1. **Példa-forgatókönyvek a fesztiválszervezésre**

|  |
| --- |
| **Multisport fesztivál**  **Résztvevő korcsoport:** 3. évfolyam, vegyes  **Részt vevő gyerekek száma:** 48 fő  **Időtartam:** 90 perc (4 × 5 perc első kör, 4 × 5 perc második kör, 4 × 7 perc második kör + átállások, ivószünet)  **Szükséges eszközök:** 10 db különböző méretű szivacskézilabda, 10 db kosárlabda, 10 db könnyített röplabda, 6 db strandlabda, 10 db focilabda, 2 db szivacskézilabda-kapu, 2 db mobil kosárlabdapalánk (akár bordásfalra akasztható), 2 db mobil röplabdaállvány vagy gumikötél kihúzására alkalmas állvány, 3D létra, 30 db jelölőmez, 80 db kis méretű bója, tape a pálya kijelöléséhez, hangosítás (zenelejátszó, mikrofon)  **Pályafelügyelők:** az AJTI iskola magasabb évfolyamokon tanuló diákjai  **A foglalkozás általános leírása:**  A multisport fesztivál során elsősorban a pozitív játékélmény megszerzésére helyezzük a hangsúlyt. A gyerekek sikerorientált, érzelmileg biztonságos, változatost kihívásokat biztosító környezetben, játékos formában gyakorolják a technikai és taktikai elemeket, ami minden tanuló számára lehetővé teszi a labdajátékokkal kapcsolatos kompetenciaérzet és sikeresség megélését. Ennek részeként a fesztiválon semmilyen eredményszámítást nem alkalmazunk, így nem nehezedik eredménykényszer a gyermekekre. A foglalkozás során célunk minél több lehetőséget biztosítani a tanulóknak a játékba kapcsolódásra és a végrehajtásra, aminek köszönhetően – reméljük – mindenki motiváltan és lelkesen vesz részt a feladatokban. A programban alkalmazott gyakorló helyeket, feladatokat úgy alakítottuk ki, hogy egy időben minden tanuló aktív lehessen, változatos mozgásos feladatokat végezzen. A fesztivál az átadások, alapérintések (elfogások) tematikájára épül, kiválasztása során az alapvető taktikai alapvetéseit vettük alapul A fesztivál három részből tevődik össze, az első és második részben játékos formában gyakorolják a tanulók a labdajátékok különböző átadási formáit, és ezen keresztül tudatosítjuk az alapvető taktikai elemek tanulási szempontjait is. A harmadik részben kontextusspecifikus környezetbe illesztjük korosztályspecifikus mérkőzésjáték segítségével az első részben gyakorolt és tudatosított technikai és taktikai elemeket.  A foglalkozás alapvető tanulási célja a technikai elemek játékhelyzetben történő gyakorlása, az elemi szintű taktikai feladatok megoldása, valamint az összjáték lehetőségének és szerepének felismerése támadásban és védekezésben. Az állomáshelyeken alkalmazott gyakorlatok, játékhelyzetek során a gyermekek folyamatos „döntéskényszerben” vannak, rengeteg átadást, elfogást, fognak végrehajtani. A magas létszámnak megfelelően a rendelkezésre álló területet nyolc részre osztottuk (első-második rész), ahol minden alkalommal 5 percet töltenek a gyerekek. Az állomásokon feladatkártyák segítségével tudják meg, hogy mi a feladat. A gyerekeket csoportra osztjuk, és minden állomásra 3 mezes és 3 nem mezes tanulót állítunk. Az állomáshelyek közötti váltásnál a minden csoport együtt halad a következő állomásra. A feladatvégzést zenével indítjuk. A harmadik körben egy 20 × 10 méteres és hat 10 × 10 méteres pályát alakítunk ki. A tanulók 4 állomáson játszanak különböző mérkőzésjátékokat. A forgás mindig azon az oldalon történik, ahol a csoport a feladatát végzi. A szivacskézilabda-pályán mindig két csoport fog játszani. Az második és a harmadik kör között ivószünetet iktatunk be.  **A feladatok leírása:**  *1. kör*  A pálya elrendezése:     * 1. és 5. állomás: **Kosárlabda**   Két 3 fős csoportot alakítunk ki, 2 támadó és egy védő helyezkedik el az adott területen. A védő játékos odafut a labdás támadóhoz. A támadó játékosnak a védő játékos karhelyzetét figyelve kell megválasztani, hogy felső vagy pattintott átadással játssza át a labdát a másik támadó játékosnak. Ha a védő magastartásba emeli a kezét, akkor pattintott, ha oldalsó középtartásban (védekező karhelyzet), akkor kétkezes felsővel kell passzolnia. (Kb. 1,5 perc után cseréljük a védőt!)   * 2. és 6. állomás: **Kézilabda**   Az állomáshelyre 5 sárga és 5 fehér koordinációs négyzetet helyezünk el. A gyerekeknek bele kell állni egy-egy négyzetbe. A tanulóknak annak megfelelően kell megválasztaniuk az átadást, hogy az átadást elkapó társuk milyen színű négyzetben áll. Átadás után egy másik négyzetbe kell átfutni. A feladatot rövid ideig egy, majd két labdával hajtjuk végre.  Fehér négyzet: egykezes felső átadás  Sárga négyzet: egykezes pattintott átadás   * 3. és 7. állomás: **Labdarúgás**   Az állomáson kis pionbójákból kb. 30-40 cm széles kiskapukat alakítunk ki random módon. A tanulók két labdával végzik a feladatot. Akinél a labda van, át kell passzolnia a labdát a két bója (kapu) között úgy, hogy a kapu másik oldalán legyen egy társa, aki fogadja az átadást. Az átadás után tovább kell futni és keresnie kell a következő átvételi lehetőséget. A labdás oda helyezkedjen labdavezetéssel, ahonnan meg tudja passzolni labda nélküli társát.   * 4. és 8. állomás: **Röplabda**   Az állomáson egy gumiszalagot feszítünk ki. A tanulókat párokba osztjuk és a gumiszalag két oldalára egymással szembe állítjuk őket. Először strandlabdával, majd könnyített röplabdával gyakorolnak a tanulók. Az egyik tanuló átdobja a labdát a szemben álló társának, aki a labda alá helyezkedik és úgy kapja el a labdát, hogy az a homlokára esett volna, ha nem tudták volna elkapni. A könnyített labdával is ugyan ez a feladat, de lehetőség van arra is, hogy egy pattanás után álljon a labda alá és fogja meg. Kis gyakorlás után mindkét labdát (a könnyített röplabdát pattanás után) meg lehet játszani kosárérintéssel is.  *2. kör*  A pálya elrendezése:     * 1. és 5. állomás: **Kosárlabda**   3:3 elleni pontszerző játék, ahol az átadás módját a védőjátékos határozza meg. A támadó játékosnak a védő játékos karhelyzetét figyelve kell megválasztani, hogy felső vagy pattintott átadással játssza át a labdát a másik támadó játékosnak. Ebben a helyzetben a támadó kezéből nem lehet kivenni a labdát, csak az esetleges sikertelen átadást szerezhetik meg a védők. Ha a védő magastartásba emeli a kezét, akkor pattintott, ha oldalsó középtartásban (védekező karhelyzethez hasonlóan), akkor kétkezes felsővel kell passzolnia.   * 2. és 6. állomás: **Kézilabda**   3:3 elleni pontszerző játék, ahol az átadás módját az a négyzet színe határozza meg, amiben a játékos áll. Az állomáshelyre 3 sárga és 3 fehér koordinációs négyzetet helyezünk el. A tanulóknak annak megfelelően kell megválasztaniuk az átadást, hogy milyen színű négyzetben állnak. Átadás után a támadónak tovább kell futnia, akár egy másik négyzetbe, akár olyan üres területre, ahol labdát kaphat. Nem csak a négyzetben álló társnak lehet passzolni, de az átadásért csak akkor jár pont, ha a négyzetben álló társ elkapja az átadást.  Fehér négyzet: egykezes felső átadás  Sárga négyzet: egykezes pattintott átadás   * 3. és 7. állomás: **Labdarúgás**   Az állomáson kis pionbójákból kb. 30-40 cm széles kiskapukat alakítunk ki random módon. A tanulók párokat alakítanak ki, és párosával kell minél több átadást végezniük úgy, hogy a labda a kapun menjen keresztül. Az átadás után egy másik kapun kell átadást végrehajtani, és figyelniük kell, hogy más tanulókat, illetve a labdájukat ne találják el.   * 4. és 8. állomás: **Röplabda**   Az állomáson egy gumiszalagot feszítünk ki. A tanulókat párokba osztjuk és a gumiszalag két oldalára egymással szembe állítjuk őket. Először strandlabdával, majd könnyített röplabdával gyakorolnak a tanulók. Az egyik tanuló átdobja a strandlabdát a szemben álló társának, aki a labda alá helyezkedik, és megpróbálja egyből (kosárérintéssel) visszajátszani a háló felett a labdát. A könnyített labdával is ugyanez a feladat, de először egy pattanás után álljon a labda alá, és játssza vissza a társának a labdát.  *3. kör*  A pálya elrendezése:     * 1. pálya – **Szivacskézilabda (korfball jellegű)**   A pályán egyszerre két csapat van. A csapatok egyik fele csak védekezik, a másik csak támad. A pályát két részre osztjuk, egy csapatnak lesz egy támadó és egy védekező térfele. Mindkét térfélen lesz egy támadó és egy védő csapat (3-3 fő), akik a félpályát nem léphetik át, így a csapatrészeknek passzal kell átjuttatni a labdát a védő térfélről a támadó térfélre. Amikor az egyik csapat támad (1) és a másik csapat (2) megszerzi a labdát, akkor a (1) csapat a megpróbálhatja visszaszerezni a labdát addig, amíg a (2) csapat át nem adja a saját támadóterületére. 2,5 perc után csere következik. A labdavezetés nem engedélyezett.   * 2. pálya – **Labdarúgás**   3:3 elleni 4 kapus játék.   * 3. pálya – **Röplabda**   3:3 elleni manó röplabda.  A nyitást dobással kell végrehajtani (alsó nyitás vagy kosárérintés is lehetséges). A fogadó csapat egyik játékosa a nyitást elkapja, és feldobja valamelyik társának, aki kosárérintéssel megjátssza a harmadik társát, vagy átjátssza a labdát az ellenfél térfelére. Ott az első „érintés” szintén elkapás lesz.   * 4. pálya – **Kosárlabda**   3:3 elleni egy palánkos (streetball) játék. A labdaszerzés után a labdát szerző csapatnak a kijelölt pontig ki kell vinnie a labdát. |

|  |
| --- |
| **Szivacskézilabda fesztivál**  **Résztvevő korcsoport:** 1–2. évfolyam, vegyes  **Részt vevő gyerekek száma:** 70 fő  **Időtartam:** 90 perc (6 × 10 perc + átállások, ivószünet)  **Szükséges eszközök:** 30 db különböző méretű szivacskézilabda, 1 db svédszekrény, 2 db szivacskézilabda-kapu, 1 db kézilabdakapu, 3D létra, 30 db jelölőmez, 40 db kis méretű bója, lézer, tape a pálya kijelöléséhez, nagyobb bóják, flakonok, 2 db hulahoppkarika, 2 db zsámoly, 2 db labdatartó háló (2 db foci-/kosárlabdával), nyomtatott betűk (12 db), Blu Tack ragasztó, hangosítás (zenelejátszó, mikrofon)  **Pályafelügyelők:** az SZNKSE junior kézilabdázói és a kísérő testnevelők  **A foglalkozás általános leírása:**  Az élményközpontú szivacskézilabda fesztivál során elsősorban a pozitív játékélmény megszerzésére helyezzük a hangsúlyt. A gyerekek sikerorientált, érzelmileg biztonságos, változatos kihívásokat biztosító környezetben, játékos formában gyakorolják a technikai és taktikai elemeket, ami minden tanuló számára lehetővé teszi a kézilabdával kapcsolatos kompetenciaérzet és sikeresség megélését. Ennek részeként a fesztiválon semmilyen eredményszámítást nem alkalmazunk, így nem nehezedik eredménykényszer a gyerekekre. A foglalkozás során célunk minél több lehetőséget biztosítani a tanulóknak játékba kapcsolódásra és végrehajtásra, aminek köszönhetően – reméljük – mindenki motiváltan és lelkesen vesz részt a feladatokban. A programban alkalmazott gyakorló helyeket, feladatokat úgy alakítottuk ki, hogy egy időben minden tanuló aktív lehessen, változatos mozgásos feladatokat végezzen. A fesztivál az átadások (elfogások) és lövések tematikájára épül, kiválasztása során a szivacskézilabda taktikai alapvetéseit vettük alapul.  A foglalkozás alapvető tanulási célja a technikai elemek játékhelyzetben történő gyakorlása, az elemi szintű taktikai feladatok megoldása, valamint az összjáték lehetőségének és szerepének felismerése támadásban és védekezésben. Az állomáshelyeken alkalmazott gyakorlatok, játékhelyzetek során gyerekek folyamatos „döntéskényszerben” vannak, rengeteg átadást, elfogást, lövést fognak végrehajtani. A magas létszámnak megfelelően a rendelkezésre álló területet hat részre osztottuk, ahol minden alkalommal 10 percet töltenek a gyerekek. Az állomásokon feladatkártyák segítségével tudják meg, hogy mi a feladat. A gyerekeket, „mezesek” és „nem mezesek” csoportra osztjuk, és minden állomásra 4 mezes és 4 nem mezes tanulót állítunk. Az állomáshelyek közötti váltásnál a mezesek az egyik, a nem mezesek a másik irányba fognak forogni, ennek köszönhetően minden feladatnál más és más lesz a csoport összetétele. A feladatvégzést zenével indítjuk, és a harmadik teljesített állomáshely után (tehát kb. félidőben) ivószünetet iktatunk be.  **A pálya elrendezése:**    **A feladatok leírása:**   * 1. állomás: **Mérkőzésjáték**   3:3 elleni (plusz kapus) mérkőzésjáték, a szabályok az MKSZ szabályai szerint, kivéve: nincs labdavezetés, tilos a „fault” (lefogás).   * 2. állomás: **Mérkőzésjáték**   Az állomást három részre osztjuk:  A: különböző magasságban bójákat, flakonokat helyezünk el, amelyeket a gyerekeknek a különböző távolságról kell eltalálni, ledobni;  B: a falra kinyomtatott betűket ragasztunk, a gyerekeknek szavakat kell alkotniuk úgy, hogy a megfelelő betűket egymás után találják el;  C: egy kézilabdakapura fellógatunk egy karikát és labdatartóhálóban labdát, valamint zsámolyokat helyezünk el a két kapufa belső oldalánál – meghatározott kiindulóhelyről helyből vagy 3 lépésből (szabadon választható) kell lövéseket végezni a célfelületekre.  A csoportok 2 percet töltenek egy-egy helyszínen az állomáson belül.   * 3. állomás: **Karikás játék**   A két csapatnak van egy-egy karikája. A támadó csapat egyik játékosa beáll az egyik karikába. A támadó csapatnak a labdát be kell passzolni a karikában lévő játékosnak. Utána a másik csapat fog támadni az ellenkező oldalon lévő karikába. A labdavezetés nem megengedett.   * 4. állomás: **Dobóiskola**   A csoportból két csoportot alakítunk ki. Az egyik csoport párosával végez feladatokat.  *3D létra:* A 3D létrát a feladatkártyán szereplő módon kell kihelyezni. A játékosoknak pattintott átadást kell végrehajtani úgy, hogy minden dobásnál másik létrafokba kell dobni a labdát.  *Körző:* A pár egyik tagja lesz a kör középpontja, a másik pedig a körző ceruza része, akinek körbe kell járni a kör középpontját úgy, hogy közben folyamatosan labdaátadásokat és labdaelfogásokat végeznek a párjával.  *Négyes labdás feladatok:* A tanulók két oszlopban helyezkednek el egymással szemben kb. 2-3 méterre (2-2 fő). A labdás tanuló a megadott átadási formával átdobja a labdát a szemben álló társának. Miután átdobta, a saját oszlopa végére áll. A második variációban az átadás után a szemben lévő oszlop végére fut.   * 5. állomás: **Körcica**   Egy kb. 3 méter egy kb. 5 méter átmérőjű, azonos középpontú kört alakítunk ki. Az egyik csapat játékosa a belső körben helyezkedik el, a többiek a külső körön kívül. A másik csapat tagjai a belső kör és a külső kör közötti területen állnak. A támadóknak átadásokkal kell elcsalniuk az egyik irányba a védőket, majd megpróbálni bejátszani a társuknak a labdát. Kb. 2-2,5 percig az egyik csapat támad, majd szerepcserével végzik a feladatot. A tanulók csak a meghatározott köríveken belül vagy kívül mozoghatnak. Labdavezetés itt sem használhatnak a tanulók.   * 6. állomás: **Négyszögelő**   Az állomáson bójákból két kb. 3 méteres oldalhosszúságú négyzetet alakítunk ki. A két négyzet sarkainál 3-3 tanuló áll (mindegyik egy bójánál). A feladat: a labdás játékos passzolja a labdát valamelyik társának és a passz után ahhoz a bójához fut, amelyiknél nem áll senki. Két játékos pedig a falnál helyezkedik el, egyikőjük felvillant egy lézerpontot a falon, a másik tanulónak pedig meg kell dobnia a labdával. 5 dobás után cserlének. (2 perc/páros). Az állomáshelyen 2 percenként cserélni kell a tanulókat párosával a lézeres és a négyzetes feladatok között. |