

מערך שיעור לגיל הרך

הסטודנט/ית: *name* שנה: *q* תאריך יום הוראה מתוכנן:

בית ספר: כיתה: *p* מספר הלומדים:

מקום השיעור: *place* שיעור מספר: *1* מתוך: *4* שיעורים

נושא הלימוד: סמך/י את נושאי הלימוד שתלמדו ב-X

() חינוך לתנועה

() חינוך לשלמות

(X) שילוב תנועה בסביבה הפיסית והחברתית

מטרת ההוראה:

1. הילדים ישללו את התנועות הבסיסיות.
2. הילדים ישללו את התנועות-קבוצתי וישללו את חוקיו.

| <u>מטרות אופרטיביות:</u> | |
|--------------------------|--|
| עמ' בתכנית הלימודים | |
| 93 'א | 1. הילדים ישללו את הזריקה והתפיסה. |
| 93 'א | 2. הילדים ישללו את הקליעה למטרה. |
| 131 'א | 3. הילדים ישללו את כללי החוקים של המשחק. |

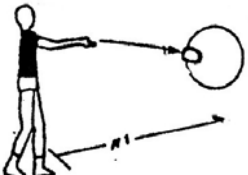
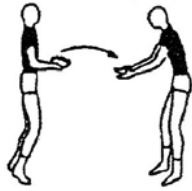
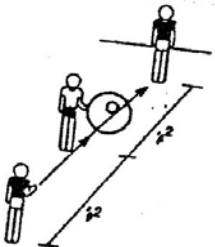



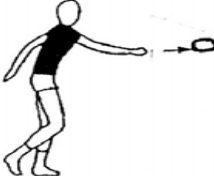
הציוד והעזרים הדרושים לשיעור: שקיות שצוצית וחישוקים לכל ילד, דיסק אפיונה של ארנא.

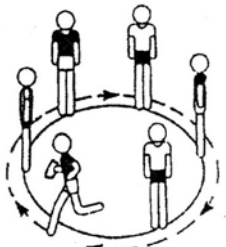
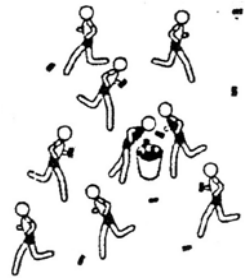
בטיחות: שאינה מרחק ברובה, להיאמן מלפאצ בחבר בזמן זריקת השקית.

התוצר המצופה בשיעור – אופן ההערכה:

1. מצמידת פסיעה יד ורלף נאדית, הילדים יזרקו הזריקה תחתית שקית לתוך חישוק ויצליחו לדיוק ב-5 מתוך 10 ניסיונות.
2. שאילת הילדים שיצינו את חשיבות צמדת המוצא הנכונה הזריקה תחתית.

| נקודות להדגשה ארגון הלמידה | שאלות מנחות / בודקות | חינוך לשלומות | המשימות / תיאור הפעילות | פירוט ברמת הביצוע | חלק/ זמן |
|--|---|---------------|--|--|------------------------------|
| <p>-ישיבה על הספסלים</p> <p>-סקיות פזורות.</p> <p>-להדגיש ריצה על כרית כף הרגל</p> <p>-להדגיש נחיתה נכונה</p> <p>-ילדים רחוקים אחד מהשני</p> | <p>כיצד רצים ריצה נכונה וסקטה?</p> <p>כיצד נוחתים נכון?</p> | | <p>התכנסות, קביעת סימנים מוסכמים ונהלים בין מורה לתלמיד.</p> <p>ריצה קלה בין השקיות - לסימן מוסכם צוברים בצורות שונות: צמידה על רגל אחת, צמידה שפופה וכו'.</p> <p>ריצה לצדדים ולאחור.</p> <p>ריצה וניתורים מצל השקיות: רגל אחת, שתיים.</p> <p>סקית ביד, בהליכה: הצגרת השקית סביב האוזן, הצגרת השקית מתחת לברכיים.</p> <p>בצורת פיסוק: הצגרת השקית בין הרגליים בצורת 8.</p> | <p>קבלת הילדים</p> <p>חימום כללי והצלאת הדופק</p> <p>תנועה במרחב</p> <p>תרגילי קואורדינציה</p> <p>אמיות למפצה</p> | <p>פתיחה + מכין (10 דק')</p> |
|   | <p>היכן המבט בזריקה ותפיסת השקית?</p> <p>מה הקושי בזריקה ותפיסת השקית בהליכה?</p> | | <p>התקדמות תוך איזון השקית על חלקי אופ' שונים: ראש, ברק, ירק.</p> <p>בצמידת ארבע קדמית: איזון השקית על הגב.</p> <p><u>ביחידים</u></p> <p>בצמידה: זריקת השקית ביד אחת, לתפוס בשתי ידיים.</p> <p>כנ"ל: לתפוס את השקית ביד אחת.</p> <p>בהליכה: זריקה ותפיסת השקית.</p> <p>כנ"ל: הוספת מחיאת כף אחת ואח"כ מספר מחיאות.</p> | <p>התנסות בתרגילי הפיטה</p> <p>התנסות בזריקה ותפיסה של השקית ב-2 ידיים וביד אחת</p> <p>התנסות בזריקה לטובה עם שני ידים</p> | <p>ציקרי (30 דק')</p> |

| נקודות להדגשה ארגון הלמידה | שאלות מנחות / בודקות | חינוך לשלומות | המשימות / תיאור הפעילות | פירוט ברמת הביצוע | חלק/ זמן |
|--|--|---------------|--|--|--------------|
|  <p>מתחילים ממרחק קצר (כ-1 מ'). כל הצלחה לזיט לאחור להצמיח חישוק לקיר כדי שלא יזוז</p>  <p>המרחק כ-2 מ'. לאחור הצלחה להצמיד מרחק</p>  <p>להחליף תפקידים</p> |  <p>מעמידה ישרה באחיזת השקית בשתי הידיים</p>  <p>הולכת יד ימין (הזורקת) לאחור ורגל שמאל לפנים לשם תנופה</p>  <p>העברת יד ימין לפנים לקראת הזריקה</p>  <p>זריקת השקית תוך ישור היד והצבעה לעבר החבר</p> | | <p>חישוק מונח על הרצפה לפני כל ילד. זריקת השקית לתוך החישוק-זריקה תחתית ביד אחת.</p> <p><u>בזוגות</u> בצמידה-מסירות זריקה תחתית ותפיסה בין בני הזוג. מסירות מצמדות מוצא שנות: ישיבה, אחד צומד ושני יושב וכו'. בריצה-מסירות בין בני הזוג.</p> <p><u>פעילות-החישוק מוחזק בניצב צי"א אחד הילדים</u> זריקה תחתית לתוך החישוק. בן הזוג תופס את השקית ומחזיר בזריקה תחתית. כנ"ל תוק הצדאת המרחק.</p> | <p>התנסות בזריקת שקית לתוך חישוק המונח על הרצפה</p> <p>התנסות במסירות לחבר ממרחקים שונים</p> <p>התנסות בזריקת שקית לתוך חישוק המוחזק באויר</p> | <p>ציקרי</p> |

| נקודות להדגשה ארגון הלמידה | שאלות מנחות / בודקות | חינוך לשלומות | המשימות / תיאור הפעילות | פירוט ברמת הביצוע | חלק/ זמן |
|--|---|---------------|---|---|---------------------------|
|  <p>-להגדיל את המרחק בין הילדים -לודא שכל הילדים יראו</p>  <p>-להקפיד על זריקה תחתית -משך המשחק כ-30 שני'</p> <p>-להראיץ את הילדים -פילוך מסודר</p> | <p>כמה פעמים פצעתם מטרה ב-10 ניסיונות?</p> <p>מה העקרונות של זריקה תחתית נכונה?</p> | | <p>כל ילד בתורו לזרק 10 פעמים לתוך החישוק ומנסה לדיוק באפחות 5 זריקות.</p> <p>1 - תפוח אדמה חם בקבוצות של 8 - 10 ילדים יושבים/צומדים במצעל. מצבירים את השקי מאחד לשני. לסימן של המורה, הילד שאצלו השקית רץ במהירות סביב המצעל עד שחוזר למקומו וממשיך להצביר את השקית.</p> <p>2 - סל השקיות דיוטא של ארבע מונחת במרכז מצעל. שקיות פלורות במערה. לסימן הילדים מרימים שקיות (מחוץ למצעל) ולזרקים לתוך הדיוטא. שני ילדים תפקידם לרוקן את הסל על ידי זריקת השקיות החוצה.</p> <p>שאלות הקשורות לאופן זריקת השקית. הדגמת זריקה נכונה. איסוף והחזרת ציוד.</p> | <p>הצרכת האמידה</p> <p>הילדים יזכרו את כללי המשחק</p> <p>הילדים ישארו את חוקי המשחק</p> <p>סיכום השיעור</p> | <p>מסיים (10 דק')</p> |