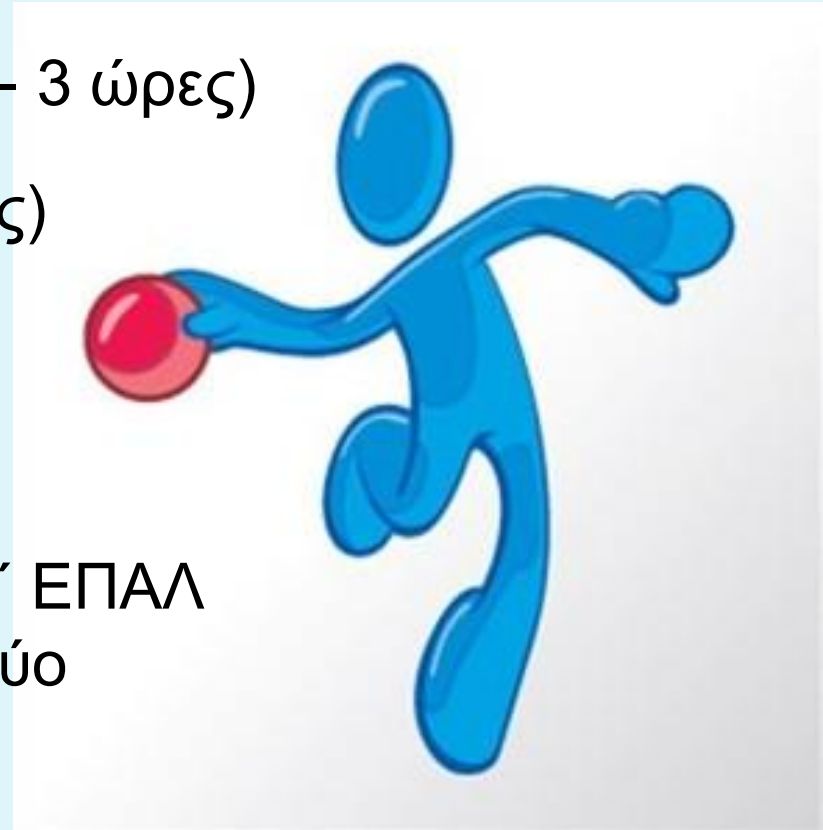


Το πλαίσιο διδασκαλίας της
Χειροσφαίρισης
σύμφωνα με το Α.Π.Σ. της
Φυσικής Αγωγής

Υ.ΠΑΙ.Θ.Π.Α.

Το διδακτικό αντικείμενο του Χάντμπολ στη σχολική Φυσική Αγωγή

- ▶ Γ΄ & Δ΄ τάξη δημοτικού (μύηση - 3 ώρες)
- ▶ Ε΄ & Στ΄ τάξη δημοτικού (8 ώρες)
- ▶ Β΄ τάξη γυμνασίου (10 ώρες)
- ▶ Γ΄ τάξη γυμνασίου (10 ώρες)
- ▶ Α΄, Β΄ & Γ΄ τάξη ΓΕΛ και Α΄ & Β΄ ΕΠΑΛ
(αντικείμενο επιλογής και στα δύο τετράμηνα)



Στόχοι της διδασκαλίας του Χάντμπολ στο Α.Π.Σ. της Φυσικής Αγωγής

▶ Στόχοι ψυχοκινητικού τομέα

- Εκμάθηση των κινητικών δεξιοτήτων (τεχνικής και τακτικής) του χάντμπολ
- Ανάπτυξη των ειδικών φυσικών ικανοτήτων
- Ανάπτυξη των αθλητικών δεξιοτήτων του χάντμπολ

▶ Στόχοι συναισθηματικού τομέα

- Ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας, συνεργασίας, ομαδικότητας
- Ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης, της θετικής αυτοαντίληψης και της αυτοπεποίθησης των μαθητών
- Ανάπτυξη ηθικών αξιών, όπως τήρηση των κανόνων, ευγενής συναγωνισμός, τιμιότητα, αποδοχή της διαφορετικότητας και του αποτελέσματος

▶ Στόχοι γνωστικού τομέα

- Απόκτηση γνώσεων για την τεχνική και τακτική των κινήσεων
- Απόκτηση γνώσεων για τους κανονισμούς

Η διδασκαλία του χάντμπολ στη Γ΄ και τη Δ΄ τάξη του Δημοτικού σχολείου

► Επιδιώκεται οι μαθητές:

- Να εξοικειωθούν και να καλλιεργήσουν με παιχνιδιώδη τρόπο τις ιδιαίτερες κινήσεις του χάντμπολ
- Να χαρούν και να εκφραστούν με το παιχνίδι
- Να καλλιεργήσουν πνεύμα συνεργασίας και ομαδικότητας
- Να αναπτύξουν ηθικές αξίες, όπως τιμιότητα, αξιοκρατία, σεβασμός των αντιπάλων, μετριοφροσύνη
- Να γνωρίσουν στοιχεία τεχνικής του αθλήματος



Ενδεικτικές δραστηριότητες της διδασκαλίας του χάντμπολ στη Γ΄ και τη Δ΄ τάξη του δημοτικού σχολείου

- ▶ Ασκήσεις χειρισμού και εξοικείωσης με τη μπάλα
- ▶ Ασκήσεις παιχνιδιώδους μορφής για την εκμάθηση της πάσας και του σουτ
- ▶ Πάσα σε ζευγάρια
- ▶ Σουτ προς μια κατεύθυνση
- ▶ Παιχνίδι με μεικτές ομάδες χωρίς πολλές διακοπές και διορθώσεις



Η διδασκαλία του χάντμπολ στην Ε΄ και τη Στ΄ τάξη του δημοτικού σχολείου

► Επιδιώκεται οι μαθητές:

- Να αποκτήσουν κινητικές δεξιότητες (τεχνικής και τακτικής) στο χάντμπολ
- Να αναπτύξουν ειδικές φυσικές ικανότητες για το άθλημα
- Να καλλιεργήσουν πνεύμα συνεργασίας, ομαδικότητας και επικοινωνίας
- Να αναπτύξουν ηθικές αξίες, όπως τιμιότητα, δικαιοσύνη, σεβασμός αντιπάλων
- Να γνωρίσουν τους βασικούς κανονισμούς
- Να γνωρίσουν τα στοιχεία της τεχνικής του χάντμπολ



Ενδεικτικές δραστηριότητες της διδασκαλίας του χάντμπολ στην Ε΄ και τη Στ΄ τάξη του δημοτικού σχολείου

- ▶ Ασκήσεις στην υποδοχή της μπάλας (λαβές)
 - ▶ Ασκήσεις μεταβίβασης της μπάλας (πάσα)
 - ▶ Εξάσκηση στο σουτ
 - ▶ Ασκήσεις στη ντρίπλα
 - ▶ Ασκήσεις στην ατομική άμυνα
 - ▶ Εξάσκηση του τερματοφύλακα στις διάφορες θέσεις του τέρματος και στις αποκρούσεις της μπάλας
 - ▶ Εξάσκηση στα σουτ από πλάγια θέση
 - ▶ Εξάσκηση στην απλή διάταξη της άμυνας - επίθεσης
- Επίδειξη απλού αιφνιδιασμού



Η διδασκαλία του χάντμπολ στη Β' τάξη του Γυμνασίου

► Επιδιώκεται οι μαθητές:

- Να καλλιεργήσουν τις κινητικές δεξιότητες (τεχνικής και τακτικής) στο χάντμπολ
- Να αναπτύξουν τις ειδικές φυσικές ικανότητες για το άθλημα
- Να αναπτύξουν την επικοινωνία, τη συνεργασία και την ομαδικότητα, την αυτενέργεια και την υπευθυνότητα
- Να αναπτύξουν σεβασμό για το συμπαίκτη και τον αντίπαλο
- Να γνωρίσουν τα στοιχεία της τεχνικής
- Να γνωρίσουν τους κανονισμούς του αθλήματος



Ενδεικτικό περιεχόμενο της διδασκαλίας του χάντμπολ στη Β' τάξη του Γυμνασίου

- ▶ Στάσεις του παίκτη - υποδοχή της μπάλας
- ▶ Είδη πάσας: βασική πάσα πάνω από κεφάλι, πλάγια περιστροφική, σκαστή, κλπ
- ▶ Επιτρεπόμενα βήματα με κράτημα της μπάλας από στάση και σε κίνηση
- ▶ Ντρίπλα: συνδυασμός ντρίπλας, βημάτων και πάσας
- ▶ Είδη σουτ: βασικό «ρίψη πάνω από το κεφάλι», χαμηλό «ρίψη κάτω από το ύψος του ισχίου», με άλμα «με ένα, δύο ή τρία βήματα» από πάσα και από ντρίπλα
- ▶ Μπλόκ
- ▶ Διάταξη άμυνας - επίθεσης
- ▶ Θέσεις και τρόποι απόκρουσης του τερματοφύλακα



Η διδασκαλία του χάντμπολ στη Γ' τάξη του Γυμνασίου

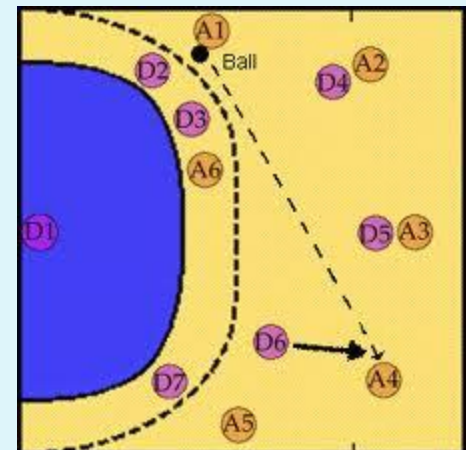
► Επιδιώκεται οι μαθητές:

- Να αναπτύξουν τις κινητικές (τεχνική και τακτική) και αθλητικές τους δεξιότητες στο χάντμπολ
- Να αναπτύξουν αντιληπτικές δεξιότητες για την κίνησή τους στον αγωνιστικό χώρο
- Να καλλιεργήσουν πνεύμα ομαδικότητας συνεργασίας και επικοινωνίας
- Να αναπτύξουν δεξιότητες αυτοπειθαρχίας, θέλησης, υπευθυνότητας, υπομονής, επιμονής και θάρρους
- Να γνωρίσουν τους κανονισμούς του αθλήματος



Ενδεικτικό περιεχόμενο της διδασκαλίας του χάντμπολ στη Γ' τάξη του Γυμνασίου

- ▶ Επανάληψη θεμάτων Β' τάξης
- ▶ Απλές μορφές άμυνας: θέσεις και μετακινήσεις παικτών
- ▶ Απλές μορφές επίθεσης: θέσεις και μετακινήσεις παικτών
- ▶ Παιχνίδι με πλήρη εφαρμογή των κανονισμών



Διδασκαλία – οργάνωση του μαθήματος

- ▶ Το περιεχόμενο διδασκαλίας του χάντμπολ σε κάθε τάξη είναι ενδεικτικό. Ακολουθείται σε γενικές γραμμές, μπορεί ωστόσο να προσαρμόζεται στο αναπτυξιακό επίπεδο και τις εκάστοτε κινητικές δεξιότητες των μαθητών
- ▶ Το αντικείμενο διδάσκεται ολιστικά. Δεν αναλώνεται ο διδακτικός χρόνος στη διδασκαλία μόνο των κινητικών δεξιοτήτων, αλλά ταυτόχρονα οι μαθητές εξασκούνται στις δεξιότητες, συνδέοντάς τες με το συνολικό περιεχόμενο και το παιχνίδι. Βασική επιδίωξη στη διδασκαλία του χάντμπολ είναι οι μαθητές να συμμετέχουν εξ αρχής σε μορφές παιχνιδιού.
- ▶ Το αντικείμενο διδάσκεται στο σύνολό του βιωματικά. Η εκμάθηση, η εξάσκηση, η αγωνιστική βελτίωση, η απόκτηση γνώσεων, η ανάπτυξη συναισθηματικών-κοινωνικών δεξιοτήτων και αξιών και η κατανόηση & εφαρμογή των κανονισμών γίνεται σε διαδικασίες πρακτικής εφαρμογής.

Οι διαθεματικές προσεγγίσεις

- ▶ Αναφορά σε θεμελιώδεις έννοιες (χώρος-χρόνος, άτομο-σύνολο, ομοιότητα-διαφορά, σύστημα, μεταβολή, αλληλεπίδραση, ισότητα, συνεργασία, επικοινωνία, συλλογικότητα, εξάρτηση, ενέργεια)
- ▶ Διαθεματικά σχέδια εργασίας
ενδεικτικά:
 - Οργάνωση ομαδικών παιχνιδιών & αγώνων στο σχολείο
 - Οι αθλοπαιδιές στη «δια βίου άσκηση»
 - φυσική δραστηριότητα μέσα από τα ομαδικά παιχνίδια και αθλήματα: υγεία και ανάπτυξη των μαθητών
 - Η βία στα ομαδικά αθλήματα
 - Η αθλητική οργάνωση των αθλοπαιδιών, κλπ
- ▶ Ολιστική-βιωματική διδασκαλία του χάντμπολ (εφαρμογή των διδασκόμενων δεξιοτήτων σε μορφές παιχνιδιού, ταυτόχρονη αναφορά στη διαδικασία και τους κανόνες του παιχνιδιού, σύνθεση στόχων στο μάθημα, ευρύτερες αναφορές στην αθλητική οργάνωση και σύνδεση του μπάσκετ με την κοινωνία, κλπ)