

“Άνθρωποι - καλάθια” σε στυλ korfball
ή πως να διδάξεις αλλιώς το μπάσκετ στην Αθμία εκπαίδευση
του Μακρή Νικολάου, εκπαιδευτικού ΦΑ

- ◆ Ξεκινάμε από την 3η δημοτικού - ίσως και από την 2α τάξη κατά περίπτωση και ανάλογα με την κινητική και αντιληπτική ικανότητα των παιδιών - με το **“Άνθρωποι - καλάθια” σε στυλ korfball***. Αντί για 2 ψηλά καλάθια και το κλασικό μπάσκετ, χωρίζουμε μεν τα παιδιά σε 2 ομάδες Α και Β αλλά χωρίζουμε το γήπεδο του μπάσκετ σε 2 μισά γήπεδα με κώνους στο μέσο του γηπέδου και κυρίως χρησιμοποιούμε 2 στρώματα, ένα σε κάθε μισό γήπεδο και 2 παιδιά - από ένα παιδί από κάθε ομάδα πάνω σε καθένα απ’ αυτά τα στρώματα (αυτοί οι 2 είναι οι Άνθρωποι - καλάθια) - ρίζτε μια ματιά στο σχέδιο στο τέλος του εγγράφου.
- ◆ Γύρω γύρω από κάθε στρώμα και εσωτερικά παρατάσσεται η ομάδα που αμύνεται ενώ εξωτερικά παρατάσσεται η ομάδα που επιτίθεται.
- ◆ Χωρίζουμε τις ομάδες Α και Β σε Α1 και Α2 και Β1 και Β2.
- ◆ Στο 1ο γήπεδο όπου υπάρχει άνθρωπος καλάθι από την ομάδα Α, η υπο-ομάδα Α1 κάνει επίθεση (ζώνη επίθεσης) ενώ η Β1 άμυνα (ζώνη άμυνας). Καλάθι θεωρείται και μετράει για έναν πόντο όταν ο Άνθρωπος - καλάθι πιάσει την μπάλα στον αέρα και χωρίς να πατήσει κάτω από το στρώμα που του την έχει πετάξει ένας επιθετικός της ομάδας του.
- ◆ Στο 2ο γήπεδο όπου υπάρχει άνθρωπος καλάθι από την ομάδα Β, η υπο-ομάδα Β2 κάνει επίθεση (ζώνη επίθεσης) ενώ η Α2 αμύνεται (ζώνη άμυνας). Καλάθι θεωρείται και μετράει για έναν πόντο όταν ο Άνθρωπος - καλάθι πιάσει την μπάλα στον αέρα και χωρίς να πατήσει κάτω από το στρώμα που του την έχει πετάξει ένας επιθετικός της ομάδας του.
- ◆ Ξεκινάμε λοιπόν με 1 μαθητή πάνω σε ένα φαρδύ στρώμα ή πάνω σε 2 στρώματα ενωμένα στην αρχή για να πιάνει την μπάλα εύκολα και προοδευτικά βάζουμε το παιδί πάνω σε στενότερο και μικρότερο στρώμα ώστε να δυσκολεύει το καλάθι/πιάσιμο της μπάλας. Μπορούμε επίσης στην αρχή να βάλουμε τους ανθρώπους καλάθια ψηλότερα από τους άλλους πάνω σε πχ 2 στρώματα που το ένα είναι πάνω στο άλλο ώστε να πιάνουν την μπάλα ευκολότερα πάνω από τους αμυντικούς και μετά τους βάζουμε πάνω σε ένα στρώμα μόνο. Αν θέλουμε να το δυσκολέψουμε πιο πολύ, βάζουμε τον άνθρωπο καλάθι να κάθεται πάνω σε καρέκλα η οποία είναι πάνω στο στρώμα.
- ◆ Οι αμυντικοί αλλά και οι επιθετικοί απαγορεύεται να ακουμπούν/πατάνε το στρώμα όπως και να πηδάνε από πάνω του στην άλλη πλευρά για να αποκτήσουν πλεονέκτημα. Η ποινή είναι να βγουν έξω από το παιγνίδι και να κάνουν 10 “αστεράκια” **
- ◆ Μετακινούμαστε με 3 βήματα μόνο (στην Β και Γ και μερικώς στην Δ δημοτικού). Κανείς δεν μπορεί να μας ακουμπήσει αλλά δεν πρέπει και εμείς να πέσουμε μετακινούμενοι πάνω σε ακίνητο αντίπαλο όταν κάνουμε τα 3 βήματα μας αλλιώς όλοι όσοι ακούμπησαν αντίπαλο βγαίνουν έξω και κάνουν 10 “αστεράκια” ** (στις μεγάλες τάξεις 10 push ups, 10 burpees ** κλπ)
- ◆ Το σουτ στον άνθρωπο καλάθι - όταν πλέον πλησιάσουμε στο στρώμα - πρέπει να είναι σουτ μπάσκετ με τα δύο χέρια στην αρχή και προοδευτικά με το ένα χέρι. Επίσης πρέπει να είναι σουτ με καμπύλη (υποχρεωτικά πάνω από τα όρθια χέρια του αντίπαλου) αλλιώς δεν μετράει. Στην αρχή αποφασίζουμε και εξηγούμε εμείς γιατί δεν μετράει και μετά ρωτάμε τα παιδιά να μας πουν αν μετράει το καλάθι και αν ναι ή όχι, γιατί.
- ◆ Αν ο Άνθρωπος - καλάθι δεν πιάσει την μπάλα στον αέρα και πάνω στο στρώμα όπως πρέπει, αν πχ χτυπήσει πρώτα κάτω η μπάλα και μετά την πιάσει, τότε αφήνει την μπάλα στην άμυνα και δεν την ξαναδίνει στους συμπαίκτες του. Κάθε φορά που γίνεται αυτό, την μπάλα την παίρνει διαφορετικό παιδί από την άμυνα και όλοι οι αμυντικοί πρέπει τώρα με μετακίνηση/πάσες και συνεργασία να φέρουν την μπάλα στο άλλο μισό γήπεδο στην ζώνη επίθεσης της ομάδας τους όμως οι αντίπαλοι τους εμποδίζουν και προσπαθούν να ξαναπάρουν την μπάλα.
- ◆ Αν μπει καλάθι, ο Άνθρωπος - καλάθι δίνει την μπάλα στην άμυνα για να επιτεθεί. Ένας/μια μαθητής/τρια μεταφέρει ανενόχλητος/η την μπάλα ως την κεντρική γραμμή και την δίνει στο

“Άνθρωποι - καλάθια” σε στυλ korfball ή πως να διδάξεις αλλιώς το μπάσκετ στην Αθμία εκπαίδευση του Μακρή Νικολάου, εκπαιδευτικού ΦΑ

άλλο μισό γήπεδο στην ζώνη επίθεσης της ομάδας τους. Κάθε φορά άλλο παιδί μεταφέρει την μπάλα στην επίθεση και άλλο παιδί την υποδέχεται και ξεκινάει την επίθεση στο άλλο μισό για να περνάει η μπάλα απ' όλους.

- ◆ Αν ο αμυντικός ακουμπήσει αντίπαλο (ή τον άνθρωπο καλάθι) αποβάλλεται και κάνει 10 “αστεράκια” ** έξω από το γήπεδο.
- ◆ Τα 3 βήματα γίνονται ενιαία και γρήγορα και όχι αποσπασματικά. Το εξηγούμε στην αρχή εμείς και μετά ρωτάμε τα παιδιά να μας πουν αν έγιναν σωστά τα βήματα και αν ναι ή όχι, γιατί.
- ◆ Ο παίκτης μόλις πάρει την μπάλα αλλά και μετά τα 3 βήματα έχει 5 δευτερόλεπτα στην διάθεση του να δώσει πάσα ή να κάνει σουτ. Εδώ είναι πολύ καλή ευκαιρία να διδάξουμε το πίβοτ.
- ◆ Στο στυλ korfball που χρησιμοποιούμε, τα δύο γήπεδα είναι ανεξάρτητα όπως είπαμε στην αρχή και δεν μπορεί να περάσει ο παίκτης στο άλλο γήπεδο. Κάθε 2 καλάθια όμως ή κάθε 2-3 λεπτά γίνεται αλλαγή γηπέδων και αλλαγή ρόλων. Εδώ μπορεί να έχουμε και πάλι παράπονα ότι κάποιοι δεν παίρνουν την μπάλα - ειδικά αν είναι και πολλοί μαθητές - οπότε τότε μπορούμε να πάμε στο Double Ball *** παιγνίδι με δύο μπάλες (αν και είναι νωρίς γι αυτές τις τάξεις).
- ◆ Είναι σημαντικό να μάθουμε στα παιδιά να χρησιμοποιούν όλο το χώρο του μισού γηπέδου και το χώρο πίσω από το στρώμα για να ξεφεύγουν από τον προσωπικό τους αντίπαλο.

Συνεχίζουμε στην 4η δημοτικού με την **επιλογή μετακίνησης** δηλ πλέον η μετακίνηση μπορεί να γίνεται με 3 βήματα ή με 3 ανεμπόδιστες συνεχόμενες ντρίπλες της μπάλας πάντα χρησιμοποιώντας στρώματα εκτός αν η συνολική ικανότητα της τάξης/φουρνιάς είναι τέτοια ώστε να πάμε σε κοντά καλάθια.

Κατόπιν πάμε σε 3 βήματα με χτύπημα της μπάλας με το 1 χέρι αφού μάθουν τα 3 απλά βήματα (για να μάθουν το lay up με 3 βήματα). Αυτό γίνεται ως εξής: Πιάνουν την μπάλα και κάνουν το πρώτο βήμα χτυπώντας ταυτόχρονα την μπάλα με το ένα χέρι ενώ φωνάζουν 1 και μετά κάνουν τα άλλα 2 βήματα μετρώντας 2 και 3.

Στο τέλος μπορούν να κάνουν τα 3 βήματα όπως παραπάνω και να κάνουν βολή της μπάλας με lay up στον άνθρωπο καλάθι (λίγο δύσκολο όμως).

Συνεχίζουμε στην 5η δημοτικού με 5 ντρίπλες max (καταργούμε τα βήματα πλέον) και από τις 5 ντρίπλες οι 3 πρώτες είναι ανεμπόδιστες ενώ αν ο παίκτης επιλέξει να κάνει και 4η και 5η τότε η μπάλα μπορεί να κλαπεί από αντίπαλο αρκεί να μην ακουμπήσει το σώμα και κάνει φάουλ στον ντρίμπλέρ. Χρησιμοποιούμε κυρίως καλάθια πλέον και στρώματα μόνο αν η συνολική ικανότητα της τάξης είναι χαμηλότερη του συνηθισμένου.

Στην 6η τάξη έχουμε πλέον 5 κανονικές ντρίπλες max αλλά όχι ανεμπόδιστες όπως πριν. Η επαφή συνεχίζει να απαγορεύεται. Κλέψιμο μπάλας γίνεται μόνο χωρίς φάουλ/επαφή με τον επιτιθέμενο. Χρησιμοποιούμε κοντά καλάθια μόνο, εκτός αν δεν υπάρχουν - που δεν υπάρχουν παντού.

Τελευταίο στάδιο ικανότητας στην 6η τάξη θεωρώ το να μπορούμε να παίζουμε μπάσκετ στο στυλ του korfball * δηλαδή χωρίς ντρίπλες, με συνεχή μετακίνηση, τρέξιμο και διαρκές ξεμαρκάρισμα από τον προσωπικό μας αντίπαλο αλλά και χωρίς δυνατότητα να μαρκάρω άλλον αντίπαλο πέρα από τον προσωπικό μου αντίπαλο συν το ότι τα αγόρια μαρκάρουν μόνο αγόρια και τα κορίτσια μόνο κορίτσια. Το korfball σε μια εκδοχή του, θα μεταμορφωθεί απ' ότι ακούγεται σε beach basket με πάρα πολλά περιθώρια περαιτέρω εξέλιξης και συμμετοχή σε Ολυμπιακούς Αγώνες.

“Άνθρωποι - καλάθια” σε στυλ korfball
ή πως να διδάξεις αλλιώς το μπάσκετ στην Αθμία εκπαίδευση
του Μακρή Νικολάου, εκπαιδευτικού ΦΑ

* korfball :

<https://www.youtube.com/watch?v=GUtJB5jBOis>

** Αστεράκια / jumping jacks

<https://www.youtube.com/watch?v=iSSAk4XCsRA>

&

** burpees : https://www.youtube.com/watch?v=mUYJqe_sJFE

*** Double Ball: παιχνίδι για την διδασκαλία του μπάσκετ κυρίως σε πολυπληθείς τάξεις της Αθμίας που ανέπτυξα στο 61ο δημ σχ Θεσ/νίκης και θα αναφερθώ κάποια στιγμή αργότερα σε αυτό.

Σύντομο βιογραφικό: Ως εκπαιδευτικός ΦΑ για σχεδόν 30 χρόνια, από την πρώτη στιγμή προβληματίστηκα για το πως θα μπορούσα να διδάξω με επιτυχία τα ομαδικά αθλήματα στην Αθμία εκπαίδευση και μέσα από συνεχή αναζήτηση και προβληματισμό πιστεύω ότι με παραλλαγές των ομαδικών αθλημάτων όπως αυτή που κρατάτε στα χέρια σας, οι μαθητές μου δείχνουν μεγαλύτερα επίπεδα ικανοποίησης μια που έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να δημιουργήσουν μικρές προσωπικές ιστορίες επιτυχίας και να έχουν μεγαλύτερα ποσοστά συμμετοχής απ’ ότι πριν. Για μένα ο μεγαλύτερος στόχος της ΦΑ στην Αθμία είναι η ενσωμάτωση όλων των μαθητών μου και η γνήσια δέσμευσή και ικανοποίηση τους στο μάθημά μου.

61ο δημοτικό σχολείο Θεσ/νίκης
Αρχαιοτήτων 3, Παναγία Φανερωμένη
nikomakris@yahoo.gr

