

שם המאמר: שיעור בכדורסל (3) מתוך יחידת

הוראה

שם המחבר: לירון שני

מקור: עבודת פרוטפוליו

תאריך: יוני 2001

תקציר: לימוד מסירות חזה ו-2/3, חזרה על כדרור..

מערך שיעור

שם הסטודנט: לירון שני שנה: ב' תאריך: _____

בית הספר: חביב ראשלי"צ כיתה: ו' מס' לומדים: כ-20

תאריך יום ההוראה המתוכנן: _____ מקום השיעור: אולם / חצר

שיעור מספר 3 מתוך 8 שיעורים.

נושא השיעור: לימוד מסירות חזה ו- 2/3, חזרה על כדרור..

תחום	יעדי הוראה	תכליות
גופני	לימוד מסירת חזה ו- 2/3 וחזרה על כדרור ביד ימין ויד שמאל.	הילד ילמד ויתרגל מסירת חזה ו- 2/3 מעמדת מוצא תוך ביצוע רכיבים חיוניים של המסירה (יישור ידיים, מבט למוסר, הוצאת כדור בתנופה ובכוח), יבצע כ-10 מסירות שוטפות עם בן הזוג ויחזור על כדרור ביד ימין וביד שמאל.
הכרתי	ידיעת מרכיבי המסירה הנכונה. ידיעת חוקים מחוקת הכדורסל. קבלת החלטות פעולה במשחקים.	הילד יסביר מהם מרכיבי המסירה הנכונה בכדורסל, ידע חוקים מחוקת הכדורסל (דאבל, צעדים, 3 שניות) ויתנסה בקבלת החלטות פעולה במשחקים לפחות 3 פעמים.
חברתי ריגוש מוסרי	שיתוף פעולה בזוגות ובקבוצות	הילד ישתף פעולה בתרגולים ובמשחקים בשיעור עם בן זוג / קבוצה ע"י מסירות מאחד לשני, תיקון טעויות, עזרה הדדית לפחות 3 פעמים במהלך השיעור.

אופני בדיקת התכליות:

1. ביצוע נכון של המסירות והכדרורים במהלך השיעור.

2. שאלות ידע.

הציוד והעזרים הדרושים לשיעור: כדורסל לכל זוג, כ- 10 סרטי סימון, 4 קונוסים.

הערות ארגוניות: הקפדה על מבנה מסודר בשיעור, ארגון יעיל של התלמידים בזמן התרגילים

והמשחקים.

הערות בטיחות: הקפדה על סדר ומשמעת, מרחב פעולה בטוח (לא יהיו כדורים על הרצפה), הסבר


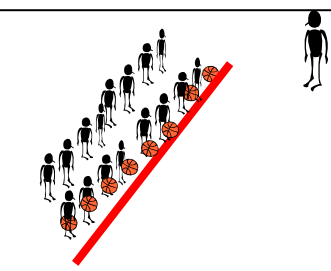
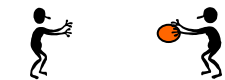
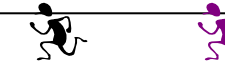
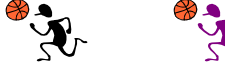





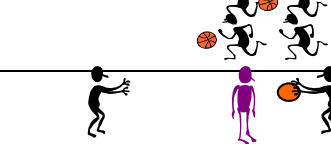
ברור על אופן ביצוע התרגילים והמשחקים, שמירה על קשר עים עם בן זוגי במשימות.

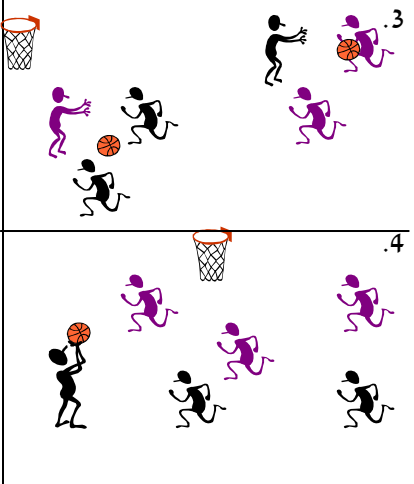
מיומנויות הוראה עליהן יושם דגש בשיעור: סדר ומשמעת, ארגון הלומדים, ארגון הציוד, מתן

משוברים רבים בשיעור, מתן הדגמות

ארגון הלמידה / סגנון ההוראה: ארגון: משתנה בהתאם לפעילות.

סגנון: חזרה, לימוד, תרגול ויישום במשחק.

הזמן	מגמה	המשימות	נקודות להדגשה	ארגון הלמידה	הערכה לאחר ביצוע
פתיחה (2 דקות)	הקראת שמות הקפדה על סדר	קבלת הילדים, ישיבה מולי, הצגת נושא השיעור, קביעת סימנים מוסכמים.			
שלב העוררות (10 דקות)	העלאת דופק, חזרה על כדור	<p>1. תופסת הקפצה – תלמיד אחד תופס. 4 תלמידים עם כדור ביד והם המצילים. תלמיד שנתפס עומד בפישוק. ההצלה מתבצעת ע"י הקפצת הכדור מאחור לפנים. לאחר ההקפצה הנתפס תופס את הכדור והופך למציל. מתחילים בתופס אחד ועוברים לכמה.</p> <p><u>לכל זוג כדור:</u></p> <p>2. כדור הלוך-חזור ביד ימין.</p> <p>3. כדור הלוך-חזור ביד שמאל.</p> <p>4. כדור הלוך בימין, חזור בשמאל.</p> <p>5. כדור הלוך-חזור תוך החלפת ידיים (מיד ליד).</p> <p>6. כדור ביד ימין, שמאל תוך תרגילי תנועה שונים: עקבים לישבן, דילוגים, צעדי רדיפה.</p> <p>7. שני בני הזוג במצב שכובת סמיכה תוך גלגול הכדור ביניהם. בשריקה אחד מבני הזוג קם ומכדרר מהר הלוך-חזור (ניתן גם במצב של כפיפות בטן).</p>	<p>1. חשוב להדגיש שמציל הופך לנתפס אם הציל ילד והילד שהציל הופך למציל.</p> <p>2-7. נועדו לבדוק את שליטת הילדים במיומנות הכדור.</p>	<p>1. בוצע והתאים לתלמידים.</p>  	
פרק אימון היציבה, התנוחה והתנועה (15 דקות)	הסבר, הדגמה ותרגול של מסירת חזה, 2/3.	<p>1. לימוד והדגמה ע"י המורה של מסירת חזה ו-2/3.</p> <p>2. בזוגות אחד מול השני- תרגול המסירות.</p> <p>3. בזוגות אחד מול השני- מסירות חזה. בשריקה מסירות.</p> <p>4. בזוגות אחד מול השני- מסירות חזה ו-2/3 לסירוגין.</p> <p>5. בזוגות ריצה תוך מסירות חזה ו-2/3 מאחד לשני.</p> <p>6. ב-4 טורים עורפיים בכל קודקוד של ריבוע עם הפנים לתוך הריבוע:</p> <p>א. 2 כדורים אצל טור א' וב' – מוסרים כדור אלכסונית ורצים לסוף טורם.</p> <p>ב. 2 כדורים אצל טורים א' וג' – מסירת חזה ימינה וריצה לסוף טורם.</p> <p>ג. 2 כדורים אצל טורים א' וג' – מסירת חזה ימינה וריצה שמאלה לסוף הטור או מסירת חזה שמאלה וריצה ימינה לסוף הטור.</p>	<p>בכל התרגילים חשוב לעבור ולתת משובים רבים לתלמידים.</p>	<p>2-4. </p> <p>5. </p> <p>6. </p> <p>א. </p> <p>ב. </p> <p>ג. </p> <p>ד. </p>	
פרק לימודי הישגי (15 דקות)	תרגול מסירות חזה ו 2/3 במצבי משחק.	<p>1. בזוגות - עומדים בשני טורים של זוגות (צד ימין של הסל וצד שמאל) – מסירות מאחד לשני. כשמגיעים לסל אחד מבני הזוג מבצע בלימה, עמדת מוצא וקליעה לסל. בן זוג השני לוקח ריבאונד והזוג עובר לטור הזוגות השני כדי לקלוע מהצד השני של הסל.</p> <p>2. "הטרף" – בשלוש-2 נגד 1. על שניים להתמסר במסירות חזה ו-2/3 בעוד השלישי באמצע מנסה לחטוף את</p>	<p>2-3. בתרגילים אלו על התלמידים להפעיל שיקול דעת ולהחליט איזו מסירה מתאימה לסיטואציה נתונה.</p>	<p>1. </p> <p>2. </p>	<p>בוצע בצורה טובה, הספק טוב, התלמידים תרגלו יפה.</p>

			<p>הכדור. במידה ומצליח, המוסר ממנו חטף את הכדור עובר לאמצע.</p> <p>3. בשלוש – 2 נגד 1. על שניים להתמסר במסירות חזה או 2/3 (לפי שיקול דעתם) מהחצי לעבר הסל. אם הצליחו להגיע לקרבת הסל, אחד מהם מבצע קליעה לסל. אם המגן הצליח לחטוף את הכדור, המוסר ממנו חטף את הכדור הופך למגן.</p> <p>4. משחק על סל אחד – 2 אפשרויות:</p> <p>א. לחלק סל לשניים כאשר על כל חצי מגרש ישחקו 2 קבוצות (סה"כ 4 קבוצות).</p> <p>ב. משחק של 2 קבוצות על סל אחד.</p> <p>אסור לחטוף כדורים, רק מסירות, אסור לכדרר, אסור ללכת עם הכדור, חייבים 3 מסירות לפחות לפני הקליעה לסל, אלא אם כן היתה התקפה מתפרצת והילד לבד מול הסל.</p> <p>סל של בת = 2 נקודות.</p> <p>סל של בן = 1 נקודה</p>		
			<p>ישיבה מולי, סיכום השיעור, לשאול תלמידים מה למדנו היום, הדגמות של ביצועים טובים, מהם החוקים המרכזיים שלמדנו מחוקת הכדורסל, מה נבצע בשיעור הבא, מילות פרידה.</p>	הורדת הדופק	פרק מרגיע (3 דקות)

דו"ח התנסות בהוראה

כיתה: ה-3, תאריך: 19.3.01
 כיתה: ו-2, תאריך: 22.3.01
 כיתה: ה-2, תאריך: 22.3.01

נושא השיעור: לימוד מסירות חזה ו-2/3, חזרה על כדרור.

א. מידת השגת התכליות:

התכליות הושגו במידה רבה בשלושת הכיתות. בתחום הגופני הילדים למדו ותרגלו מסירת חזה ו 2/3 מעמדת מוצא תוך ביצוע רכיבים חיוניים של המסירה וביצעו לפחות כ-10 מסירות רצופות עם בן הזוג במקום ובהתקדמות. בתחום ההכרתי הילדים ידעו להסביר כשנשאלו מהם מרכיבי המסירה הנכונה ומהם החוקים העיקריים בחוקת הכדורסל. בנוסף, הילדים התנסו בקבלת החלטות פעולה מספר פעמים בשיעור (במשחק "הטרף" ובמשחק הכדורסל בסוף השיעור). בתחום החברתי הילדים שיתפו פעולה אחד עם השני בזוגות בתרגולים (שני ילדים חלקו כדור אחד) ובקבוצות במשחקים תוך תאום תפקידים, תקשורת וקשר עין עם קבוצתם.

ב. פרט אילו היבטים קוגניטיביים, מדעיים ובריאותיים באו לידי ביטוי וכיצד שילבת אותם בשיעור.

מבחינה בריאותית הילדים היו בתנועה במשך רוב השיעור וכמעט ולא היו הפסקות, דבר המועיל בריאותית. בנוסף, הייתה עבודה על קוארדינציה (למשל: בתרגולים של המסירות). מבחינה הכרתית הילדים היו צריכים להפעיל שיקול דעת וחשיבה בחלק מהשיעור ולא לבצע תרגילים באופן אוטומטי (במשחקי השלושות בסוף השיעור הילדים היו צריכים להחליט באיזו מסירה להשתמש בסיטואציה מסוימת כדי שהמגן לא יחטוף את הכדור).
בכל שיעור עליך לתת את הדעת לנקודות הבאות:

מה היו שיקולי הדעת שלי בבחירת הפעילויות?

כפי שרשמתי בשני השיעורים הקודמים ביחידת הוראה זו שיקול הדעת הראשון שלי היה מבנה יחידת ההוראה. כשיעור שלישי החלטתי על שיעור מסירות מכיוון שמשחק הכדורסל הוא משחק קבוצתי והדרך היחידה להעברת הכדור בין חברי הקבוצה היא המסירה. כמו כן, חשוב היה לי לבחור פעילויות עם קשר למשחק הכדורסל ולא פעילויות סטטיות סתמיות. ושיקול אחרון שנלקח בחשבון הוא הנאת התלמידים ובחירת פעילויות בעלי אתגר שלא ישעמו את התלמידים.

האם הילדים למדו משהו חדש שלא ידעו קודם לכן?

ניתן לומר כי התלמידים למדו דבר חדש: מסירות. הילדים ידעו לבצע מסירות אך לא בצורה נכונה ולכן הסברתי להם את כל הרכיבים החיוניים בביצוע מסירת חזה ו-2/3.

בעיה/יות שהתעוררו בשיעור, כיצד התמודדתי איתן? באילו דרכים נוספות ניתן להתמודד איתן?

בכיתה ה-3 נוצרה בעיה כאשר אמרתי להם להתחלק לזוגות. לאחר החלוקה נותרו בן אחד ובת אחת. ניסיתי את מזלי ואמרתי להם להיות זוג בשיעור, אך רעיון זה התקבל בדחייה. בלי ברירה רבה אמרתי לכל אחד מהם להצטרף לזוג כך שיהיו שלשה.

בנוסף, היה יום חם ביותר והשיעור התקיים בחוץ. מתחילת השיעור הילדים קיטרו שהם רוצים לשתות. אמרתי לכולם שהם היו צריכים לשתות קודם ושיחכו לסוף השיעור. השיעור לא כלל מאמץ גופני גבוה ולכן החלטתי לנהוג כך. כמובן שאם היה בשיעור מאמץ גופני גבוה הייתי משחררת אותם להפסקת שתייה אחת במהלך השיעור. בכיתות ו-2, ה-2 לא היו שם בעיות, השיעורים זרמו ממש טוב, הילדים ביצעו את התרגילים, היה הספק טוב לשיעורים ולא היו בעיות משמעות משמעותיות.

בכיתה ה-2: זהו השיעור האחרון שלי איתם (הפסדתי שעה אחת איתם בגלל תרגיל ארצי) ולכן עשיתי להם בסוף השיעור סיכום של יחידת הוראה בכדורסל והם אמרו שנהנו מאוד ולמדו הרבה דברים חדשים.