

“ATLETİKA ÜZRƏ GƏNC BAŞÇILAR” kursu – Təlimatçılar üçün rəhbər qeydlər

Bu qeydlər “Atletika üzrə gənc başçılar” kursunun aparılması zamanı onun təlimatçıları tərəfindən istifadə edilmək üçün nəzərdə tutulmuşlar. Bu səhifədə, vaxt qrafiki ilə birlikdə kursun qısa sxemi və Sizə hansı avadanlığın lazım olacağı (RESURSLAR) göstərilmişdir. Bu kurs başa çatan zaman, Atletika üzrə gənc başçılar (AGB), Koordinatorun və ya Yerli məşqçinin/Təlimatçının rəhbərliyi və iştirakı ilə, ibtidai sinif şagirdləri üçün, təhlükəsiz, ilhamlandırıcı, iştirakçıların inkişaf səviyyəsinə müvafiq olan və təzə gələnlər üçün açıq olan atletik məşğələlər təşkil etməyi bacarmalıdırlar.

Sessiya	Vaxt	Məzmun	Resurslar
1	09.30-dan 10.20-ə qədər (50 dəqiqə)	Giriş və təlim şəraitinin yaradılması Atletika üzrə gənc başçı nəyi bilməli, nə etməli və necə olmalıdır	Toxunulan sahə Açıq məkan və markerlər Bazaya qədər qaçış, Şirlərin həmləsi
FASİLƏ (10.20-dən 10.30-a qədər)			
2	10.30-dan 12.00-a qədər (90 dəqiqə)	Tullama oyunları və 60 saniyəyə hazır vəziyyətə gətirilmə	60 saniyəyə necə başlamalı Tullama oyunlarının kartoçkalari Topla estafet, Top və qaçar, Geriyə addım, Hədəfə tullantılar, Qaçışla tullama. Tullanma əşyaları və Markerlər
NAHAR (12.00-dən 13.00-ə qədər)			
3	13.00-dan 14.30-a qədər (90 dəqiqə)	Qaçış oyunları və bütün uşaqların oyuna qoşulması	60 saniyəyə necə başlamalı Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı Qaçış oyunlarının kartoçkalari: Sıçan-pişik, Qübbələr və boşqablar, Əşya ilə qaçış , Cüt qaçış, Şirlərin həmləsi, Hansı ayaq? Üstündə qaçmaq üçün alçaq əşyalar və markerlər
FASİLƏ (14.30-dən 14.45-ə qədər)			
4	14.45-dən 16.05-ə qədər (80 dəqiqə)	Tullanma oyunları və daha iri qruplarla iş	60 saniyəyə necə başlamalı Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı Tullanma oyunlarının kartoçkalari Kombinasiya, Yüksək tullanmalar, Sıçrayışla tullanmalar, Yarğanın üzərindən tullanma, Dəyişkən hərəkətlər Üstündən tullanmaq üçün alçaq əşyalar və markerlər
5	16.05-dən 16.35-ə qədər (30 dəqiqə)	Atletika üzrə gənc başçının rolu və vəzifələri. İndi nə etməli Tamamlayıcı qeydlər	

SESSİYA 1: BAŞLIQ: Giriş və şəraitin yaradılması (50 dəqiqə)

ICMAL: AGB kursunun iştirakçıları təlimatçılarla, bir-biri ilə tanış olur və Başçının rolunu müəyyən edirlər.

Vaxt	Məqsəd	Məzmun və Avadanlıq	TƏLİMATÇI NƏ EDİRDİ	Resurslar
10 dəqiqə	1.1 AGB və təlimatçılar bir-biri ilə adla tanış olurlar		Görüş və salamlaşma Onlara LEAP layihəsi yerli icmada onların çox mühüm rolu haqqında danışın.	
20 dəqiqə	1.2 AGB, uşaqlarda cəmləşən bir sıra atletik oyunlar oynayacaqlar	Praktiki məşğələlər: Açılış hərəkətləri: Bazaya qədər qaçış Məşğələ: Şirlərin həmləsi 60 saniyəyə necə başlamalı Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı	Yer: Praktika üçün meydança Təlimatçının rolu: atletika üzrə mükəmməl gənc başçı rolunda çıxış edir PRAKTIKA: Bazaya doğru qaçış: ardıcılıqlar özlərinə, uşaqlara müxtəlif hərəkət üsullarını öyrətməyə imkan verən, müxtəlif hərəkət metodlarını daxil etməlidirlər. PRAKTIKA: Şirlərin həmləsi: yerindən startlar və sürətlənmə daxil etməli. Ardıcılıqlar daxil etməlidirlər: a) Müxtəlif mühafizə olunmuş yerlərə qaçış b) Evə/kəndə geriye qədər qaçış c) Evdən, ac şirlərdən yayınmaqla, təhlükəsiz yerlərə qədər qaçış d) Yeni şirlər, onlar tutulduqda, prayda qoşulurlar e) 4-5 təkrardan sonra, təhlükəsiz yeri aradan götürün f) Kəndin yerini və/və ya şirlərin ilkin mövqeyini dəyişin Məşğələlər başa çatdıqdan sonra sinif otağına qayıdın.	Yer: Praktika üçün meydança Şagirdin rolu: Uşaqlar oyun oynayirlar. Açıq məkən və markerlər Bazaya qədər qaçış, Şirlərin həmləsi
20 dəqiqə	1.3 AGB, atletika üzrə gənc başçının rolunu və vəzifələrini müəyyən edir	Rəhbərlər: Koordinator və ya Yerli məşqçi/ Təlimatçı tərəfindən göstərilən məşğələlərə və ardıcılığa əsasən, ibtidai sinif şagirdləri üçün, təhlükəsiz, ilhamlandırıcı, iştirakçıların inkişaf səviyyəsinə müvafiq olan və təzə gələnlər üçün açıq olan atletik məşğələlər təşkil etmək qabiliyyətində olmalıdırlar	Yer: Sinif otağı. Təlimatçının rolu: Təlimatçı. Qrupla, oyunlarda və məşğələlərdə nəyin onlara xoş gəldiyini müzakirə edin.	Yer: Sinif otağı. Şagirdin rolu: Atletika üzrə gənc başçı Sinifdə yerinə yetirilmək üçün vəzifə: Təlimatçının verdiyi sualları kiçik qruplarla müzakirə etməli

Vaxt	Məqsəd	Məzmun və Avadanlıq	TƏLİMATÇI NƏ EDİRDİ	Resurslar
		<p>Sınıfdə yerinə yetirilmək üçün vəzifə: Uşaqlarda cəmlənməklə, qaçış və tullamalar Məqsədsiz vaxt itirmədən, cəld başlayın Adı və məqsədi bilirdilər Təhlükəsiz və şən.</p> <p>Keyfiyyətlər Dərk olunmuş Uşaqlarda cəmləşən İlham verici Komandada işləməyi sevən (Yerli məşqçi/Təlimatçı/AGB)</p>	<p>Bu oyunları xoşagələnmək üçün "mükəmməl" AGB-nin nə etdiyini soruşun – və Flipçart-da yazın</p> <p>Onlara, məşğələləri 60 saniyədə başlamağa yardım etmək üçün Sizin yerinə yetirdiyiniz 4 şeyi deyın</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nə deməyi və ya nəyi göstərməyi planlaşdırırdınız • Xalların sayını 1-2 xalla məhdudlaşdırırdınız • Uşaqların gördüyünə və eşitdiyinə əmin olursunuz • Onlara, nə etmək lazım olduğunu deyirdiniz və ya göstərirdiniz • Onlardan, eşitdiklərini və ya gördüklərini öz sözləri ilə təkrar etmələrini xahiş edirdiniz <p>AGB-nin necə insan olmalı olduğunu soruşun? Flipçart-da yazın</p> <p>Təlimatçı izah edir ki, LEAP AGB – bunların hamısı bir yerdədir və bu gün biz, bu oyunları oynayaraq, liderlik təcrübəsi keçirik.</p>	<p>Flipçart</p> <p>Flipçart</p>
	FASİLƏ			

SESSİYA 2 BAŞLIQ: Tullanışların texnikası (90 dəqiqə)

ICMAL: Tullama oyunları və tullanışların texniki modelləri. "60 saniyəyə hazır vəziyyətə gətirilməkdə" təcrübələrinin.

Vaxt	Məqsəd	Məzmun & Avadanlıq	TƏLİMATÇI NƏ EDİRDİ	AGB NƏ EDİRDİ	
85 dəqiqə	2.2 AGB iştirakçıları liderlik təcrübəsi keçəcək, nəticələri nəzərdən keçirəcək və, eyni zamanda uşaqların 60 saniyə ərzində fəal vəziyyətə gətirilməsində təcrübələnmək, şəh, onların yaşı üçün məqbul olan və təhlükəsiz oyunun köməyi ilə təkrar təcrübə əldə edəcəklər.	Tullama oyunları/Praktika Praktiki məşğələ: 60 saniyəyə necə başlamalı: <ul style="list-style-type: none"> Nə deyəcəyinizi və ya nəyi göstərəcəyinizi planlaşdırın Xalları 1-2 xalla məhdudlaşdırın Uşaqların gördüklərinə və eşitdiklərinə əmin olun Onlara, nə etməli olduqlarını deyin və ya göstərin Onlardan, eşitdiklərini və ya gördüklərini öz sözləri ilə təkrar etmələrini xahiş edin 	Yer: Praktika üçün meydança. Təlimatçının rolu: Təlimatçı. Qrupları daha kiçik, 5-6 gənc başçıdan ibarət olan qruplara bölün Onlara, nə ilə məşğul olacaqlarını danışın Hər qrupdan bir volontyora bir oyun kartoçkası verin. PDRDR addımlarını aşağıdakı qaydada yerinə yetirin: <ol style="list-style-type: none"> AGB iştirakçılarına, kartoçkanı oxumaq və PLANLAŞDIRMAQ imkanı verin. Onlar nə deyəcəklər. İşləmək üçün onlara 3-4 dəqiqə verdikdən sonra, oyunu dayandırın və əldə edilənin ICIMALINI keçirin Onlara, məqsədlərini xatırladın Onlardan, bunun öhdəsindən necə gəldiklərini düşünməyi xahiş edin. Onlara, nəyi gördüyünüzü və onların özlərini daha yaxşı edə biləcəklərini deyin. Onlardan, kartoçkadən Sizin növbəti imkan zamanı daha yaxşı öhdəsindən gələ biləcəyiniz bir bəndi seçməyi xahiş edin. Onlardan, başqa cür yerinə yetirəcəkləri nəyinsə PLANLAŞDIRILMASINA 60 saniyə sərf etmələrini xahiş edin. Onlara daha bir şans verin və 2 dəqiqədən sonra onları dayandırın. Onların yeni MƏQSƏDİNİ onlara xatırladın. Onlardan, bu yeni məqsədin əldə edilməsinin öhdəsindən necə gəldiklərini soruşun. Onları dinləyin və həm Sizin, həm də qrupun nəyi gördüyünü/eşitdiyini deyin. Onlardan, Qaçışda növbəti iştirak zamanı nəyi dəyişəcəklərini soruşun. Başçı rolu üçün daha çox volontyor tələb edin, onlara müxtəlif oyun kartoçkalrı verin və tapşırığı təkrar edin. 	Yer: Praktika üçün meydança. Şagirdin rolu: Atletika üzrə gənc başçı. AGB kartoçkanı oxuyur və digərlərinin köməyi ilə oyunu qurur. AGB kartoçka ilə hazır olduqda, o, öz oyununa rəhbərlik edir, halbuki bu zaman digərləri bu oyunu oynayırlar.	60 saniyəyə necə başlamalı Tullama oyunlarının kartoçkalrı Topla estafet, Top və qaçar, Geriyə addım, Hədəfə tullantılar, Qaçışla tullama. Tullanma əşyaları və Markerlər

Vaxt	Məqsəd	Məzmun & Avadanlıq	TƏLİMATÇI NƏ EDİRDİ	AGB NƏ EDİRDİ	
5 dəqiqə	2.3 AGB deyəcəklər ki, onlar tullamaları və məşğələlər üçün cəld necə hazırlaşmağı yadda saxladılar.	<p>Sınıfdə yerinə yetirilmək üçün vəzifə:</p> <p>Düşünün:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 60 saniyəyə necə başlamalı. <p>İnformasiyanı hissələrə bölün / onu, məşğələ mövcud olan material üzərində qurulduqca, verin.</p> <p>Tullamalar Bütün bədəndən istifadə edilir Əvvəlcə ayaqlar, sonra əllər Torpaqdan ayrılan zaman bədən tam şaquli vəziyyətdədir</p>	<p>Təlimatçının rolu: Təlimatçı.</p> <p>AGB-dən, növbəti dəfə qrupu 60 saniyə ərzində hərəkətə gətirmək üçün, nəyi həqiqətən yaxşı edəcəklərini soruşun.</p> <p>Onlara, növbəti praktiki məşğələdə hazır vəziyyətə gəlmək üçün nəyi xatırlamalı olduqlarını xatırladın.</p> <p>AGB-dən, idman alətinin daha uzağa tullanması üçün nə etdiklərini soruşun.</p>	<p>Şagirdin rolu: Atletika üzrə gənc başçı.</p> <p>Sınıfdə yerinə yetirilmək üçün vəzifə: AGB fikirləşirlər və cavab verirlər.</p>	

SESSİYA 3 BAŞLIQ: Qaçış – texnika (90 dəqiqə)

İCMAL: Başçılar, iri qruplarla qaçış üzrə məşğələlərin aparılmasını, eyni zamanda onların 60 saniyəyə hazır vəziyyətə gələ bilmək qabiliyyətlərini yüksəldərək, təcrübə edirlər. qaçış və start üçün koordinasiyanı və balansı yerinə yetirməli.

Vaxt	Yekun	Məzmun	Keçirilmə	Şagird	Resurslar
10 dəqiqə	3.1 AGB, qaçış zamanı bədəninin vəziyyəti haqqında bilməlidirlər	<p>Yanlışdır: Dizləri hündürə qaldırmadan qaçış Pəncələr lazımı tərəfə baxmırlar</p> <p>Düzdür: (dizlər hündürə qaldırılırlar)</p> <ul style="list-style-type: none"> Poza – Şaquli/düz Ayaqların burunları qabağa. <p>Qaçış zamanı daha cəld və geniş addım</p> <p>Texniki məqamlar:</p> <ul style="list-style-type: none"> Dizləri yuxarı qaldırmalı Ayaqların burunları qabağa baxırlar. 	<p>Yer: Praktika üçün meydança. Təlimatçının rolu: Təlimatçı.</p> <p>Bütün qrupdan düzlənməyi və iki marker arası məsafəni qaçmağa hazırlaşmağı xahiş edin.</p> <p>Qrup, mümkün qədər sürətlə qaçmalıdır. Birinci cəhd: çox aşağı endirilmiş ombalarla/ çanaqla/ bükülmüş dizlərlə və ayaqların burunları xaricə baxmaqla İkinci cəhd: dizlər alçaq qaldırılır, ayaqların burunları isə qabağa dönmüşlər Üçüncü cəhd: dizlər yuxarı qaldırılır, ayaqların burunları isə qabağa dönmüşlər</p> <p>Qrupdan, qaçışın bu müxtəlif növlərində nəyi müşahidə etdiklərini soruşun.</p> <p>Qaçışın hansı növünün düzgün olduğunu onlara deyin.</p>	<p>Yer: Praktika üçün meydança.</p> <p>Şagirdin rolu: Atletika üzrə gənc başçı.</p> <p>20 dəqiqə ərzində üç müxtəlif üsulla qaçın.</p> <p>Fərqləri kiçik qruplarla müzakirə edin</p>	

Vaxt	Yekun	Məzmun	Keçirilmə	Şagird	Resurslar
70 dəqiqə	3.2 AGB, atletlərin 60 saniyə ərzində hazır vəziyyətə gətirilməsini təcrübə edərək, qaçış üzrə məşğələlər keçirəcəklər və onların bu tapşırığın öhdəsindən necə gəldiklərini araşdıracaqlar	Qaçış oyunları / Mikro-məşqçilik praktikasi. Praktiki məşğələ: Gücləndirməli: 60 saniyə necə başlamalı: Daxil etməli: Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı.	Təlimatçı Yer: Praktika üçün meydança. Təlimatçının rolu: Təlimatçı. Təlimatçı AGB-ə bildirir ki, onlar, 60 saniyə ərzində qrupun hazır vəziyyətə gətirilməsi vərdişin əldə edilməsi və təhlükəsizliyin və təşkilatlılığın təmin edilməsi baxımından təcrübə keçəcəklər. Qrupu 3 yerə və ya hər birində 5 -6 AGB olan qruplara bölün. Birinci başlayacaq volontyorları soruşun. 4 AGB-ya məşğələnin kartoçkasını verin və PDRDR-ə riayət edin Hər bir başçıya, məşğələnin planlaşdırılması və sazlanması üçün, 5 dəqiqə verilməlidir Təcrübənin 3 dəqiqəsi – başçı rolunda 2 dəqiqə - 60 saniyəyə hazır olmaq və təhlükəsizliyin təmin edilməsi haqqında düşüncələr 3 dəqiqə - daha bir cəhd üçün 1 dəqiqə - GRIP üçün Oyunu və AGB-ni dəyişin və PDRDR-ni təkrar başlayın.	Yer: Praktika üçün meydança. Şagirdin rolu: Atletika üzrə gənc başçı. Praktiki məşğələ: Başılıqda təcrübə. Təlimatçı tərəfindən verilmiş suallar haqqında düşünün. Meydançanı, eləcə də idman alətlərini planlaşdırın və hazırlayın - 5 dəqiqə Məşğələlər aparın - 3 dəqiqə AGB, yerinə yetirilən və onun necə daha da yaxşılaşdırılması haqqında düşünür və öz qarşısında 2 məqsədi qoyur AGB ikinci şans əldə edir AGB ikinci məqsəd haqqında və tullanmalar oyuna başılıq edərkən onu necə yaxşılaşdırmaq haqqında düşünür. Növbəti AGB öz planlaşdırılmasını yerinə yetirir.	60 saniyəyə necə başlamalı Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı Qaçış oyunlarının kartoçkalari: Siçan-pişik, Qübbələr və boşqablar, Əşya ilə qaçış, Cüt qaçış, Şirlərin həmləsi, Hansı ayaq? Üstündə qaçmaq üçün alçaq əşyalar və markerlər
10 dəqiqə	3.5 AGB, onların SESSİYA zamanı nəyi öyrəndiklərini aydınlaşdıracaqlar.	Qaçışla bağlı texniki məqamlar. - Bədənin şaquli vəziyyəti, qaçış zamanı dizlər hündürə qaldırılır - Ayaqların	Təlimatçının rolu: Təlimatçı. Kiçik AGB qruplarından, onların qaçış haqqında nə bildiklərini soruşun. Onlardan, məşğələni 60 saniyəyə başlamaq üçün nə etdiklərini soruşun	Şagirdin rolu: Atletika üzrə gənc başçı. AGB, yerinə yetirdiklərindən nəyi yadda saxladıklarını, nəyi etməli olduqları və nəyi etməli olmadıqları barədə düşünürlər.	

Vaxt	Yekun	Məzmun	Keçirilmə	Şagird	Resurslar
		<p>burunları qabağa</p> <p>- Pəncənin qabaq hissəsi üzərinə enməli</p> <p>60 saniyəyə necə başlamalı. Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı.</p> <p>Diskussiyanın davam etdirilməsi üçün sonrakı suallar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ...-da çətinlik nədədir? • ... prosesini nə yüngülləşdirir? • Növbəti təcrübəniz zamanı diqqətinizi nədə cəmləşdirmək lazımdır? • Nə zaman ... daha çətinidir? 	<p>Onları dinləyin</p> <p>Onlardan, təhlükəsizliyin təmin edilməsi üçün nə etdiklərini və növbəti dəfə nə edəcəklərini soruşun.</p> <p>Onları dinləyin</p>		

SESSION4 BAŞLIQ: Tullanma texnikaları və daha iri qruplara başçılıq (80 dəqiqə)

ICMAL: Başçılar, tullanma məşğələləri üçün kartoçkalardan istifadə edərək, böyük sayda atletlərlə iş zamanı meydana çıxan sualları aşkar edəcəklər

Vaxt	Yekun	Məzmun	Keçirilmə		Resurslar
			Təlimatçı	Şagird	
10 dəqiqə	4.1 Tullanma zamanı nə etmək lazım olduğunu bilmək	<p>Texnika</p> <p>Nəzarət olunan yanaşma – çox cəld yox</p> <p>Bir ayaqdan təkənla tullanma</p> <p>Hər iki ayağı üstündə enmə – dizlər qatlanmışlar</p> <p>Tullanma zamanı bədəni vertikal vəziyyətdə saxlamalı</p> <p>Yerdən ayrılan zaman təkən vermə ayağını düzəltməli.</p>	<p>Yer: Praktika üçün meydança.</p> <p>Təlimatçının rolu: Təlimatçı</p> <p>Təlimatçı qrupu elə düzür ki, onlar tullanışları görə bilsinlər.</p> <p>Təlimatçı qrupa, yerdən ayrılarkən və enərkən nə baş verdiyini müşahidə etməyi tövsiyə edir.</p> <p>Təlimatçı, bir ayağından iki dəfə qısa tullanma yerinə yetirir.</p> <p>Təlimatçı, öz vəziyyətini/bucağı dəyişir və tullanmaları təkrar edir.</p> <p>AGB-dən, nə gördüklərini soruşun.</p> <p>AGB-ə deyir ki, bunlar – oyunlar zamanı uşaqlardan üzərində işləməklərini xahiş etdiyimiz məqamlardır.</p> <p>Qrupdan soruşun: onların nə etməli olduqlarını görmək asan idi, yoxsa bunun deyilməsini eşitmək.</p> <p>Təlimatçı AGB-na, məşğələnin nümayiş etdirilməsinin onlara 60 saniyə ərzində tapşırıq üçün hazır olmaqda necə yardım edə biləcəyini deyir.</p>	<p>Yer: Praktika üçün meydança.</p> <p>Şagirdin rolu: Atletika üzrə gənc başçı</p> <p>AGB, bir tərəfdən dayanır və təlimatçını müşahidə edirlər.</p> <p>AGB, onlara verilən suallara cavab verirlər.</p>	

60 dəqiqə	<p>4.2 AGB, qarışıq qabiliyyətli uşaqların böyük sayının iştirakı ilə tullanma sessiyasını planlaşdıracaqlar.</p> <p>4.3 AGB, eyni zamanda meydançanı təhlükəsiz və təşkil olunmuş qaydada saxlamaqla, qrupdakı BÜTÜN uşaqlara tapşırıqlar verəcəklər.</p>	<p>Tullanma oyunları / Mikro-məşqçilik praktikası</p> <p>Praktiki məşğələ:</p> <p>Gücləndirməli: 60 saniyəyə necə başlamalı.</p> <p>Gücləndirməli: Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı.</p> <p>Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı.</p> <p>1. Atletlərə, avadanlığa və məkana əsaslanan, planlaşdırılmış fəallıq</p> <p>2. Atletlərin və avadanlığın məşğələlərə qədər / məşğələlərin keçirildiyi vaxt yoxlanması.</p> <p>3. Uşaqların, onların məşğələlərdə iştirakının təmin edilməsi üçün, qruplaşdırılması.</p> <p>4. Ardıcıl və ya dəyişən məşğələlər, qruplaşdırılma.</p>	<p>Yer: Praktika üçün meydança.</p> <p>Təlimatçının rolu: Təlimatçı.</p> <p>Təlimatçı “Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı” kartoçkasını göstərir və AGB-dan kartoçkanı oxumağı xahiş edir.</p> <p>Soruşur: Biz, bir təlimatçı kimi, bu gün bu 4 bəndin öhdəsindən necə gəldik?</p> <p>Əgər Siz, AGB kimi, atletlərin böyük sayı ilə işləmiş olsaydınız, nə baş verərdi?</p> <p>Əgər bu 4 şeyi etməsəydiniz, Siz nə görərdiniz?</p> <p>Praktiki məşğələ: PLANLAŞDIRILMA və Hazırlıq AGB-ı, hərəsində 4-5 nəfər olmaqla, qruplaşdırın. Hər komandaya məşğələlərin bir kartoçkasını verin. AGB məşğələlərin kartoçkasını oxumalı, öz məşğələsini aparmağa hazırlaşmalı və təşkilatı işi yerinə yetirməlidir.</p> <p>Komandadan bir nəfər məşğələlərə başçılıq etməyi təklif edir, yerdə qalanlar isə müşahidə edəcəklər.</p> <p>Bütün yerdə qalan komandalar öz atletlərindən ibarət olacaqlar.</p> <p>NƏTİCƏ</p> <p>Komandalar, 5 dəqiqə ərzində, məşğələlərin könüllü başçısı kimi, bir AGB-ni müəyyən etməlidirlər.</p> <p>Komanda yoldaşları, məşğələnin Təhlükəsiz və Təşkil olunmuş olub-olmadığı haqqında qərara gəlmək üçün, müşahidə etməlidirlər.</p> <p>Təlimatçı, komandaya təhlükəsizliyin və təşkilatlılığın təmin edilməsinin yaxşılaşdırılmasında yardım etmək üçün, GRIP-ə riayət edir.</p>	<p>Yer: Praktika üçün meydança.</p> <p>Şagirdin rolu: Atletika üzrə gənc başçı.</p> <p>Praktiki məşğələ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kartoçkanı oxumalı • Məşğələni daha çətin və ya daha asan necə etmək mümkün olduğunun müzakirə edilməsi. • Məşğələlər üçün təhlükəsiz meydançanın hazırlanması. • AGB, məşğələ aparmağa xüsusi hazırlaşirlər. • Komanda üzrə yoldaşları, konkret olaraq, müşahidə etməyə hazırlaşirlər. 	<p>60 saniyəyə necə başlamalı Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı</p> <p>Tullanma oyunları üçün kartoçkalar: Kombinasiya, Yüksək sıçrayışlar, Sıçrayışla tullanmalar, Yarığın üzərindən tullanma, Dəyişkən hərəkətlər</p> <p>Üstündən tullanmaq üçün alçaq əşyalar və markerlər</p>
-----------	--	--	--	---	---

			<p>2-ci məqsədi müəyyən edin</p> <p>NƏTİCƏ AGB məşğələni təkrar yerinə yetirir, onun komanda yoldaşları isə müşahidə edirlər.</p> <p>Təlimatçı GRIP-ə riayət edir.</p> <p>Təlimatçı müvəffəqiyyəti bayram edir.</p> <p>Bunu 2-ci, 3-cü və 4-cü komanda ilə təkrar edin.</p>	<p>AGB məşğələyə rəhbərlik edirlər</p> <p>Müşahidəçilər, məşğələni kimin üçün yüngülləşdirməyin və ya çətinləşdirməyin lazım olduğunu görmək üçün, müşahidə edirlər.</p> <p>Müşahidəçilər, gördüklərini SÖYLƏYİRLƏR və komanda məşğələni/qruplaşmanı dəyişirlər.</p> <p>AGB yenidən məşğələ aparır</p> <p>Müşahidəçilər, onların təklif etdiyi dəyişikliklərin səmərə verib-vermədiyini görmək üçün, təkrar müşahidə edirlər.</p>	
10 dəqiqə	4.4 AGB, özlərinin, TƏHLÜKƏSİZLİYİN və TƏŞKİLATILİYİN təmin edilməsinin öhdəsindən necə gəldikləri haqqında fikir yürüdürlər.	<p>Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş necə olmalı.</p> <p>Daha böyük uşaq qrupları ilə iş</p> <p>Tullanmalar – texniki məqamlar. Nəzarət olunan yanaşma. Bir ayaqdan ayrılma. Hər iki ayağı üstündə idarə olunan enmə. Hoppanma zamanı bədənin vertikal vəziyyəti Təkan verən ayağın düzlənməsi.</p>	<p>Yer: Sinif otağı. Təlimatçının rolu: Təlimatçı.</p> <p>Onlardan, öz komanda yoldaşları ilə, aşağıdakı suallardan birini, 3-4 dəqiqə ərzində müzakirə etməyi xahiş edin: Mühafizə olunmuş və təşkil olunmuş olmaqda çətinlik nədən ibarətdir? ...-i nə yüngülləşdirir? AGB kimi, növbəti dəfə Siz məhz nə edərdiniz? Komandalardan, onları fikirlərini bölüşməyi xahiş edin və onları dinləyin</p>	<p>Yer: Sinif otağı.</p> <p>Şagirdin rolu: kiçik qruplarda Atletika üzrə gənc başçı</p>	

SESSİYA 5 BAŞLIQ: Rollar və tamamlanma (30 dəqiqə)

ICMAL: Rollar və öhdəliklər

Vaxt	Yekun	Məzmun	Keçirilmə	Resurslar
15 dəqiqə	5.1 AGB, LEAP layihəsi çərçivəsində öz rollarını və vəzifələrini öyrənirlər.	<p>Rollar və öhdəliklər</p> <p>Bütün arzu edənlərin qoşulması ilə atletika – istənilən kəsin, yaxşı və ya pis olmasından, məhdud imkanlara malik olmasından, gənc və yaşlı olmasından asılı olmayaraq, iştirak edə bilməsi deməkdir.</p> <p>Başçı vərdişləri və keyfiyyətləri</p>	<p>Yer: Sinif otağı. Təlimatçının rolu: Təlimatçı.</p> <p>Kiçik qruplara bölün və onlardan, bütövlükdə məşğələlər günü barədə fikirləşməyi xahiş edin.</p> <p>Onlardan, öz qrupları daxilində, aşağıdakı uşaqların məşğələlərdə necə iştirak edə biləcəyini müzakirə etməyi xahiş edin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Daha az qabiliyyətli; - Zəif görən; - Əlil; - Kar; - Təkərli kreslolarda hərəkət edənlər. <p>Qoy qrup, müzakirələr zamanı özlərinin nə dediklərini Sizə desin, daha sonra Siz onlara deyın ki, atletika – istənilən kəsin məşğul ola biləcəyi idman növüdür.</p> <p>Onlardan, AGB rolunda çıxış etmək üçün onların necə insan olmalı olduqları haqqında soruşun. AGB-dən onların öz siyahılarını vermələrini xahiş edin və onları Flipchart-da yazın.</p>	Flipchart, kağız
15 dəqiqə	5.2 Hər bir AGB özünün təlimlənməsinin nəticəsini təqdim etməlidir.		<p>Hər bir AGB, özünün AGB rolunda yaxşı nə etdiyi barədə fikirləşməli və yanında oturana, bunun nə olduğunu danışmalıdır.</p> <p>Onların bəzilərindən bunun nə olduğunu təlimatçıya danışmasını xahiş edin.</p> <p>Qrupdan, onların yerli icmalarında, məktəblərində və kəndlərində AGB-nin mövcud olması ilə bağlı yaxşı məqamların siyahısını tərtib etməyi xahiş edin.</p> <p>Təlimatçı, qrupa, indi onun bütün üzvlərinin AGB olduqlarını bildirərək, kursu başa çatdırır və onları qazandıqları müvəffəqiyyət münasibətilə təbrik edir. Sertifikatlar verilir Hamı bir-biri ilə xudahafizləşir</p>	