



ΩΡΙΑΙΟ ΠΛΑΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ - Υπόδειγμα **3** – Στιλ Αμοιβαίας Διδασκαλίας σε συνδυασμό με τα στίλ Πρακτική Άσκηση και μη αποκλεισμού





ΜΟΥΣΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΤΑΞΗ: Α' - Αρ. Μαθητών: 22 - Ημερομηνία: ΠΕΜΠΤΗ 12 ΔΕΚ 2013

Σκοπός: Κινητικός - Να μπορούν να εκτελούν σωστά τη βασική ατομική τεχνική του VOLLEY και να εφαρμόζουν βασικές αρχές τακτικής και κανονισμών σε προσαρμοσμένες αγωνιστικές συνθήκες.

Βασικός στόχος	Επιμέρους στόχοι	Εξοπλισμός	Στο τέλος του μαθήματος οι μαθητές
<p>1) Παρατήρηση και αξιολόγηση βάσει καρτέλας των σημαντικών σημείων εκτέλεσης της πάσας με τα δάχτυλα (πάσα) και της πάσας με τους πήχεις (μανσέτα) στο volley.</p> <p>2) Βελτίωση της συνεργασίας με άτομα διαφορετικών ικανοτήτων.</p>	<p>1) Εκμάθηση των σημαντικών σημείων εκτέλεσης για την πάσα και τη μανσέτα.</p> <p>2) Εμπέδωση της πάσας με τα δάχτυλα (πάσα) και της πάσας με τους πήχεις (μανσέτα).</p> <p>3) Εμπέδωση του σερβίς από κάτω ή από πάνω και της υποδοχής με δάχτυλα ή μανσέτα.</p> <p>4) Εκμάθηση και εφαρμογή ομαδικών τακτικών (συνεργασία πασαδόρου - επιθετικού) σε συνθήκες παιχνιδιού 3:3</p>	<p>1) 11 μπάλες volley</p> <p>2) Κώνιο-στεφάνια</p> <p>3) Κορδέλα-ταινία για χωρισμό του γηπέδου</p> <p>4) 4 Καρτέλες ασκήσεων</p> <p>5) 10 φύλλα παρατήρησης-καταγραφής σημείων έμφασης - 10 μολύβια</p>	<p>Ως προς το γνωστικό τομέα:</p> <p>1) Θα παρατηρούν και θα αξιολογούν βάσει καρτέλας τα σημαντικά σημεία εκτέλεσης της πάσας και της μανσέτας.</p> <p>2) Θα γνωρίζουν τους κανονισμούς των 3 επαφών και της περιστροφής και θα τους εφαρμόζουν σε παιχνίδια μικρών ομάδων.</p> <p>Ως προς το συμπεριφορικό τομέα:</p> <p>3) Θα συνεργάζονται πρόθυμα με συμμαθητές διαφορετικών ικανοτήτων.</p> <p>Ως προς τον κινητικό τομέα:</p> <p>4) Θα γνωρίζουν τα σημαντικά σημεία εκτέλεσης για την πάσα με δάχτυλα και τη μανσέτα.</p> <p>5) Θα εκτελούν σε ικανοποιητικό επίπεδο την πάσα και τη μανσέτα.</p> <p>6) Θα εκτελούν σε ικανοποιητικό επίπεδο το σερβίς από κάτω ή το σερβίς από πάνω και της υποδοχής με δάχτυλα ή μανσέτα.</p>

Περιεχόμενα – Περιγραφή	Χρόνος	Οργάνωση – Παραλλαγές Στιλ διδασκαλίας	Σημεία έμφασης
<p>Είσοδος και συγκέντρωση των μαθητών – Ενημέρωση για το στόχο του μαθήματος.</p> <p>Ειδική προθέρμανση volley</p>	10'	<p>Οι μαθητές προθερμαίνονται μόνοι τους (ατομικά & σε ζεύγη) – Εκτελούν ασκήσεις διάταξης βλέποντας καρτέλα που είναι αναρτημένη</p> <p><u>Σύνταξη σε 4 τράδες - Χωρισμός σε 4 ομάδες των 4 ή 6 ατόμων κατά φύλο</u></p> <p>Εξήγηση της λειτουργίας και των καθηκόντων των σταθμών άσκησης, και της χρήσης των καρτελών – <u>Έμφαση στη χρήση των καρτελών αμοιβαίας διδασκαλίας στους σταθμούς 1 & 3.</u></p>	

Περιεχόμενα – Περιγραφή	Χρόνος	Οργάνωση – Παραλλαγές - Στιλ διδασκαλίας - Σημεία έμφασης
<p>Κύριο μέρος</p> <p>ΣΤΑΘΜΟΣ 1: Εμπέδωση της πάσας με τα δάχτυλα (πάσα) - (σταθμός ΑΜΟΙΒΑΙΑΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ) – Αλλαγή ρόλων ανά 3 λεπτά</p>	7 7	<p>Σε ζευγάρια, μία μπάλα το κάθε ζευγάρι</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>3 : 3 μέσα στα 3 μέτρα</p>
<p>ΣΤΑΘΜΟΣ 2: Εφαρμογή του σερβίς από πάνω, της υποδοχής και της πάσας με</p>	7	<p>Πρακτικό στίλ (σε σταθμούς) με ανάλογες καρτέλες σε συνδυασμό με το <u>στίλ μη αποκλεισμού</u> (εντός των 'σταθμών' ο μαθητής επιλέγει το βαθμό δυσκολίας της άσκησης που του ταιριάζει.</p> <ul style="list-style-type: none"> 4 σταθμοί, 4 ή 6 παιδιά ο καθένας. Εντός των σταθμών εξάσκηση σε ζευγάρια. Στη λήξη του χρόνου, με το σφύριγμα του ΚΦΑ αφήνουν υλικό στο στεφάνι και προχωρούν στον επόμενο σταθμό. <p>✓ Ο ΕΦΑ δίνει πριν την έναρξη της εξάσκησης την οδηγία: <i>Επιλέξτε την παραλλαγή που σας ταιριάζει καλύτερα.</i></p>

<p>δάχτυλα σε παιχνίδι 3:3</p> <p>ΣΤΑΘΜΟΣ 3: Εμπέδωση της πάσας με τους πήχεις (μανσέτα) - (σταθμός ΑΜΟΙΒΑΙΑΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ) – Αλλαγή ρόλων ανά 3 λεπτά</p> <p>ΣΤΑΘΜΟΣ 4: Βελτίωση του σερβίς (από κάτω ή από πάνω) και της υποδοχής με δάχτυλα ή μανσέτα.</p>	7	 <p>Σε ζευγάρια, απόσταση 4 μ., κάθε ζευγάρι από μία μπάλα. Ο Α ρίχνει την μπάλα ψηλοκρεμαστά και ο Β εκτελεί μανσέτα στον εαυτό του. Εναλλάξ εκτέλεση.</p>  <p>Κάθε ζευγάρι από μία μπάλα. Ο ένας εκτελεί σερβίς (όπως μπορεί, επιλέγοντας την κατάλληλη παραλλαγή) και ο άλλος υποδέχεται με πάσα ή μανσέτα στον εαυτό του.</p>  	<p>✓ Οδηγίες, οργάνωση παραλλαγές αναγράφονται στις καρτέλες που αναρτώνται σε κάθε σταθμό.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ο ΕΦΑ αρχικά κάνει την επίδειξη της δεξιότητας και τονίζει τα σημεία έμφασης, ειδικά στους σταθμούς 2 & 4. Έναρξη – λήξη δραστηριότητας με το σφύριγμα του ΕΦΑ.
<p>Τελικό μέρος: Συγκέντρωση & μεταφορά του Υλικού. Κάθε «σταθμός» μεταφέρει το υλικό του. Συζήτηση-ερωτήσεις με τους μαθητές για τα προβλήματα που αντιμετώπισαν, για την καταλληλότητα και δυσκολία των ασκήσεων και σημεία σχετικά με τους κανονισμούς και την τακτική στο παιχνίδι 3:3</p>	7		<p>Αξιολόγηση</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Κινητική αξιολόγηση: Θα γίνει αξιολόγηση διαδικασίας (στην πορεία του μαθήματος) και αυθεντική αξιολόγηση στην άσκηση 4. 2) Γνωστική αξιολόγηση: Θα γίνει αξιολόγηση με προφορικές ερωτήσεις στην πορεία της διδασκαλίας και στο τελικό μέρος του μαθήματος
<p>ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Παραπομπή στο αντίστοιχο «Βιβλίο του Μαθητή» για να μελετήσουν τα σχετικά εδάφια σε τεχνική-κανονισμούς-τακτική του volley. 2) Ορισμός 2 μαθητών που θα έχουν την ευθύνη μεταφοράς του υλικού και της προθέρμανσης του τμήματος για το επόμενο μάθημα. 3) Προτροπή στους μαθητές να εντοπίσουν στο διαδίκτυο (you tube) και να παρακολουθήσουν υψηλού επιπέδου αθλητές σε σερβίς, υποδοχή και καρφί-μπλοκ. 4) Επικέντρωση στη σημασία της συνεργασίας μεταξύ των μαθητών στους 'σταθμούς άσκησης' – Προτροπή να γίνει αυτό και σε άλλους τομείς της σχολικής και εξωσχολικής ζωής. 			<ol style="list-style-type: none"> 3) Αξιολόγηση του τομέα Συμπεριφοράς: Θα γίνει αξιολόγηση διαδικασίας καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος με παρατήρηση ως προς τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών στους 'σταθμούς άσκησης' 1 & 3 - Με παρατήρηση – λίστα ελέγχου, μαθητής αξιολογεί μαθητή (ονόματα, σημεία έμφασης, πάσα με δάχτυλα, ΝΑΙ-ΟΧΙ, σημειώνουν με ✓ αν το κάνει ή όχι).