

Plan de lecție
Hai să jucăm împreună Badminton

Numele profesorului: De Cesari	Nume: Stefano
Titlu: Hai să jucăm împreună badminton	Timp: 8 ore
Subiect : <i>Educație fizică</i>	
Scop: Utilizarea gândirii computaționale pentru a dezvolta capacitatea de: - Organizare a spațiului - Abilități generale de coordonare (control motor, adaptare și transformare) - Abilități speciale de coordonare (reacție, coordonare manuală a ochilor, anticipare motrică, diferențiere spațio-temporală)	
Elemente cheie CS: Descompunere; Recunoașterea modelelor; Abstracția; Proiectarea algoritmului.	
Grup de vârstă: 10-12 ani	
Situații de învățare: sală de sport, sală de clasă, tablă albă,	Tip de activitate : lucru în grup și în pereche, învățare prin cooperare, lecție frontală
Materiale: Echipament: ● Rachete de badminton (cel puțin jumătate din numărul de elevi) ● Fluturași (mai mulți, de rezervă) ● Teren de badminton sau zonă de joc adecvată (în interior sau în aer liber) ● Conuri sau markere pentru amenajarea zonelor de antrenament ● Fluier sau alt dispozitiv de semnalizare	Resurse: ● Tutoriale video despre tehnici și strategii de badminton ● Resurse online pentru clarificarea regulilor și dimensiunile instanței ● Jocuri interactive și chestionare pentru a consolida învățarea
Dezvoltarea învățării:	
Definirea problemei: Cum putem descompune jocul complex de badminton în componente mai simple pentru a ne îmbunătăți abilitățile și gândirea strategică.	
Instrucțiuni: (60 minute) Încălzire și abilități de bază	

- Încălzire fizică: Jogging ușor, întindere și mișcări dinamice.
- Lovituri de bază: Exersați mâna dreaptă, revers și rotiri deasupra capului.
- Lucrul cu picioarele: învață modele de bază pentru jocul picioarelor, cum ar fi pasul încrucișat și întoarcerea.

1. DESCOMPUNERE (120 minute)

Împărțiți jocul de badminton în componentele și abilitățile sale fundamentale, cum ar fi înțelegerea terenului și a regulilor

- **Aspectul terenului:** identificați liniile de serviciu, linia centrală și linia scurtă de serviciu.
- **Sistem de punctare:** Învață sistemul de punctare de bază (15 sau 21 de puncte pe joc).
- **Reguli de greșală:** înțelegeți regulile de servire, lovirea volanului în afara limitelor și alte greșeli

2. RECUNOAȘTERE ȘI STRATEGIE DE MODEL

- **Tiparele adversarului:** Observați stilul de joc al adversarului și identificați-i punctele forte și punctele slabe.
- **Joc strategic:** învață să-ți variezi loviturile, cum ar fi folosirea cleares-urilor, drop-urilor și smash-urilor.
- **Jocul defensiv și ofensiv:** Exersați atât strategiile defensive, cât și cele ofensive.

3. ABSTRACTIZARE (120 minute)

- Principii cheie abstracte ale badmintonului, cum ar fi regulile, sistemul de punctare și importanța poziționării și a cronometrării.
- Discutați pe teren concepte abstracte precum munca în echipă, comunicarea și luarea deciziilor.
- Încurajează jucătorii să abstragă strategii pentru diferite situații, cum ar fi când să joace agresiv sau defensiv.

Exemplu

Extragerea importanței poziționării și sincronizării:

Poziționarea și sincronizarea sunt critice în badminton și pot fi rezumate după cum urmează:

1. Poziționare: Jucătorii trebuie să înțeleagă poziționarea optimă pe teren, în funcție de faptul că servesc, primesc sau participă la un schimb. De exemplu, jucătorii ar trebui să stea mai aproape de plasă pentru jocul la fileu și să fie poziționați mai adânc pentru degajări și lovituri.
2. Sincronizare: sincronizarea este esențială pentru executarea fotografiilor cu precizie și eficientă. Jucătorii trebuie să înțeleagă ideea că lovirea fluturașului la momentul potrivit, fie pentru o lovitură la fileu, fie pentru un smash, poate determina succesul loviturii.
3. Jocul la fileu: importanța jocului la fileu poate fi abstractizată deoarece necesită reflexe rapide, sincronizare precisă și plasarea strategică a loviturilor pentru a obține controlul asupra terenului din față.
4. Gestionarea atacurilor: Jucătorii ar trebui să abstragă conceptul de gestionare a atacurilor, care implică alternarea între strategiile defensive și ofensive bazate pe poziția fluturașului și loviturile adversarului.

4. PROIECTAREA ALGORITMULUI (120 minute)

Pasul 1: Crearea unui plan de joc

- Rutina înainte de meci: Dezvoltați o rutină înainte de meci pentru a vă pregăti mental și fizic.
- Ajustări în joc: Învăța să-ți adaptezi strategia în funcție de scor și de jocul adversarului tău.
- Reflecție după meci: Analizați-vă performanța și identificați zonele de îmbunătățire.

Pasul 2: Exersează și joacă

- Exersează cu un partener: Exersați exerciții și jocuri cu un partener pentru a vă îmbunătăți abilitățile.
- Participă la meciuri: Participați la meciuri pentru a vă aplica abilitățile și strategiile într-un cadru competitiv.
- Feedback și autoevaluare: Primiți feedback de la antrenor sau partener și utilizați-l pentru a vă îmbunătăți performanța.

Pasul 3: Execuție și recuperare

- Executați lovitura aleasă cu tehnica adecvată.
- Concentrați-vă mai degrabă pe precizie și plasare decât pe putere.
- După ce ați returnat serviciul, fiți gata să treceți rapid la următoarea poziție pe teren.
- Resetați la poziția pregătită pentru a vă pregăti pentru mingul care urmează.

Pasul 4: Observați adversarul

- Fii atent la poziționarea adversarului și fii gata să reacționezi la următoarea lovitură.

Pasul 5: Repetați

- Repetați continuu acest algoritm pentru fiecare serviciu pe care îl primiți în timpul jocului.
- Adaptați-vă strategia în funcție de serviciul și stilul de joc al adversarului.

Evaluare:

Evaluare formativă:

- **Observare:**
 - Observați participarea elevilor la exerciții de încălzire, exerciții și meciuri.
 - Evaluați înțelegerea lor asupra regulilor de bază și a etichetei.

- Evaluați-le capacitatea de a executa lovituri fundamentale (mâna dreaptă, revers, depășire deasupra capului, drop shot, smash).
- Monitorizați progresul lor în dezvoltarea jocului de picioare și a poziționării în teren.
- **Întrebare:**
- Puneți întrebări deschise pentru a evalua înțelegerea de către elevi a conceptelor:
- „Care sunt elementele cheie ale unei lovituri bune de forehand?”
- „Cum vă puteți îmbunătăți acoperirea în instanță?”
- „Ce strategii poți folosi pentru a câștiga un punct?”
- **Evaluare de la egal la egal:**
- Încurajați elevii să ofere feedback partenerilor lor cu privire la performanța lor în timpul exercițiilor și meciurilor.
- Utilizați un sistem simplu de evaluare sau o listă de verificare pentru evaluarea colegilor.

Evaluare sumativă:

- **Test de aptitudini:**
- Evaluați capacitatea elevilor de a executa mișcări de bază cu acuratețe și consecvență.
- Evaluați-le jocul de picioare și acoperirea terenului în timpul exercițiilor și meciurilor.
- Observați gândirea lor strategică și luarea deciziilor în timpul jocului.
- **Implicarea în joc:**
- Organizați meciuri de simplu și dublu pentru a evalua performanța generală a elevilor.
- Evaluați capacitatea lor de a aplica abilitățile și strategiile într-un cadru competitiv .
- **Reflecție scrisă:**
- Cereți elevilor să scrie o reflecție asupra experienței lor de învățare, inclusiv:
- Punctele lor forte și punctele slabe în badminton
- Provocările cu care s-au confruntat și cum le-au depășit
- Aplicarea principiilor gândirii computaționale în jocul lor
- Obiectivele lor pentru îmbunătățirea viitoare

Rezultate așteptate:

Până la sfârșitul acestui plan de lecție, elevii ar trebui să fie capabili să:

- **Abilități fizice:**

- Execută lovituri fundamentale de badminton (forehand, backhand, clear overhead, drop shot, smash) cu precizie și putere.
- Dezvoltă un joc bun de picioare și o acoperire la curte.
- Își îmbunătățește starea fizică, inclusiv agilitatea, viteza și rezistența.
- **Abilități cognitive:**
- Înțelege regulile și eticheta badmintonului.
- Dezvoltă gândirea strategică și abilitățile de luare a deciziilor.
- **Abilități sociale:** Lucrați eficient cu partenerii și adversarii.

Note:

Prin cele 4 faze ale gândirii computaționale, elevii mei au înțeles diferitele faze ale jocurilor (descompunere și recunoaștere a modelelor), dar le-au exersat și (abstractizarea) pentru a prelua regulile (proiectarea algoritmului). O abordare diferită a predării care, în timp, îi ajută pe elevi să-și îmbunătățească strategiile de învățare.

Atașament:

Cuvinte cheie: badminton, educație fizică, gândire computațională, dezvoltarea abilităților, strategie, lucru în echipă, joc

Rezumat scurt:

Acest plan de lecție prezintă sportul badminton, concentrându-se pe dezvoltarea abilităților fundamentale, gândirea strategică și munca în echipă. Prin aplicarea principiilor gândirii computaționale, elevii vor descompune situațiile complexe de joc în pași mai mici, gestionați, vor recunoaște tipare în jocul adversarului și vor dezvolta algoritmi eficienți pentru luarea deciziilor. Prin exerciții practice, participare la meciuri și exerciții de reflexie, elevii își vor îmbunătăți abilitățile fizice, abilitățile cognitive și abilitățile sociale.