|  |  |
| --- | --- |
| ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ | |
| Ημερ. 31 / 10 /2024.Όνομα Κ.Φ.Α: ΣΟΦΙΑ ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΥΣχολείο: ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΑΜΙΝΙΩΝ Α΄ ΠΕΙΡΑΙΑΤάξη: 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 μπάλας  Μπάσκετ, 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. 3  Παραλλαγή :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.2    Σχ.3    Σχ.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 ατομικά  και ο ΚΦΑ παρέχει ανατροφοδότηση στους μαθητές.(παρατηρεί και διορθώνει) |
| **ΤΕΛΙΚΟ ΜΕΡΟΣ** | | | | | | |
| 10 | * Οι μαθητές παρακολουθούν τα   αποτελέσματα των δεξιοτήτων τους και διορθώνουν τα λάθη  τους 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). | | | | | | |