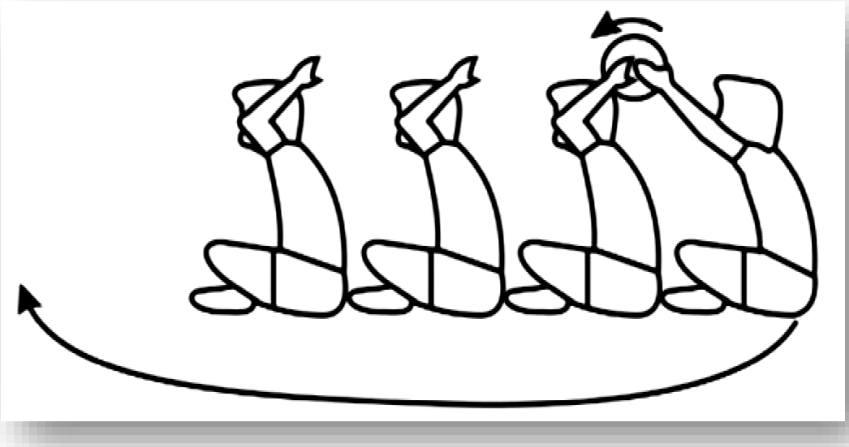
ვარჯიშები ბურთის გადაცემაზე კალათბურთში

მოამზადა ქეთევან ქობალიამ

ვარჯიშები:

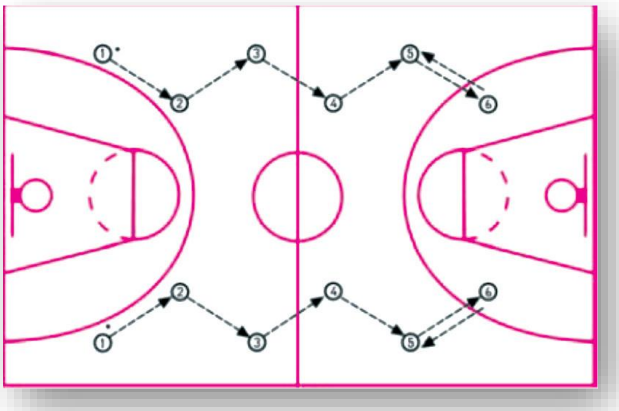
1. წყვილებში ბურთის გადაცემები დგომში მკერდიდან ძირს დაუგდებლად: ორი ხელით, მარჯვენა და მარცხენა ხელით (იგივე მოძრაობა ჯდომში).
2. წყვილებში ბურთის გადაცემები დგომში თავს ზემოდან ორი ხელით ძირს დაუგდებლად (იგივე მოძრაობა ჯდომში).
3. წყვილებში ბურთის გადაცემები დგომში მკერდიდან ძირს დაუგდებლად: ორი ხელით, მარჯვენა და მარცხენა ხელით (იგივე მოძრაობა ჯდომში).
4. წყვილებში ბურთის გადაცემები მიწიდან დგომში მკერდიდან ორი ხელით, მარჯვენა და მარცხენა ხელით.
5. წყვილებში ბურთის გადაცემები ადგილიდან ერთ ნაბიჯში მკერდიდან ძირს დაუგდებლად: ორი ხელით, მარჯვენა და მარცხენა ხელით (იგივე მოძრაობა ჯდომში).
6. წყვილებში (თითოეული თავისი ბურთით) ბურთების გაცვლა (ადგილზე, ჩაცუცქული, დამჯდარი, მუცელზე დაწოლილი).
7. იგივე ვარჯიში სამ, ოთხ, ხუთკაციან ჯგუფში.
8. წყვილებში, გვერდიგვერდ დგომში ფეხების გარშემო ბურთით რვიანის შემოხაზვა, შემდეგ ხდება ბურთების ცვლა.
9. წყვილებში, (თითოეული თავისი ბურთით) ბურთის გადაცემა ყველა შესაძლებლობის გამოყენებით.
10. იგივე ვარჯიში სამ, ოთხ, ხუთკაციან ჯგუფებში.
11. იგივე, რაც წინა ვარჯიშისას, მხოლოდ ყოველ (ორ, სამ, ოთხ, ხუთკაციან) ჯგუფში ბურთების რაოდენობა თანდათან მცირდება ერთ ბურთამდე.
12. წყვილებში (ყოველ წყვილს აქვს თითო ბურთი) ერთ-ერთი მეწყვილე ორ ნაბიჯში გადასცემს თავის მეწყვილეს ბურთს ხელიდან ხელში. ვარჯიში მეორდება რამდენიმეჯერ ფეხის აურევლად.
13. იგივე ვარჯიში სამ, ოთხ, ხუთკაციან ჯგუფებში (სიარულში ან სირბილის დროს).
14. წყვილებში - მოსწავლეები დგანან ერთმანეთის პირისპირ. გადაცემა, შემდეგ ტყორცნის იმიტაცია. წყვილად, ზურგს უკან გადაცემა ცალი ხელით.
15. მოსწავლეები დგანან ორ რიგად (თითოეულ რიგს აქვს თითო ბურთი). რიგში მყოფი პირველი უგორებს ბურთს ფეხებშუა უკან მდგომ თანაგუნდელს. რიგის ბოლოს მყოფი მოვარჯიშე იჭერს ბურთს და დრიბლინგით გარბის მწკრივის თავში. იმარჯვებს ის რიგი, რომელსაც ნაკლები დრო დასჭირდება ბურთის გორებისათვის.
16. იგივე თამაში - ამ შემთხვევაში, მოსწავლეები სხედან ორ რიგად.
17. იგივე ვარჯიში- ამ შემთხვევაში, ბავშვები ბურთს გადასცემენ ერთმანეთს წელს ზემოთ ტანის ბრუნით (დგომში და ჯდომში).

18. ბურთის გადაწოდება თავს ზემოდან (სურ. 1). წინა ვარჯიშის მსგავსად, მოსწავლეები სხედან იატაკზე, ნიშანზე ბურთს გადასცემენ ხელიდან ხელში, უკნიდან თავს ზემოთ, უკანა ბავშვი, რომელიც იწყებს ბურთის გადაწოდებას, გარბის წინ, რათა ბურთმა გააგრძელოს მოძრაობა. იმარჯვებს ის ჯგუფი, რომელიც ბურთის გადაწოდებით პირველი მიაღწევს მოედანზე წინასწარ მონიშნულ ადგილს.



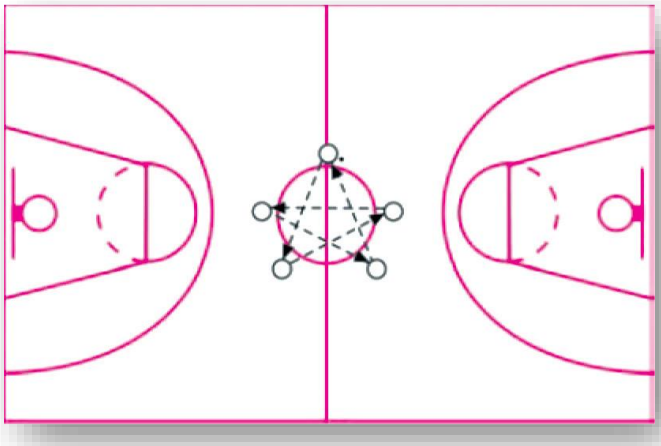
სურ. 1. ბურთის გადაწოდება თავს ზემოდან

19. წყვილებში - წყვილის უბურთო ბავშვი ხელით ანიშნებს, სად უნდა ბურთის მიღება და გარბის იმ მიმართულებით. ბურთიანი მეწყვილე აწვდის ბურთს უბურთო ბავშვს ადგილზე ახტომით.
20. წყვილებში - სირბილი წრის გარშემო, შემდეგ გადაცემა და გაქცევა საწინააღმდეგო მიმართულებით.
21. „გადაცემა ზიგზაგისებურად“- კლასი გავყოთ ორ ჯგუფად და დავაყენოთ ისე, როგორც ეს სურათზეა (სურ. 2) ნაჩვენები. ნიშანზე ბავშვები იწყებენ ბურთის გადაცემას. გამარჯვებულია ის ჯგუფი, რომელიც წინასწარ დათქმულ დროში მეტ გადაცემას გააკეთებს.



სურ. 2. გადაცემა ზიგზაგისებურად

22. „ვარსკვლავისებური გადაცემა“ (სურ. 3). დავაყენოთ მოსწავლეები ცენტრალური წრის გარშემო ისე, როგორც დიაგრამაზეა ნაჩვენები. ნიშანზე ბავშვები იწყებენ ბურთის გადაწოდებას ერთი მოთამაშის გამოტოვებით.



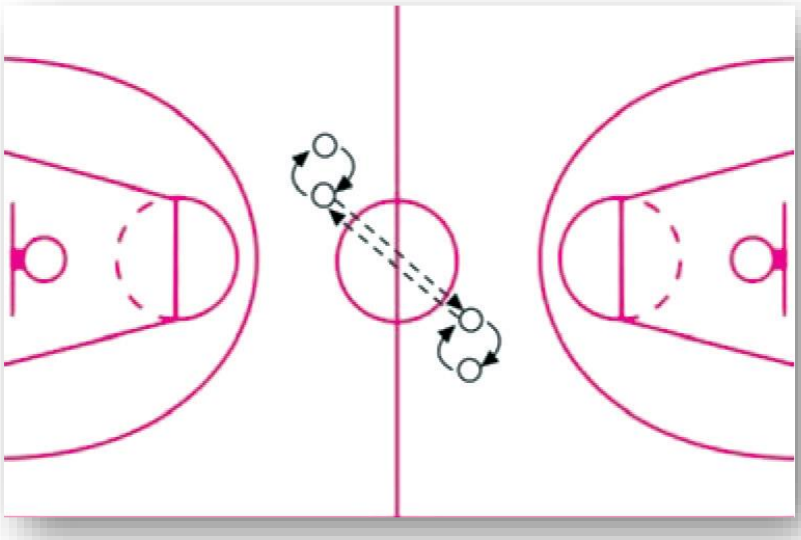
სურ. 3. „ვარსკვლავისებური გადაცემა“

23. „ორმაგი ვარსკვლავისებური გადაცემა“. იგივე, რაც წინა ვარჯიშისას, მხოლოდ ორი ჯგუფი ორი წრის გარშემო (თითო ჯგუფს თითო ბურთი). ჯგუფში ბურთის გადაწოდება ხდება ერთდროულად.

24. გადაცემა და მოძრაობა: ბავშვთა ორი კოლონა ერთმანეთის პირისპირ. ბურთის გადაწოდება პირდაპირ მდგომი მოთამაშისაკენ და გაქცევა მოპირდაპირე მწკრივის ბოლოში.

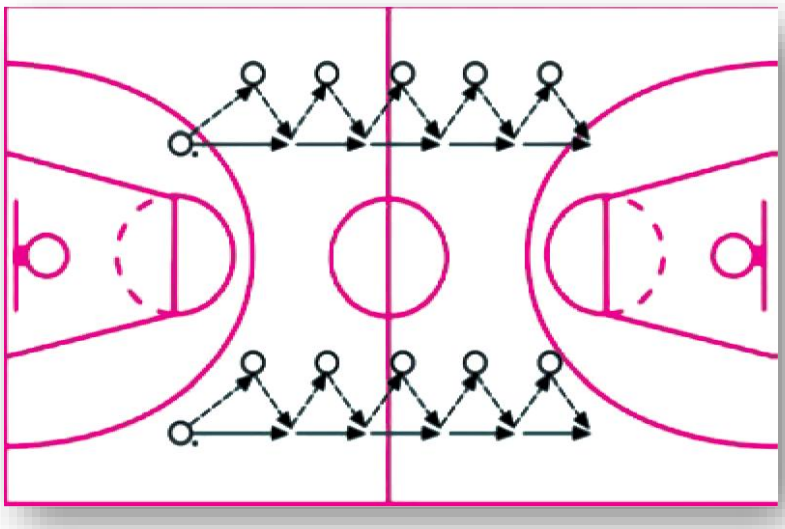
25. ორი კოლონა ერთმანეთის პირისპირ. ბურთის გადაწოდება და გაქცევა საკუთარი მწკრივის ბოლოში.

26. გადაცემა და გაქცევა (ოთხკაციანი ჯგუფები). ბურთის გადაწოდება და მეორე მოთამაშესთან ადგილის გაცვლა (სურ 4).



სურ. 4. გადაცემა, გაქცევა და ადგილის გაცვლა

27. მოვარჯიშეები დგანან, როგორც ეს სურათზეა მოცემული. ცალკე მდგომი ბურთიანი მოსწავლე აწვდის ბურთს ახლო მყოფს და გარბის სწორ ხაზზე მისგან დაბრუნებული ბურთის მისაღებად. იგივე მეორდება შემდეგ მოვარჯიშესთან და გრძელდება მწკრივის ბოლო მოსწავლემდე (სურ. 5);



სურ. 5. გადაცემა, გაქცევა დაბრუნებული ბურთის მისაღებად

28. მოსწავლეები დგანან წრიულად, ერთი ცენტრში. წრეზე მდგომი ბავშვები ბურთს აწვდიან ცენტრში მდგომ ბავშვს და ცვლიან ადგილებს.

29. მოსწავლეები დგანან ოთხკუთხედად. აწვდიან ბურთს გვერდზე მდგომს საათის ისრის მიმართულებით. მასწავლებლის ნიშანზე იცვლება ბურთის გადაწოდების მიმართულება (საათის ისრის საწინააღმდეგოდ).

30. მოსწავლეები დგანან ოთხკუთხედად (ორი ბურთით) და ასრულებენ ჯვარედინ გადაცემებს. ნიშანზე გადაცემების სახეობა იცვლება.

31. იგივე ვარჯიში - გადაცემების შემდეგ ხდება ადგილის ცვლა.

32. ორი მწკრივი ერთმანეთის პირისპირ - გადაცემა მოპირდაპირე მოთამაშისკენ და მოძრაობა საწინააღმდეგო მწკრივის ბოლოში.

33. ორი მწკრივი - გადაცემა და გაქცევა საკუთარი მწკრივის ბოლოში.

34. ორი მწკრივი - გადაცემა და გაქცევა მარჯვნივ, ხოლო ბურთის მიმღები ასევე გადაცემს ბურთს და გარბის მარცხნივ.

გამოყენებული ლიტერატურა:

- *ლობჟანიძე მ. კალათბურთი. გზამკვლევი მასწავლებლებისთვის VII – XII კლასები. თბილისი, 2014.*