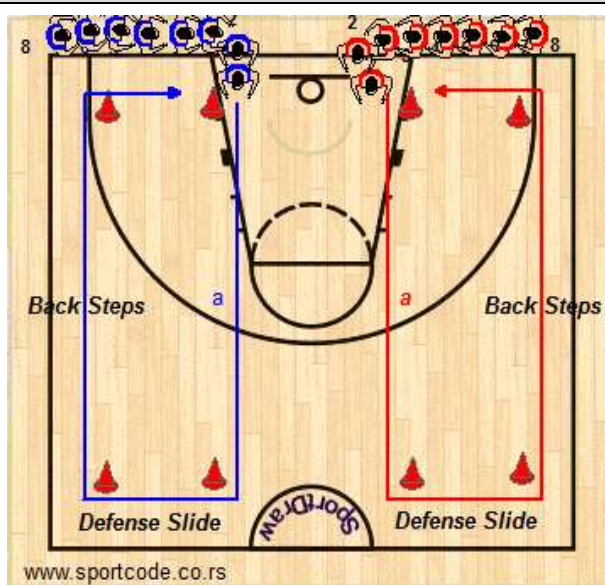


ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

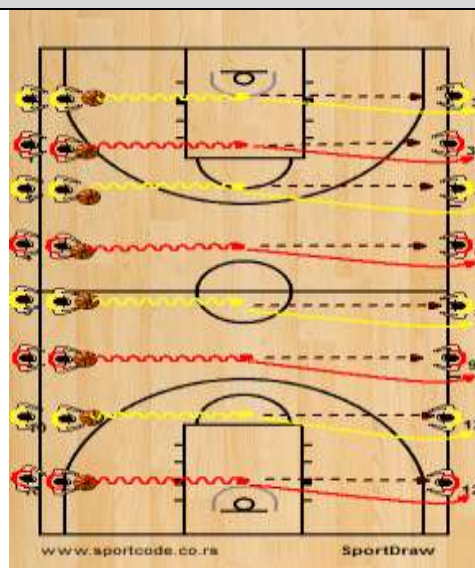
Ημερομηνία: Πέμπτη .../ ... /.....

Σχολείο:	Τάξη:	A/A Μαθήματος:
Όνομα Εκπαιδευτικού:	Αριθμός Μαθητών: 24	
Διδακτική Ενότητα: Αθλοπαιδιές-Καλαθοσφαίριση	Διδακτική Περίοδος:.....	
Θέμα: Εκμάθηση πάσσας εν κινήσει (6 ^ο σε σειρά μάθημα στην καλαθοσφαίριση)		
Δείκτες επιτυχίας:		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Να εκτελούν πάσσα και υποδοχή της μπάλλας εν κινήσει σε αγωνιστικές συνθήκες . 2. Να είναι ικανοί να αντιληφθούν το είδος της πάσσας που πρέπει να χρησιμοποιήσουν σε κάθε περίπτωση. 3. Να εκτελούν ορθά την πάσσα ανεξαρτήτως αποστάσεως. 4. Να κατανοούν γενικές αρχές Τακτικής και βασικούς κανονισμούς στην Καλαθοσφαίριση. 5. Να προσανατολίζονται στον αγωνιστικό χώρο όταν η ομάδα τους έχει κατοχή ή όχι της μπάλλας. 6. Να αναπτύσσουν κλίμα συνεργασίας, κατανόησης και αλληλοσεβασμού. 		
Προηγούμενη Γνώση: Διδάχθηκαν ένα ακόμη μάθημα στην πάσσα εν στάσει, ένα στο shot και τρία στην ντρίπλα		
Μέθοδος διδασκαλίας: Παρατίθεται ξεχωριστά για κάθε δραστηριότητα		
Αθλητικές εγκαταστάσεις: Κλειστή αίθουσα αθλοπαιδιών ή ανοικτό γήπεδο.		
Όργανα: Μπάλλες Καλαθοσφαίρισης, κώνοι		
Πορεία- Δραστηριότητες		Οργάνωση τάξης
Προθέρμανση: 5 λεπτά		
<p>Οι μαθητές, τοποθετούνται σε δύο ομάδες στην τελική γραμμή και εκτελούν εναλλάξ:</p> <p>Τρέξιμο χαλαρό, γόνατα ψηλά, άλματα, πίσω πόδια, αλλαγές κατεύθυνσης μέχρι το κέντρο του γηπέδου.</p> <p>Αμυντική μετατόπιση μέχρι τις πλαγιές γραμμές</p> <p>Πίσω βήματα μέχρι την βασική γραμμή</p>		Ομαδικά
Δείκτες επάρκειας: Να γνωρίζουν τη σημασία της προθέρμανση και των διατάσεων.		
Δείκτες επιτυχίας: Να μπορούν να κάνουν προθέρμανση για το άνω και κάτω μέρος του σώματος και να εκτελούν τις διατάσεις για κάθε μυϊκή ομάδα ξεχωριστά, αργά και ελεγχόμενα στο σημείο του πόνου		

Κύρια εκγύμναση: 20 λεπτά

Άσκηση 1^η: (5 λεπτά)

Οι μαθητές χωρίζονται σε 8 ομάδες των τριών, όπως φαίνεται στο σχήμα. Ο παίκτης με την μπάλα ντριπλάρει μέχρι το μέσον του γηπέδου, μεταβιβάζει την μπάλα στον συμπαίκτη του και πάει στο τέρμα της απέναντι σειράς κοκ



**Συνεργατική
κατευθυνόμενη**

Σε τριάδες

Δείκτες επιτυχίας: 1) Να εκτελούν την πάσσα με χέρια τεντωμένα, παλάμες να «κοιτάνε» έξω χωρίς να κόβουν ταχύτητα κατά την μεταβίβαση και νοομένου ότι η πάσσα αυτή είναι δυνατή, πρέπει ο παραλήπτης να υποδεχθεί την πάσσα με τεντωμένα χέρια μπροστά στο πρόσωπό του και να αποσβέσει την δύναμη της μπάλλας λυγίζοντάς τα. Κατά την ντρίπλα να κοιτάνε μόνον τον παραλήπτη. **2)** Ζεύγη διαφορετικών δυνατοτήτων μαθαίνουν να συνεργάζονται

Άσκηση 2^η: (5 λεπτά)

Χωρίζουμε το γήπεδο με κώνους σε δεξιό και αριστερό τμήμα ώστε να μπορούν οι μαθητές να δουλέυσουν και στις δύο πλευρές χωρίς να συγκρούονται. Οι μαθητές σε ζευγάρια ανταλλάσσουν πάσες στήθους τρέχοντας με τον εξωτερικό παίκτη να δέχεται την τελική σκαστή πάσσα για καλάθι.



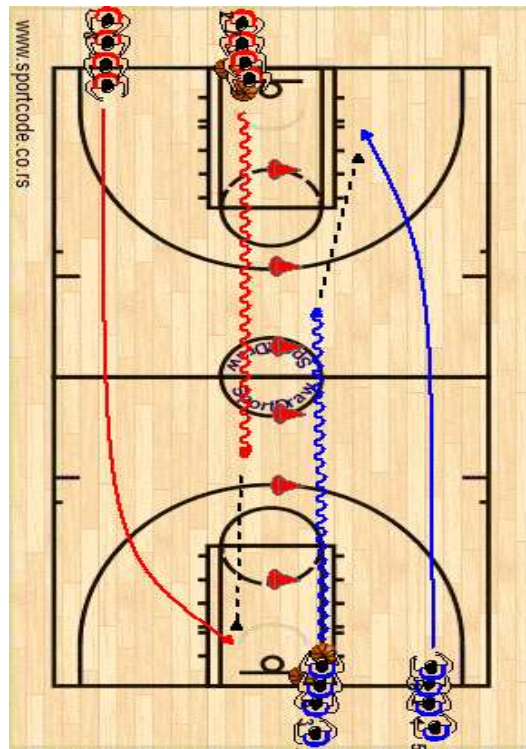
**Συνεργατική
κατευθυνόμενη**

Σε ζεύγη

Δείκτες επιτυχίας: 1) Να μπορούν να δίνουν την πάσσα πάντα εμπρός από προτεταμένο εξωτερικό χέρι του συμπαίκτη τους. **2)** Να μην κάνουν πλάγια βήματα. **3)** Τα Ζεύγη διαφορετικών δυνατοτήτων να μαθαίνουν να συνεργάζονται μεταξύ τους.

Άσκηση 3^η: (3 λεπτά)

Στην ίδια διάταξη οι μαθητές με την προηγούμενη άσκηση. Ο κεντρικός ντριπλάρει μέχρι την απέναντι κορυφή του τριπόντου και δίνει σκαστή πάσσα στον συμπαίκτη του για καλάθι.

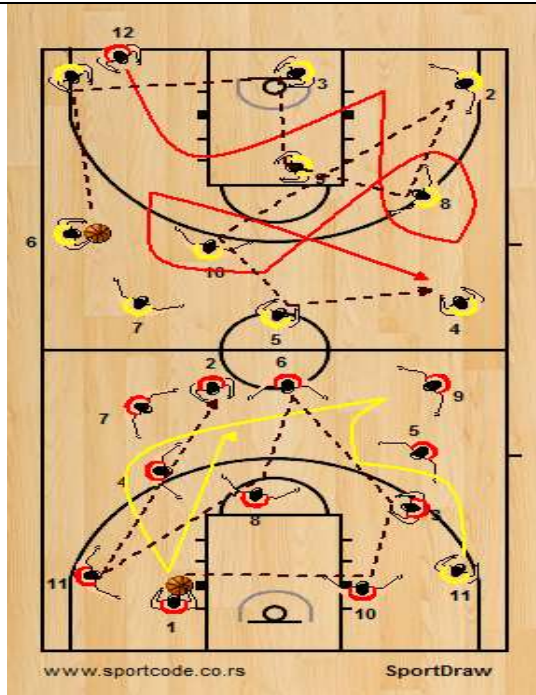


Συνεργατική
κατευθυνόμενη

Ίδια

Άσκηση 4^η: (5 λεπτά)

Οι παίκτες χωρίζονται σε 2 όμοιες ομάδες και έναν παίκτη διαφορετικού χρώματος. Χρησιμοποιώντας μόνον το μισό γήπεδο η κάθε ομάδα προσπαθεί να παγιδεύσει και να ακουμπήσει με την μπάλλα τον αντίπαλο παίκτη που ελίσσεται, μόνον με πάσσες, χωρίς καμία ντρίπλ. Κάθε άγγιγμα με την μπάλλα δίνει και από έναν πόντο στην κάθε ομάδα.



Συνεργατική σε
ολομέλεια

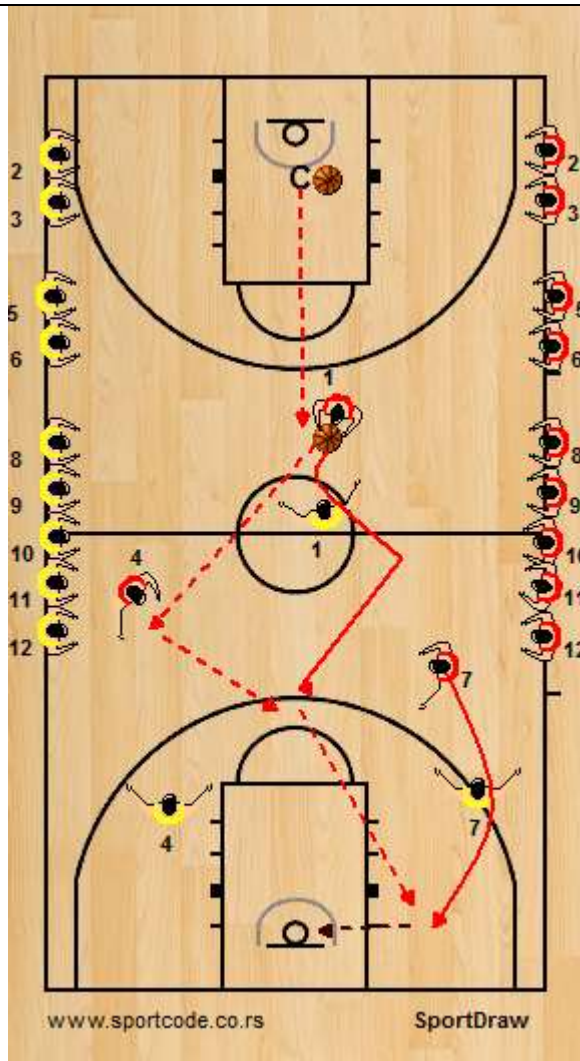
Σε Ομάδες

Δείκτες επάρκειας: Καλλιέργεια κλίματος συνεργασίας

Δείκτες επιτυχίας: Κατανόηση της έννοιας του ελεύθερου χώρου και εκμετάλλευσής του, γρήγορη αντίδραση και επιλογή της κατάλληλης πάσσας και συμπαίκτη, άριστη συνεργασία και ομαδικότητα για το καλύτερο αποτέλεσμα.

Παιγνίδι: (10 λεπτά)

Οι παίκτες χωρίζονται σε 2 όμοιες ομάδες τοποθετούμενοι και αριθμούμενοι στις πλάγιες γραμμές, Ο καθηγητής πετάει μια μπάλα στο γήπεδο και φωνάζει τυχαίους αριθμούς που αντιστοιχούν σε παίκτες. Η ομάδα που πιάσει πρώτη την μπάλα κάνει επίθεση στο απέναντι καλάθι με δικαίωμα μόνον μίας ντρίπλας.



Συνεργατική σε ολομέλεια

Σε Ομάδες

Δείκτες επάρκειας: 1) Καλλιέργεια κλίματος συνεργασίας, αποφυγή συγκρούσεων, τήρηση του ευ αγωνίζεσθαι, υπακοή στους διαιτητές. 2) Να κατανοούν γενικές αρχές Τακτικής στην Καλαθοσφαίριση. 3) Προσανατολισμός στον αγωνιστικό χώρο όταν η ομάδα τους έχει κατοχή ή όχι της μπάλας. 4) Να γνωρίζουν βασικούς κανονισμούς στην καλαθοσφαίριση. 5) Ανάπτυξης θετικής στάσης προς την άσκηση

Δείκτες επιτυχίας: 1) Κατανόηση της έννοιας του ελεύθερου χώρου και εκμετάλλευσής του σε καταστάσεις προσωπικής άμυνας 2). Γρήγορη αντίδραση και επιλογή της κατάλληλης πάσας και συμπαίκτη, άριστη συνεργασία και ομαδικότητα για το καλύτερο αποτέλεσμα 3). Αναγνώριση σφαλμάτων-ποινών, πόντων, 4) Θέληση για συμμετοχή.

Αποθεραπεία / Κλείσιμο μαθήματος (2 - 3 λεπτά): Ασκήσεις χαλάρωσης και συζήτηση για το μάθημα. Ανακοίνωση του περιεχομένου του επομένου μαθήματος.

Δείκτες επάρκειας: Να γνωρίζουν τη σημασία της αποθεραπείας

Δείκτες επιτυχίας: Να μπορούν να κάνουν αποθεραπεία μόνοι τους

Αξιολόγηση: Μετά το πέρας του μαθήματος εάν το 100% των μαθητών της τάξης πετύχει τους δείκτες επιτυχίας του μαθήματος σε ικανοποιητικό βαθμό, τότε το μάθημα θα θεωρηθεί επιτυχημένο.

Τρόποι αξιολόγησης:

.....

Παρατηρήσεις:

.....

.....