

יחידת לימוד בביה"ס בנושא: "אולטימיט פריזבי"

כתבה: אפרת ברון

בבחירתי את משחק האולטימיט פריזבי- לכתוב יחידת הוראה בביה"ס, עומדים לנגד עיני מספר שיקולים, כאשר המובילים הם העובדה כי לא נדרש ציוד מסורבל שעל התלמידים לסחוב טרם תחילת השיעור, וגם לא תשתית מפוארת, ואף לא אולם. משחק זה אהוב על כולם, ולא רק בזכות הססגוניות שבצלחת המעופפת הזו. הוא משלב מיומנויות מגוונות (זריקה, תפיסה, ריצה, בלימה, כוח מתפרץ) ויכולות חברתיות וקוגניטיביות. בהתייחס למודל של באנקר ותורפ', הרי שיחידת ההוראה תיפתח באופן הבא:

השיעור הראשון יספק לתלמידים את ההיכרות הראשונית שלהם עם צלחת הפריזבי. תחילה יש לפזר צלחות על סוגיהן השונים, בשלל גדלים וצבעים ולאפשר לתלמידים להתנסות, ככל הנראה שלראשונה, במגע עם צלחת הפריזבי. התלמידים יתנסו, יזרקו, יהדפו, יקפיצו וישחקו הלכה למעשה עם הצלחת. כאן ניתנת להם ההזדמנות להכיר את יכולות מעוף הצלחת, תנועתה, מסלולי ההתקדמות שלה, וכמובן, ההשפעה של יכולותיהם שלהם: אופן מעוף הצלחת מושפע ישירות מצורת הזריקה, זווית היציאה, מהירות ועוצמת הזריקה ועוד. שיעור זה מצוין כרצף לאחר שיעורים בהם שוכללה מיומנות הזריקה של הילדים, כך שלאחר שהורגלו בזריקה ותפיסה של כדורים (לרוב) לפתע הם נתקלים בצורה שונה של חפץ המתנהג שונה מהאופן בו נוהג כדור במעופו. מכאן, שלצד התסכול הראשוני הקיים בהפנמה כי נדרשת מיומנות איתנה יותר ומתוחכמת יותר לשם זריקה נאותה של הצלחת, תבוא גם למידה והעמקה במיומנות זו, אשר כפי שצוין, מורגלת לדפוס אוטומטי ומקובע מדי. התלמידים יחולקו לזוגות ויתנסו בזריקת הצלחת ותפיסתה בעמידה האחד מול השני, במרווחים ומרחקים שונים זה מזה. ניתן, במידה ומדובר בקבוצת גיל מתקדמת יותר, לשלב ולהוסיף מוסר-תופס שלישי לצמד. בנוסף, לאחר שהורגלו התלמידים בזריקת ותפיסת הצלחת, ואם התלמידים מצליחים היטב, ניתן לשלב צלחת נוספת ובכך לעלות את דרגת הקושי (הייתי מוסיפה זאת בשיעור השני או השלישי ולא בשיעור הראשון, כיוון שנוסף פה מימד קואורדינטיבי לא פשוט). בתום המסירות והכרת התלמידים את הצלחת במגוון צורות מסירה, אסיים את השיעור ואאפשר להם להתנסות במשחק. המשחק יהיה ללא הצגת חוקים או סייגים, אלא כזה שיתבסס על חלוקת הכיתה לשתי קבוצות, צלחת פריזבי אחת, וגבולות משחק ברורים ע"י שימוש בדלגיות. הדלגיות יסמנו בבירור את קו ההתקפה/הגנה של כל קבוצה. ניתן להציג בפני התלמידים את המטרה הכללית של המשחק, על אף שגם בכך לא בטוח שיש צורך- העברת הצלחת אל הצד השני, מעבר לקו ההגנה של הקבוצה הנגדית, מבלי שהצלחת תיפול (זאת משום שהילדים מתנהלים על סמך ידע קודם).

השיעור השני יפתח במסירות עם צלחת הפריזבי, בדומה לשיעור הראשון, וכאן יש בהחלט מקום להעלות רמת קושי (כמו שילוב שחקן שלישי/הגדלת מרחקים בין מוסר לתופס/ שילוב מספר צלחות פריזבי-בהתאם לרמת הלומדים). לאחר

מכן נסדר את הדלגיות בשנית, לשם סימון גבולות וכמובן, חלוקת התלמידים לקבוצה. התלמידים יכירו לראשונה את חוקי משחק ה"אולטימייט פריסבי" (כמו גם את שמו המלא שאינו מוכר לבטח, בעבור רובם אם לא כולם), כאשר יוצגו להם בכל פעם 2 חוקים בלבד. על מנת שלא להעמיס עליהם, אפתח תחילה במטרה של כל קבוצה (העברת הצלחת אל מעבר לקו ההגנה של קבוצת נגד), ובתנאי הראשון והבסיסי הגורס כי אין להתקדם ולבצע צעדים עם הצלחת, אופן ההתקדמות הוא אך ורק ע"י מעוף הצלחת מתלמיד אחד למשנהו. כיוון שאת המטרה המרכזית הקבוצתית היטיבו התלמידים להכיר עוד בשיעור הראשון, אוסיף גם את חוק המעבר – אם הצלחת נופלת, היא עוברת לקבוצה שלא הפילה אותה. התלמידים יתנסו בהתנהלות קבוצתית עם הצלחת, ומהיכרותי הקצרה את אופי התלמידים הרווח בארצנו, אני צופה כי ניסיונות ה"מחטף" ומפגני הכוח יבלטו במהרה. ומכאן יוצג החוק הנוסף הגורס כי אין לנסות לעכב את מעבר הצלחת ולחטופה מידו של אחר, מותר אך ורק לבלום אותה בעודה במעופה. אט אט יחל המשחק "לקבל צורה", ובלבד שנקפיד כי לא אותם "כוכבים" הם הפעילים היחידים במשחק – כל אותם ילדים ספורטאים, הפעילים יותר מאחרים, או הזריזים והחזקים יותר, או לחילופין, הגבוהים שבכיתה. (בדיוק עבור מקרים אלו נועדו מגוון חוקי עזר, כדוגמת בן מוסר לבת, מספר מינימלי של מסירות בטרם תגיע הצלחת אל ייעודה, אסור למסור לאותו תלמיד יותר מפעם אחת וכו'..) כל זאת לשם התנהלות רחבה של המשחק, ולשם מניעת זריקה אחת ארוכה ומוצלחת אשר תחסל כל הזדמנות להתמסרויות בין התלמידים. באופן מתבקש, אט אט יוצאו "מיני טקטיקות" בתוך כל קבוצה, אותם יובילו לרוב התלמידים הפעילים יותר בענפי הכדור ומשחקי קבוצות ואשר להם ראייה טקטית כלשהיא נוכח ניסיונם – פיזור מתוחכם או יעיל יותר של התלמידים על פני המגרש, אופן התמסרות מסוים ומרחקי מסירה, ועוד. יש לאפשר לתלמידים התנסות נרחבת ויד חופשית באופן ארגון התלמידים על פני המגרש, ומנגד להקפיד על חוקי הבסיס שהוצגו בפניהם.

השיעור השלישי יפתח בתזכורת החוקים שנלמדו בשיעור שעבר, ע"י משחק בפועל, כך שתינתן פה הזדמנות לתלמיד שלא נכח בשיעור הקודם, (או לחילופין שהיה בין כל אותם 80 האחוזים שלא הבינו לגמרי את המשחק בשיעורים הקודמים) להפנים את חוקי המשחק. לאחר מספר דקות של משחק פעיל ויישום החוקים אאסוף את אחת הקבוצות ואציג בפניה עקרון טקטי שאבחר להתמקד בו (למשל, הצבת תופס בקו ההגנה של קבוצת הנגד, אשר תפקידו לתפוס את הצלחת ולוודא שלא תיפול/ אופן פיזור מיטבי של השחקנים על פני המגרש/ מרחקי התמסרות קצרים או ארוכים וכו'..). הקבוצה הנוספת איננה נחשפת לטקטיקה ולמעשה פוגשת בה פנים מול פנים בעת שהמשחק מתחדש. לאחר מספר הצלחות מצד הקבוצה שדוגלת בטקטיקה, אאסוף את התלמידים כולם ואסביר בפניהם את המהות והרעיון העומדים מאחורי התכסיס שבוצע כאן, כך שגם הקבוצה השנייה תוכל להתארגן באופן דומה וליישם הטקטיקה בשטח (וגם לשם מניעת תסכול ותחושת אי הצלחה בקרב הקבוצה ה"לא טקטית").

בשיעור הרביעי אמשיך עם עקרונות טקטיים נוספים אשר עשויים לשמש את התלמידים בעת המשחק (ניסיונות מחטף הצלחת מטווחים קצרים, הסחות דעת, חסימת טווח הזריקה של הזורק באופן חוקי, פריסת התלמידים באופן מדורג ובכך לאפשר התקדמות, זריקה למרחקים ארוכים ועוד). מתוך הצגת הטקטיקות הנ"ל- אצא לנושא קבלת ההחלטות, (עוד באותו השיעור כמובן) אקח שלב טקטי מסוים המתנהל במשחק ואעצור אותו בעודו מתנהל, מעין "קאט" בזמן הביצוע. אדגיש בפני התלמידים את האפשרויות הניתנות למקבל ההחלטות באותו רגע נתון וננסה לנתח יחדיו באופן קצר וברור – מה הן הדרכים העדיפות, מה כדאי, ומדוע ישנם כאלו שיבחרו לבצע אחרת. חשוב למקד את התלמידים לאופן קבלת ההחלטות, ולפתח בהם את הקו המנחה, את המטרה הכללית וגם להזכיר להם שקבלת ההחלטות במקרה זה חייבת להתבצע במהירות לשם שמירת שטף המשחק. ברגע שיבינו כי השטף הוא גורם המוביל לניצחון, ילמדו שלא להתמהמה ו"לוותר, על החזקת הצלחת ועל רגע התהילה האישי לטובת ניצחון הקבוצה. יש לאפשר לתלמידים להתנסות במספר קבלת החלטות ולנתח עמם מספר מקרים. יש לקחת גם דוגמאות "לא מוצלחות" של קבלת החלטה-פזיזה מדי או לא נכונה טקטית, לשם הבנה, ולהדגיש כיצד ניתן לבצע ולקבל החלטה אחרת. מומלץ "להלביש" על טקטיקה אחת או יותר, אשר נלמדה זה מכבר, את קבלת ההחלטות, כך יהיה לתלמידים ברור מהי המטרה וכיצד מתנהלים.

בשיעור החמישי ניתן להמשיך ולתרגל מעט קבלת החלטות בהתאם להספק שבשיעור הקודם לו, וכן, הדגשת הטכניקה שבמיומנות הזריקה. ישנן מספר טכניקות זריקה, ויש לאפשר לתלמידים תחילה להיחשף אליהן בצורה מודעת ולא רק מתוך ניסיונות אישיים: עלי לאסוף את התלמידים ולהדגים טכניקה אחת או לכל היותר שתיים, תוך מתן דגשים ווידוא הבנה, ולאפשר להם להתנסות בהן האחד מול השני לשם תרגול ושכלול המיומנות. לאחר מכן ניתן להחליט על חלוקת הכיתה למספר קבוצות קטנות, אשר כל אחת תשחק את המשחק לפי טכניקת זריקה מסוימת, זאת לשם העלאת רמת המיומנות. (החלוקה לקבוצות היא על מנת שכמה שיותר תלמידים יגעו בצלחת בזמן אמת ולא רק באופטימום הקיים שבזריקת צלחת האחד מול השני).

השיעור השישי יחתום את נושא משחק האולטימייט, ולמעשה ניתן ממש להחליט על "טורניר" בין הקבוצות בכיתה (א) לשלב מספר כיתות יחדיו בהפסקה הפעילה, בהנחה שהספקנו ללמד גם את יתר הכיתות באופן דומה, או לפחות כיתות המכירות את המשחק). ניתן לארגן חולצות בצבעים שונים לשם חלוקה טבעית לקבוצות ולמען הסר ספק מי בקבוצה של מי. ברור גם, כי במידה וישנה כיתה אחת אשר איתרע מזלה ללמוד לפי השלבים המוצגים כאן, ופסחה על שלב הטקטיקה וקבלת ההחלטות (כמו גם על שלב המיומנות והטכניקה), היא תיווכח בכך מיד, נוכח התוצאות המתבקשות, או לפחות אם לא לפי ניקוד, הרי שלפי רמת ביצוע ורמת הקושי שתופגן כלפיה. למעשה שיעור זה יסכם את אופן המשחק כך שהתלמידים יחוו שעברו תהליך של ממש – החל מהכרת המשחק באופן הבסיסי ביותר, דרך טקטיקות ומחשבה שהושקעה בתכנון, ועד למיומנות זריקה יפה והיערכות קבוצתית נכונה המובילה לניצחון. ובכך ניתן להשיג, ב-6 שיעורים

בלבד, רמת משחק שעלתה משיעור לשיעור, ורצף משחקי של ממש-אשר יוכלו התלמידים לקחת עמם הלאה, ולשחק בעצמם בהפסקות, עם משפחותיהם בטיולי יום שבת, ובכל פנאי ועת, ואף להקים ליגות בית ספריות-עירוניות-מחוזיות וכו'. השיתוף שבמשחק זה מאפשר לכלל התלמידים לבוא לידי ביטוי – מחזק עד חלש, ממהיר ועד איטי, מגבוה ועד לנמוך שבתלמידים. לכל אחד-תפקיד.

במהלך כתיבת העבודה ניסיתי לדמיין את הכיתות אותן אני זוכה ללמד בבית הספר היסודי בו אני עורכת את התנסות ההוראה שלי, כחלק מלימודי. ניסיתי להבין ולחשוב, האם מודל זה היה "תופס" את תשומת ליבם? את יכולת ההבנה שלהם? את הנאתם? אולי נכון להיצמד לאופן ההוראה המסורתי, לאותה הדרך בה הוצגו לי, ומוצגות עד היום, המיומנויות הנדרשות לשם ביצוע מסוים. או לפי הנושאים המוכרים שמועברים כבר שנים מבלי שאף ראש חושב בין קודקודי משרד החינוך ייתן עליהם את הדעת ויפענח מהי תרומתם האמיתית ליכולות הגופניות-מוטוריות ורגשיות של התלמיד, אם בכלל. (תהליך מחשבה של "עלות מול תועלת", קצר ונהיר, יציף כי אין צורך ברוב הנושאים הנלמדים, אלא אם אנו צופים עתיד מזהיר למרבית ילדי ישראל על הפודיומים המפוארים של התחרויות האולימפיות...). אינני מתיימרת להיות גאונה גדולה, או אשת חינוך וספורט בעלת ניסיון וותק רב שנים (ולא בטוחה שהנני מעוניינת בכך גם) אך ברור לכל כי שיטת החינוך המאכילה בכפית היא לרוב גם זו שמפספסת את המטרה! היא איננה שיטת חינוך, כי אם-שיטת "האכלה". על ידי מודל זה, ניתן ללמד כל תחום ולא רק חינוך גופני! ניתן להלבישו על מגוון השפות הנלמדות בביה"ס (החל ממתמטיקה, אנגלית, אמנות ואף פיזיקה ותיאטרון). ייחודו וחיידושו של המודל הוא, בעיקר, בכך שהוא מאפשר ומעודד התנסות ראשונית וגישוש התלמיד את התחום (ללא היכרות מוקדמת) כמו גם יכולת מחשבה, סידור וארגון, והתנסות בפועל של כל אלו. ממש כשם שכשהייתי קטנה הפצרתי באמי שתאפשר לי להכין עוגה בעצמי, והיא רק ביקשה "תביטי מה אני עושה ותלמדי". מובן לכל שאף עוגה לא הצלחתי להכין רק מ"צפייה", אלא מניסיונות בפועל, הלכה למעשה, ותהליך למידה פעיל שהעברתי את עצמי: ביום שבו נפרדה אמי מן העולם, כבר לא הייתה לי ברירה, הייתי חייבת להתעמת בעצמי עם הניסיון להכין עוגה מבלי באמת לדעת כיצד. (וכיום- העוגות מוצלחות, כמעט כמו אלו שהייתה נוהגת להכין! ☺) . ההבנה הברורה שתלמיד חייב לחוות, לנסות ולחשוב מתוך התסכול, מתוך ה"אין", מתוך כך שהכפית לא תוגש לו, אלא שהוא יאלץ לחפשה ולהגיש את פיו אליה, היא אשר מחזקת בי את התחושה כי אין כמעט מקום לשיטות הלימוד הנושנות (אלא אם ברצוננו לאלף. ללמד לשם סימון "וי", או לחילופין, להוציא תחת שורותינו חיילים טובים, רבובים, אשר מבצעים ללא מחשבה –את שיטילו עליהם.) אם ברצוננו לאפשר לתלמידים אלו ולכולנו גם חיים אזרחיים טובים בהמשכם, עלינו לוודא שהם מפעילים את כל אותם אזורים חשוכים ומאובקים בכל אותן פינות נסתרות במוחם. ילד חושב יגדל להיות אזרח חושב – אדם חושב. ואדם חושב הוא האדם שיוביל לשינויים, יזום חידושים, יזהה הזדמנויות כמו גם עוולות חברתיות, והחשוב מכל, יישא באחריות מעשיו! מן המיקרו שבמלאכת ההוראה- אל המאקרו

שטומנים בחובם החיים בעולם כשלנו, תמיד אעדיף את הדרך הדוחפת אותי וקוראת לי לחשוב, המזמינה אותי לגלות בעצמי ולא לצפות ש"המורה יגיד". לא תמיד יהיה שם מורה! (לרוב- אין לנו מורה מנחה ומוביל, או לפחות- ברגעים קריטיים בחיים, אלא אם טרחנו לאמץ לנו אחד שכזה). אם מטרנתנו היא לאפשר לתלמידים כר פורה של חשיבה, עשייה, וישום בשטח-גם כשנוכחותנו לא בנמצא, הרי שזוהי הדרך! אני לוקחת ומאמצת אלי את המודל הנבון הזה, ואשמח "לערוך בו ניסויים" על תלמידיי בהמשך הדרך, ולבדוק לאילו תחומים מתאים יותר או פחות, כיצד ניתן לשכלל אותו, (ותחילה כיצד להביא את עצמי למצב בו אשלוט במודל באופן מקצועי ומחודד יותר!). עיקרה של עבודה זו היא בפתיחות המחשבתית שדורש המודל הזה, ההבנה כי השליטה והסדר בשיעור אליהם אנו רגילים, מקומם עמנו אך בצורה מעט שונה, וכי לא צריך לפחד מה"בלאגן" שיווצר כאשר התלמידים יתנסו ויחוו, ואף יתפזרו מעט תחילה, ממש כשם שמאפשרים לילדים לצבוע קיר עם צבעי גועש ללא כל פחד (כל שנחוץ הוא תחילה לעטוף אותו בניילון)... מתוך מודל זה אני יוצאת אל ההפנמה כי תהליך חינוכי טוב, אשר מושתת ומושרש ביסודות והערכים של הילדים הוא כזה הנחקק בהם, המותיר בהם רשמים עמוקים, והוא גם כזה שמגיע מתוך המשחק. הכיף. ההתנסות. גם מתוך התסכול שבאי ההבנה הראשונית, אך ההבנה שניתן להתגבר עליו ולחצות את גשר ההבנה מתוך הסקרנות הטבעית, היא המחזקת ומעודדת את הילד להמשיך ולשאול שאלות ולחפש את התשובות בעצמו, ללא המתנה מגוחכת ל"מורה" שיספקן, אולי רק ידריך ויכוון. אסיים ואחתום בציטוט המופיע על קיר בבית הספר בו אני מלמדת בכפר ויתקין, ואשר אני מזדהה עמו לא רק לתחומי חצר בית הספר, אלא לחיים בכלל: "החינוך הוא המקצוע הקשה ביותר, משום שהוא תובע את ידיעת האדם העמוקה ביותר, היינו: ידיעת הנפש. אך הוא גם המקצוע הנאצל ביותר, שכן הוא מטפל ביפה ביותר אשר נוצר – נשמת האדם" /גוארדיני.