהוא. אסור להעביר את התרנגול מיד ליד באופן ישיר. כול קבוצה מנסה בתורה לצבור כמה שיותר מסירות.
- שלב שני:** לשחקנים מותר לנוע עם התרנגול שלושה צעדים בלבד ולמסור אותו מכול טווח שהוא. המטרה היא להעביר את הכדור ארבע פעמים ברצף בין חברי הקבוצה. כול הצלחה כזו מעניקה נקודה לקבוצה המבצעת. לאחר הצלחה בצבירת נקודה מעבירים את התרנגול לרשות היריבים.
- שלב שלישי:** אותה המשחק רק שכעת מותר לבצע רק שני צעדים באחיזת התרנגול ואסור להחזיר את התרנגול למוסרו.
- שלב רביעי:** כלל שני הצעדים נשאר בתוקפו ומגדילים את מספר המסירות שביצוען ברצף מעניק נקודה לחמש ואסור לאף שחקן לתפוס את התרנגול פעמיים בסדרת משחק אחת.
- שלב חמישי:** משחק ”העבר תרנגול מעבר לקו הגבול”. כול קבוצה מתחילה באחד מצדדי המגרש ומטרתה היא להחליף מסירות בתנועה ולמסור את התרנגול בהצלחה לאחד מחברי הקבוצה, המתייצב מעבר לקו הרחוב של הקבוצה היריבה.
- שלב שישי:** כמו השלב החמישי, אלא שכדי לצבור נקודה יש לבצע מסירה נוספת אחת לפחות בין חברי הקבוצה מעבר לקו הרחוב של הקבוצה היריבה.
- שלב שביעי:** "Put the chicken in the kitchen" (ובעברית: "שים את הכרייס" על הכרייס", או לחילופין "החזר את התרנגול למכול") : מעבר לקו הרחוב של כול קבוצה מונחים חמישה שטיחונים, או חמש צלחות פריסבי, כמסמני מרכזי בעירה בכרייס של גז. התנועה כמו בשלב חמש. מטרת המשחק היא להניח את התרנגול על אחת הצלחות. כול הנחת תרנגול מוצלחת מזכה בנקודה. כעת, תאסר הנחת תרנגול על צלחת שכבר "נכבשה" פעם אחת במהלך המשחק ומכאן

שהניקוד עשוי להגיע עד ספירת חמש בלבד. מבחינה ארגונית רצוי פשוט להסיר את השטיחון או צלחת הפריסבי שכבר נכבשו – עובדה שתמנע ויכוחים מיותרים עם התמשכות המשחק. ניתן לשחק משחק זה גם ללא שיוך מובהק של מטרות ההבקעה כלומר, כול קבוצה יכולה לכבוש מרכז בעירה בכול "כיריים" שהם בשני צידי המגרש ובלבד שלאחר מכן תותר "התקפה" רק אל הצד הנגדי.

**שלב שמיני:** שתי תרנגולות, או תרנגולת וכדור בו זמנית במגרש. זוכה הקבוצה הראשונה שמצליחה למסור ולתפוס את אחד החפצים מעבר לקו הרוחב של הקבוצה היריבה.

**שלב תשיעי:** כדי לזכות בנקודה יש למסור ולתפוס את שני החפצים מעבר לקו הקבוצה היריבה.