

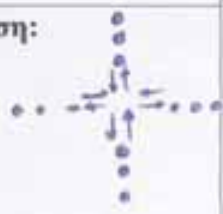




ΠΛΑΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Δειγματική διδασκαλία: Γιαννακίδης Γεώργιος Ειπαιδευτικός Φ.Α

Θέμα: Βελτίωση της ικανότητας των μαθητών στο κούτσου και τη μεταβίβαση της μπάλας (πάση)

Στόχοι:

- 1) Βελτίωση κινητικών δεξιοτήτων.
- 2) Βελτίωση νευρομυϊκής συνάρμοξης, ταχύτητας, ακρίβειας.
- 3) Βελτίωση φυσικού επιπέδου.
- 4) Βελτίωση της συνεργασίας.
- 5) Καθορισμός/επίτευξη στόχων


7'	Εισαγωγικό μέρος	<p>Περιεχόμενο: Παρουσίαση μαθήματος και προέγερση σε σχήμα σταυρού.</p>	<p>Οργάνωση:</p> 
20'	Κύριο μέρος	<p>Ασκήσεις:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Μεταβίβαση της μπάλας μέσα από τους κώνους και τρέξιμο στην αέναση βίση. 2) Οδήγηση μπάλας (επίτομ) και πάση πίσω στον επόμενο μαθητή. 3) Συστοιχτικές ασκήσεις <ol style="list-style-type: none"> α) με πάσα (ένα-δύο) β) με πλακίρισμα σε έστια. 	<ol style="list-style-type: none"> 1)  2)  3α) 
15'	Τελικό μέρος	<p>4) Κατοχή μπάλας με 2 στήριγματα και στη συνέχεια ελεύθερο παιχνίδι με 2 μικρές έστια (ομάδες 4 μαθητών)</p>	<p>3β) </p>


ΠΛΑΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ


Διδακτική Διδασκαλία: Μυτάκοι Κορμάς, Εκπαιδευτικός Φ.Α.

Θέμα: Βελτίωση της ικανότητας των μαθητών στη μεταβίβαση \rightarrow στο γούτ

- Στόχοι:**
1. Εμβάθυνση/ελάττωση κινήσιμης δεξιότητας βελτίωση χωρτικού επιπέδου τεχνικής
 2. Βελτίωση αλτιονομίου, ακρίβειας ανιδρασης ασκήσ.
 3. Καθορισμός/επίσημη θέσμων
 4. Συνεργασία, επικοινωνία.

Εισαγωγικό μέρος	<p>Περιεχόμενο:</p> <p>Ασκήσιμης ελάττωσης \rightarrow αλτιονομίου \rightarrow σε σχήμα σταυρού.</p>	<p>Οργάνωση:</p> 
-------------------------	---	--

Κύριο μέρος	<p>1) α. Ασκήσιμης στη θέση αλτιονομίου με ελάττωση στη μεταβίβαση.</p> <p>β. Συντονιστική ασκήσιμης σε κωνούς με ελάττωση στο γούτ.</p> <p>2) Βελτίωση της ταχύτητας ανιδρασης \rightarrow ακρίβειας των μαθητών στο γούτ.</p> <p>α) με αμνητική κάρτα (παράλληλη με κάρτα στον αέρα)</p> <p>β. με σλάσιμ μέσα στο κωνούς σε σχήμα τριγώνου \rightarrow γούτ.</p> <p>3) Βελτίωση της μαυρινή-κονήσιμης μεταβίβασης \rightarrow γούτ.</p> <p>4) Παιχνίδι 3:3.</p>	
--------------------	--	---

Τελικό μέρος	<p>Χαλαρωτικές \rightarrow Δοκίμης πηδ. ασκήσιμης.</p>	
---------------------	---	--

\rightarrow πορεία παίχτη
 \rightarrow πορεία μπάλας
 \rightarrow κάρτα



ΠΛΑΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Θέμα:		
Στόχοι:		
Εισαγωγικό μέρος	Περιεχόμενο:	Οργάνωση:
Κύριο μέρος		
Τελικό μέρος		