|  |
| --- |
| ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ |
|  Ημερ. 31 / 10 /2024. Όνομα Κ.Φ.Α: ΣΟΦΙΑ ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥ  Σχολείο: ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΑΜΙΝΙΩΝ Α΄ ΠΕΙΡΑΙΑ  Τάξη: Α΄ Τμήμα: 3 **Αρ. μαθητών/τριών**:22 (κορίτσια 13 και αγόρια 9)**Ομάδες**: Δύο αγοριών και τρείς κοριτσιών.  |
| Διδακτική ενότητα: ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ*Θέμα:*: Εκμάθηση τεχνικής στην ντρίμπλα προστασίας της μπάλαςΜπάσκετ, Μπάλα Μπάσκετ, Τομέα | **Υλικά**: 12 μπάλες ,κώνοι, διακριτικές φανέλες**Χώρος:** Αύλειος χώρος Γυμνασίου Καμινίων,Γήπεδο Καλαθοσφαίρισης  |
| ***Κεντρικός σκοπός:*** *Η διά βίου άσκηση.****Επιμέρους Σκοποί:***1)Ψυχοκινητικός- Να βελτιώσουν **την τεχνική εκτέλεση της ντρίμπλας προστασίας**  και **ν**α γνωρίσουν το σώμα τους μέσα από την κίνηση. 2)Συναισθηματικός- Να καλλιεργήσουν ψυχικές δεξιότητες, όπως θετική αυτοεκτίμηση και αυτοαντίληψη και αυτοπεποίθηση. 3) Γνωστικός-Να μάθουν ποια είναι η χρησιμότητα της ντρίμπλας προστασίας μέσα στο παιχνίδι αλλά και η αναγκαιότητα προστασίας του σώματος από τραυματισμούς. Στόχοι:**Να μπορούν οι μαθητές/τριες να**:* εκτελούν την ντρίμπλα προστασίας χαμηλά με ασφάλεια
* προστατεύουν την μπάλα με το αντίθετο χέρι
* εκτελούν την ντρίμπλα προστασίας έχοντας το κεφάλι στραμμένο πάνω από τον αντίθετο ώμο και να έχουν τον οπτικό έλεγχο όλου του γηπέδου.
* τοποθετούν το σώμα τους κατά την εκτέλεση της ντρίμπλας ανάμεσα στην μπάλα και τον/την αντίπαλο.
* κατανοούν την χρησιμότητα της ντρίμπλας προστασίας μέσα στο παιχνίδι.
 |

|  |
| --- |
| **ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ ΜΕΡΟΣ** |
| **🕒** | ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ | ⬄ | **ΣΧΗΜΑΤΑ** | **ΣΧΟΛΙΑ** |
| 10΄ | * Συγκέντρωση μαθητών –γραφειοκρατική οργανωτική διαδικασία 3΄(απουσίες, βιβλίο ύλης)
* Ενημέρωση μαθητών/τριών για το περιεχόμενο του

ημερησίου μαθήματος.Προβολή οπτικού υλικού.(Διαθέτω καρτέλες με εικόνες εκτέλεσης της ντρίμπλας προστασίας καθώς και προβολή αντίστοιχων εικόνων μέσω tablet.* Δημιουργία πέντε ομάδων(φοράνε τις διακριτικές φανέλες ανά ομάδα) και τοποθετούνται στην τελική γραμμή του γηπέδου, όπου ξεκινούν την προθέρμανση.\*
* **ΠΡΟΘΈΡΜΑΝΣΗ**:

 α).Δρομικές ασκήσεις(τρέχουν μπρός πίσω, πλάγια) β) Δυναμικές Διατάσεις(προβολές), Βλέπε διάταξη, σχ.1 |  |  Σχ.1 | \***Διαφοροποιημένη διδασκαλία**-Χωρίζω τις ομάδες σε κορίτσια και αγόρια ξεχωριστά και χρησιμοποιώ μικρότερες μπάλες στα κορίτσια προς αποφυγή τραυματισμού, δεδομένου ότι κάποια κορίτσια σε αυτή την ηλικία παρουσιάζουν μικρότερη μυϊκή δύναμη. **Συμπεριληπτική διδασκαλία:**Υπάρχει μία μαθήτρια που βρίσκεται σε αποκατάσταση τραυματισμού και δεν μπορεί να συμμετέχει στο πρακτικό μέρος του μαθήματος , οπότε συμμετέχει ως βοηθός καθώς και στην ομαδοσυνεργατική δραστηριότητα της συμπλήρωσης του φύλλου εργασίας. **Κατά την προθέρμανση** γίνονται μια σειρά δρομικών ασκήσεων ,όπου ενεργοποιείται το Καρδιο-αναπνευστικό σύστημα των μαθητών/τριων καθώς και μια σειρά δυναμικών διατάσεων, όπου προετοιμάζονται οι μύες και το νευρομυικό τους σύστημα στην αποφυγή τραυματισμών κατά την αύξηση επιβάρυνσης των ασκήσεων. |
| **ΚΥΡΙΟ ΜΕΡΟΣ** |
| 25΄ | * Επίδειξη της ντρίμπλας προστασίας της μπάλας από την καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής και αναφορά στα χαρακτηριστικά της.
* Επίδειξη από μαθητές με την καθοδήγηση της κ. Φυσικής Αγωγής.(\*1)
* Στην διάταξη που φαίνεται στο Σχ. 2 οι μαθητές/τριες εκτελούν ,σε σειρά, ντρίμπλα προστασίας επί τόπου και **με το παράγγελμα της C**(\*2) συνεχίζουν με προωθητική ντρίμπλα(δεξί ,αριστερό χέρι)
* Στην διάταξη που φαίνεται στο Σχ. 2 οι μαθητές/τριες εκτελούν ,σε σειρά, ντρίμπλα προωθητική και σε κάθε κώνο ντρίμπλα προστασίας. Επιστρέφουν και πασάρουν στον επόμενο.(δεξί, αριστερό χέρι)(\*3)

 Βλέπε διάταξη , σχ.2.* Ζευγάρια σε όλο το γήπεδο

Ο ένας μαθητής εκτελεί επί τόπου ντρίμπλα προστασίας της μπάλας ενώ ο άλλος προσπαθεί να του την κλέψει. Ανά 15΄΄ αλλάζουν ρόλους.Βλέπε σχ. 3Παραλλαγή :Έχουν και οι δύο μαθητές/τριες από μία μπάλα Εκτελούν ντρίμπλα ταυτόχρονα με το ένα χέρι ,ενώ με το άλλο χέρι προσπαθούν να κλέψουν την μπάλα του άλλου.Βλέπε σχ.4 |  | Σχ.2Σχ.3Σχ.4 | ΜΕΘΟΔΟΣ - ΣΤΙΛ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ(\*1)Μαθητοκεντρική διδασκαλία. Ορίζονται μαθητές για την εκτέλεση της άσκησης ως δείκτες.Ορίζονται αρχηγοί στις ομάδες εξάσκησης. (\*2)Μέθοδος του παραγγέλματος από την Κ.Φ.Α.(\*3) Η πρακτική μέθοδος. Οι μαθητές-τριες εξασκούνται ατομικάκαι ο ΚΦΑ παρέχει ανατροφοδότηση στους μαθητές.(παρατηρεί και διορθώνει) |
| **ΤΕΛΙΚΟ ΜΕΡΟΣ** |
| 10 | * Οι μαθητές παρακολουθούν τα

αποτελέσματα των δεξιοτήτων τους και διορθώνουν τα λάθητους με την κατάλληλη ανατροφοδότηση(\*4)* Οι μαθητές/τριες ανά ομάδα συνεργάζονται και απαντούν σε ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών. .(\*5)

(Παρατίθεται παρακάτω το φύλλο εργασίας.)* Η μία ομάδα θέτει ερωτήσεις στην άλλη. Εδώ εμπλέκονται αγόρια- κορίτσια. (\*6)
* Στο τέλος οι μαθητές/τριες μαζεύονται στο κέντρο του γηπέδου όπου επιβραβεύονται για την προσπάθεια τους και την επίτευξη των στόχων τους. Παρακινώ τα παιδιά να τονίσουν ο ένας τα θετικά στοιχεία του άλλου.
 |  |  | (\*4) Πρακτικό και αμοιβαίο \*5)Ομαδοσυνεργατική Μέθοδος. (\*6)Μέθοδος ερωτο-απαντήσεων.Σημείωση: Θα εφαρμοστεί η μεθοδολογία της ανεστραμμένης τάξης .Θα ανεβάσω στην e-class τα σχέδια μαθήματος ,τα φύλλα εργασίας και πληροφορίες ,ώστε οι μαθητές/τριες να διδάσκονται από το σπίτι μέσω ψηφιακού υλικού ενώ στο δια ζώσης μάθημα να εξασκούνται στις ασκήσεις. |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ** |
|  | Με την **παρατήρηση** και επιμένοντας στην εξάσκηση διαπιστώνουμε κατά πόσο έχουν εμπεδώσει την τεχνική της ντρίπλας προστασίας της μπάλας στην Καλαθοσφαίριση.Με την **συνέντευξη** συμπεραίνουμε τον βαθμό κατανόησης από τους μαθητές/τριες, της χρησιμότητας της ντρίμπλας προστασίας της μπάλας.Με **το φύλλο εργασίας** και **ερωτηματολόγιο** αξιολογούμε σε τι βαθμό επιτεύχθηκαν οι στόχοι που τέθηκαν. |
| **Παρατηρήσεις:** Κατά την εξάσκηση του ομαδικού αθλήματος ,όπως είναι η Καλαθοσφαίριση εφαρμόζουμε την Ολική μέθοδο διδασκαλίας, όπου οι μαθητές-τριες αρχίζουν με την συνολική εκτέλεση της δεξιότητας μέσα στο παιχνίδι και όπου χρειάζεται γίνεται ανάλυση κάθε δύσκολου σημείου. Η ανατροφοδότηση γίνεται και κατά την διάρκεια εκτέλεσης των ασκήσεων και στο τέλος με διάλογο και επεξήγηση δύσκολων αντικειμένων.Προσπαθούμε μέσα από το ομαδικό προπαρασκευαστικό ή τυπικό παιχνίδι οι μαθητές/τριες να διασκεδάζουν , να ψυχαγωγούνται και να βελτιώνονται σε τεχνικές δεξιότητες χωρίς αυτό να γίνεται με πίεση.Εφαρμόζουμε την μέθοδο της σταδιακής αύξησης της δυσκολίας εκτέλεσης της επιδεξιότητας.Εφαρμόζουμε επίσης <<προπαρασκευαστικά παιχνίδια>> εστιασμένα στο αντικείμενο διδασκαλίας του μαθήματος.Επιδιώκουμε να πετύχουμε την ανάπτυξη των δεξιοτήτων του 21ου αιώνα ,όπως την ψυχική και συναισθηματική ενδυνάμωση ,την επικοινωνία, την συνεργασία , την ενσυναίσθηση, την συμπερίληψη και την δυναμική επίλυσης προβλημάτων.**Επισήμανση:** Σε περίπτωση κακοκαιρίας οι μαθητές/τριες θα μεταφερθούν στο κλειστό γυμναστήριο του σχολείου, όπου υπάρχει η δυνατότητα να εφαρμοστεί το ίδιο σχέδιο μαθήματος με μία προσαρμογή στην **διάταξη** των ομάδων.(πέντε ομάδες στην πλάγια γραμμή του γηπέδου). |