



# Η Φυσική Αγωγή στα Δημοτικά Σχολεία με Ενιαίο Αναμορφωμένο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα

Αριθμ.: Φ. 12/879/88413 /Γ1/28-6-2010 ΦΕΚ 1139

**Αδαμαντία Φατσέα**

Σχολική Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής νομού Δωδεκανήσου



: 22413 64848,



:22413 64849



: [adamantiafatsea@gmail.com](mailto:adamantiafatsea@gmail.com)

<http://fatsea-manta.gr>

19 Νοεμβρίου 2013

# Νέο Σχολείο – Φυσική Αγωγή

Εκπαιδευτικοί στρατηγικοί στόχοι του **Νέου Σχολείου**:

- **Επίκεντρο ο μαθητής και όχι η ύλη**, παρέχοντας βελτιωμένη και ποιοτική εκπαίδευση και επαναπροσδιορισμένη φιλοσοφία του αναλυτικού προγράμματος σπουδών
- Προσθήκη επιπρόσθετων γνωστικών αντικειμένων (Η/Υ, Ξ.Γ., Αισθ. Αγωγή)
- Υιοθέτηση σύγχρονων μεθόδων διδασκαλίας
- Ανάπτυξη βασικών γνώσεων, ικανοτήτων-δεξιοτήτων και αξιών που αποτελούν τα εφόδια για να ανταπεξέλθουν οι νέοι στις απαιτήσεις του 21<sup>ου</sup> αιώνα
- Προαγωγή της κοινωνικής συνοχής και της ενεργού συμμετοχής στα κοινά και ενίσχυση της καινοτομίας και της δημιουργικότητας



# Σκοποί και Στόχοι της Φυσικής Αγωγής

Όσον αφορά στο γενικό σκοπό και τους στόχους του ψυχοκινητικού, συναισθηματικού και γνωστικού τομέα διατηρείται το βασικό πλαίσιο του μαθήματος όπως καθορίζεται στο Δ.Ε.Π.Π.Σ. και Α.Π.Σ. της Φυσικής Αγωγής (Υ.Α. 21072β/Γ2, ΦΕΚ 304 τ. Β/13-3-2003, σελ. 4281-4306).

Τα βιβλία Φυσικής Αγωγής για το δημοτικό σχολείο αποτελούν το βασικό οδηγό διδασκαλίας του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής.



# Κατανομή των ωρών ανά τάξη



**Στις τάξεις Α', Β', Γ' και Δ':**

**Η Φυσική Αγωγή διδάσκεται 4 ώρες εβδομαδιαίως.**

Η μια (1) όμως διδακτική ώρα της Φυσικής Αγωγής στο εβδομαδιαίο πρόγραμμα, θα διατίθεται **ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ** στους Χορούς (Φ.Ε.Κ. 804/9-9-2010).

Οι υπάρχουσες θεματικές ενότητες των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών και της Μουσικοκινητικής Αγωγής μεταφέρονται από το ισχύον ΑΠΣ στην ώρα που διατίθεται στους Χορούς κι έτσι διευρύνεται η ενότητα και ως προς το χρόνο αλλά και ως προς το περιεχόμενο.

# Κατανομή των ωρών ανά τάξη



Στις τάξεις Α', Β', Γ' και Δ':

Ο χορός, ιδιαίτερα στις μικρές ηλικίες, βοηθά στην ανάπτυξη του ρυθμικού αισθητηρίου και της ρυθμικής ικανότητας, με αποτέλεσμα να διευκολύνεται ο κινητικός συντονισμός και η γενικότερη κινητική ανάπτυξη των μαθητών



## Κατανομή των ωρών ανά τάξη

Στις τάξεις Ε' και Στ':



Η Φυσική Αγωγή διδάσκεται ως είχε, δηλαδή 2 ώρες εβδομαδιαίως.

Η κατανομή των ωρών ανά θεματική ενότητα στο ωρολόγιο πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής, δεν αλλάζει.

Οι τρεις (3) ώρες Φυσικής Αγωγής του εβδομαδιαίου προγράμματος, στις τάξεις **Α' και Β'** καλύπτονται από τις παρακάτω θεματικές ενότητες:

Φυσική Αγωγή Α' + Β'

Ψυχοκινη-  
τική Αγωγή

Κινητικά  
Παιχνίδια

Γυμναστικές  
Ασκήσεις και  
Προασκήσεις  
Ενόργανης  
Γυμναστικής

Γνωριμία  
με φυσικές  
δραστη-  
ριότητες &  
Σπορ  
υγείας και  
αναψυχής

Κολύμβηση

Καταγραφή  
δεικτών  
κινητικής &  
σωματικής  
ανάπτυξης

Προετοι-  
μασία  
εκδηλώ-  
σεων

Οι τρεις (3) ώρες Φυσικής Αγωγής του εβδομαδιαίου προγράμματος, στις τάξεις **Γ' και Δ'** καλύπτονται από τις παρακάτω θεματικές ενότητες:

## Φυσική Αγωγή Γ' + Δ'

Εξάσκηση σε σύνθετες κινητές δεξιότητες (κινητικά παιχνίδια)

Ανάπτυξη φυσικών ικανοτήτων (κινητικά παιχνίδια)

Γυμναστική - Ενόργανη γυμναστική

Μύηση στις Αθλοπαιδιές και το Στίβο

Γνωριμία με νέα ή μη διαδεδομένα αθλήματα και αθλήματα ΑμΕΑ

Φυσικές δραστηριότητες & Σπορ υγείας και αναψυχής (σχέδιο εργασίας)

Κολύμβηση

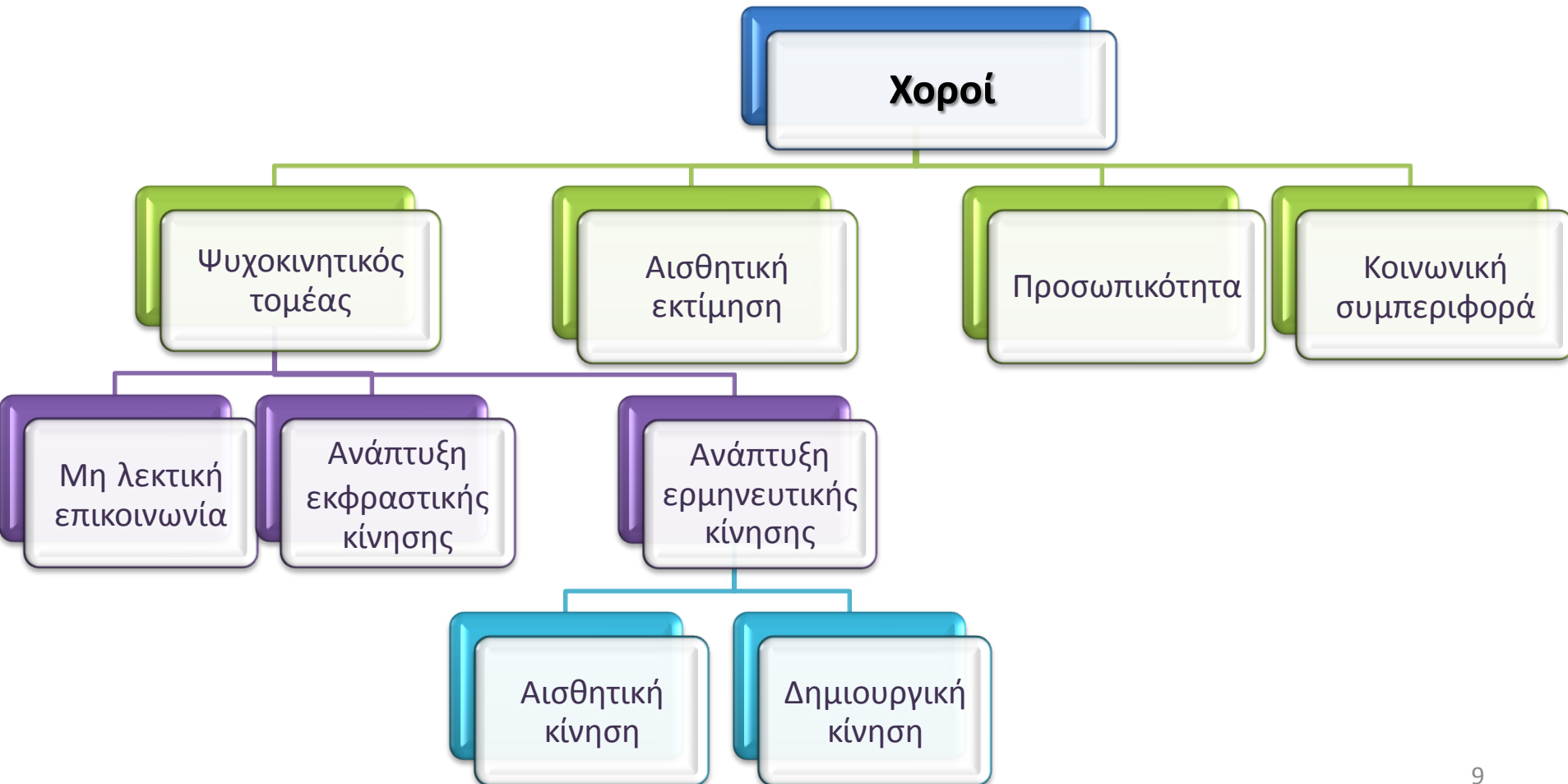
Κατάγραφή δεικτών κινητικής & σωματικής ανάπτυξης

Εσωτερικές διοργανώσεις παιχνιδιών και προσαρμοσμένων αθλοπαιδιών



# Χοροί – Νέο Διδακτικό Αντικείμενο

Σκοπός του χορού στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση είναι η ανάπτυξη του ψυχοκινητικού τομέα του παιδιού, της αισθητικής του εκτίμησης, της προσωπικότητας και της κοινωνικής του συμπεριφοράς.



# Παραδοσιακοί Χοροί – Μουσικοκινητική Αγωγή



Ο χορός εντάσσεται συχνά σε προγράμματα Φυσικής Αγωγής, απαλλαγμένος από την απαίτηση για τεχνική αρτιότητα, με **στόχο να αναπτύξει τις εκφραστικές, ερμηνευτικές και δημιουργικές ικανότητες των μαθητών.**

Ο χορός αναπτύσσει και διευρύνει την αισθητική των μαθητών και τους φέρνει σε επαφή με ποικίλα πολιτιστικά ιδιώματα του ελληνικού χώρου, αλλά και άλλων χωρών.

**Κοινό σημείο των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών και της Μουσικοκινητικής Αγωγής είναι ότι και τα δύο αντικείμενα βασίζονται στην ενότητα μουσικής, λόγου και κίνησης (εσωτερική επικοινωνία).**

# Η μουσικοκινητική αγωγή στοχεύει:

1. Στην ολόπλευρη ανάπτυξη του μαθητή
2. Στην αισθητική καλλιέργειά του, και
3. Στην ανάπτυξη των δημιουργικών κι εκφραστικών ικανοτήτων.

Αυτοί οι στόχοι επιτυγχάνονται με τη συμμετοχή των μαθητών σε δραστηριότητες οι οποίες εμπλέκουν τη μουσική, το λόγο και την κίνηση, δίνοντας έμφαση στο ρυθμό.



# Διδασκαλία, Επέκταση των θεματικών ενοτήτων Παραδοσιακοί Χοροί – Μουσικοκινητική Αγωγή με:

1. Παραδοσιακά παιχνιδοτράγουδα
2. Παραδοσιακά μουσικοκινητικά δρώμενα
3. Τοπικοί παραδοσιακοί χοροί και δημιουργική αξιοποίηση της ελληνικής μουσικής παράδοσης



# Βασικοί άξονες διδασκαλίας



## 1. Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί και μουσικοκινητική αγωγή

Παραδοσιακό μουσικοκινητικό υλικό το οποίο προέρχεται από παιδικά τραγούδια, παιχνιδοτράγουδα, λαχνίσματα κ.λπ., μπορεί να αποτελέσει ταυτόχρονα υλικό για μουσικοκινητική διδασκαλία και μύηση – προετοιμασία για τη διδασκαλία του παραδοσιακού χορού.

# Βασικοί άξονες διδασκαλίας



1. Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί και μουσικοκινητική αγωγή
2. Λαϊκοί χοροί και παιχνίδια από άλλες χώρες

Πολυπολιτισμικό Σχολείο

Αξιοποίηση των εμπειριών των παιδιών από διαφορετικά περιβάλλοντα . Σύνδεση Σχολείου - Κοινωνίας

Χρησιμοποίηση παιχνιδιών και χορών από άλλες χώρες (επέκταση του περιεχομένου του μαθήματος)

Ιδιαίτερες γνώσεις, δεξιότητες, προτιμήσεις εκπαιδευτικών

Κοινωνικοί χοροί - Latin - Dancesport dances



# Βασικοί άξονες διδασκαλίας



1. Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί και μουσικοκινητική αγωγή
2. Λαϊκοί χοροί και παιχνίδια από άλλες χώρες
3. Σύγχρονες μορφές χορευτικής έκφρασης

**Α' και Β' τάξη:**

Δημιουργικός χορός

Κινητικός αυτοσχεδιασμός και δημιουργία μουσικοκινητικών συνθέσεων

**Γ' και Δ' τάξη :**

Μορφές χορού οι οποίες χαρακτηρίζουν την εποχή κι αποτελούν δημοφιλή μορφή έκφρασης των νέων π.χ. hip – hop, RnB, Break Dance, funky jazz κ.λπ.

# Βασικοί άξονες διδασκαλίας



1. Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί και μουσικοκινητική αγωγή
2. Λαϊκοί χοροί και παιχνίδια από άλλες χώρες
3. Σύγχρονες μορφές χορευτικής έκφρασης
4. Προετοιμασία εκδηλώσεων - παραστάσεων

Το σημαντικότερο είναι η εξασφάλιση δυνατότητας συμμετοχής όλων των παιδιών

# Προετοιμασία εκδηλώσεων και παραστάσεων

1. Η δημιουργία εκδηλώσεων και παραστάσεων αποτελεί μέρος της σχολικής ζωής.
2. Εντάσσεται στις σχολικές γιορτές ή αποτελεί το επιστέγασμα ενός σχεδίου εργασίας.
3. Μπορούν να αξιοποιηθούν ορισμένες ώρες της θεματικής ενότητας για την προετοιμασία εκδηλώσεων ή παραστάσεων.
4. Ακολουθούνται συνεργατικές διαδικασίες καθώς και διαδικασίες καθοδηγούμενου αυτοσχεδιασμού, προκειμένου τα παιδιά να εκφραστούν και να δημιουργήσουν.
5. Σημαντικότερο είναι η εξασφάλιση δυνατότητας συμμετοχής όλων των μαθητών.
6. Επειδή εμπεριέχονται στοιχεία διαθεματικής και διεπιστημονικής προσέγγισης μπορεί να συνδεθεί με μουσική – θέατρο, λογοτεχνία, λαογραφία, τοπική ιστορία, εικαστικά κ.ά., έτσι ώστε να αναδειχθούν οι πολλαπλές και ποικίλες εκφραστικές δυνατότητες των μαθητών.

# Ολοήμερο Δημοτικό Σχολείο - αθλητισμός

**Σκοπός** του διδακτικού αντικειμένου του αθλητισμού είναι μέσα από ποικίλες κινητικές και αθλητικές δραστηριότητες να βοηθήσει στη σωματική ανάπτυξη των μαθητών και να συμβάλει στην ψυχική και πνευματική τους καλλιέργεια καθώς και στην αρμονική τους ένταξη στην κοινωνία

## **Ενέργειες που πρέπει να γίνουν:**

- Καθορίζονται τα αθλήματα (κυρίως αθλοπαιδιές) που θα συμμετέχει το σχολείο (προτιμήσεις μαθητών, υποδομές σχολείου)
- Συμμετέχουν όσο γίνεται περισσότεροι μαθητές/τριες
- Προάγεται η αποδοχή της διαφορετικότητας και επιδιώκεται η δημιουργία ασφαλούς και ευχάριστου περιβάλλοντος ενεργητικής δραστηριότητας των μαθητών/τριων
- Επιλέγονται συνήθως από της Δ', Ε', ΣΤ'
- Αναβαθμίζεται το εσωτερικό πρωτάθλημα
- Εφαρμόζονται διαφοροποιημένες δραστηριότητες για μαθητές των μικρότερων & των μεγαλύτερων τάξεων

# Ο ρόλος του εκπαιδευτικού ΦΑ στους αγώνες

Κατάλληλη προετοιμασία όλων των μαθητών (αθλητών και μη) για το «ευ αγωνίζεσθαι»

## Ενέργειες που πρέπει να γίνουν:

- Μέσα από το εσωτερικό πρωτάθλημα, να καλλιεργηθούν αξίες που θα τους συνοδεύουν σε όλες τις δραστηριότητες της ζωής τους
- Να δίνεται έμφαση στη χαρά της συμμετοχής
- Να προετοιμάζονται τόσο για την ήττα όσο και για τη νίκη
- Να εκπαιδεύονται στην αυτοαξιολόγηση
- Να γνωρίζουν καλά τους κανονισμούς των αθλημάτων
- Να μάθουν να σέβονται τις αποφάσεις των διαιτητών
- Να τονιστεί το φίλαθλο πνεύμα έξω και μέσα στον αγωνιστικό χώρο



Μην ξεχνάμε ότι εμείς αποτελούμε τα πρότυπα για ανάλογες συμπεριφορές των μαθητών μας.

# Οργάνωση Μαθήματος 1/2

## ΠΡΟΣΟΧΗ

Προέχει όλων η δημιουργία ασφαλούς περιβάλλοντος για μάθηση.

### Συνηθέστερες αιτίες ατυχημάτων:

- Κακός σχεδιασμός του μαθήματος
- Απουσία ή μη τήρηση κανόνων ασφαλούς συμπεριφοράς
- Διδασκαλία ενός πολύ δύσκολου αντικειμένου για το επίπεδο των παιδιών
- Ακατάλληλο αθλητικό υλικό
- Επικίνδυνες ή κατεστραμμένες αθλητικές εγκαταστάσεις.



# Οργάνωση Μαθήματος 2/2

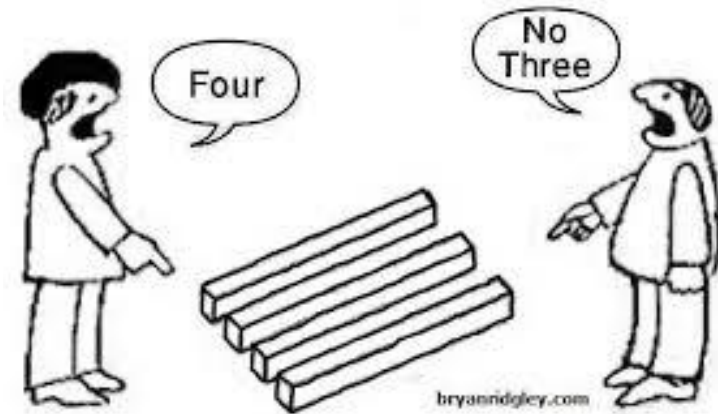
Η διδασκαλία χωρίζεται σε τρεις φάσεις: **προετοιμασία, κυρίως θέμα και παρουσίαση** (μικροί δημιουργοί)

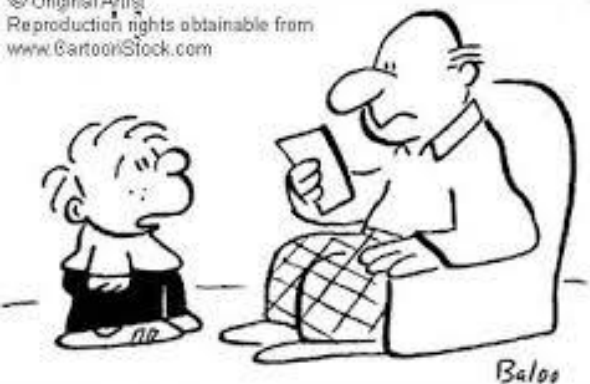
## Μέθοδοι Διδασκαλίας

**Ομαδοσυνεργατικές προσεγγίσεις**

**Μέθοδοι παραγωγής:**

- Καθοδηγούμενη ανακάλυψη
- Συγκλίνουσα εφευρετικότητα
- Αποκλίνουσα παραγωγικότητα
- Πρόγραμμα που σχεδιάζει ο μαθητής
- Πρωτοβουλία Μαθητή
- Αυτοδιδασκαλία





"I think the economy is affecting my grades."

# Βαθμολογία 1/2

ΚΡΙΤΗΡΙΑ	Α' + Β' τάξη	Γ' + Δ' τάξη
Απόκτηση βασικών κινητικών δεξιοτήτων	Περιγραφική	Βαθμολογία Α, Β, Γ ή Δ
Αφομοίωση εννοιών σχετικών με τη Φ.Α., ενδιαφέρον, ήθος, προσπάθεια, συνεργασία, δημιουργικότητα	Περιγραφική	Βαθμολογία Α, Β, Γ ή Δ
		Τελικός βαθμός Α, Β...

# Βαθμολογία 2/2

## Προτεινόμενα κριτήρια βαθμολόγησης των μαθητών/τριων Ε΄ + ΣΤ΄

ΚΡΙΤΗΡΙΑ	ΑΞΙΟΛΟΓΟΥΜΕΝΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΠΟΣΟΣΤΟ επί της ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ	ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ
Κινητική Γνώση	Κινητικός - Εκφραστικός	40% = 4 βαθμοί	Ειδικά τεστ για τα διδαχθέντα αντικείμενα του τριμήνου (πχ 2 τεστ βόλεϊ, 2 μπάσκετ κλπ)
Φυσικές Ικανότητες	Βιολογικός - Υγιεινός	20% = 2 βαθμοί	Ειδικά τεστ για τις φυσικές ικανότητες: αντοχή, δύναμη, ευλυγισία, ταχύτητα
Προσπάθεια, ενδιαφέρον, παρουσίες, συμπεριφορά, γνώσεις	Ηθικός - Κοινωνικός - Γνωστικός	40% = 4 βαθμοί	Ερωτηματολόγια, εκθέσεις ή παρατήρηση στην τάξη για θέματα: συμπεριφοράς, αθλητικού ήθους, παρουσιών, ενεργούς συμμετοχής στο μάθημα, γνώσεων

Στόχος της βαθμολογίας είναι η καταγραφή της ατομικής προόδου του μαθητή

# Τι προσέχουμε στη Βαθμολογία



# Τι προσέχουμε στη Βαθμολογία

Οι βαθμοί :

- να είναι μια σύνθεση όσο γίνεται περισσότερων παραγόντων
- να συνδέονται με την επίτευξη ή όχι των μαθησιακών στόχων και την προσπάθεια που καταβάλλει ο μαθητής
- να δίνουν πληροφορίες στους μαθητές και στους γονείς για περαιτέρω βελτίωση
- να υπάρχουν συγκεκριμένα κριτήρια, που ισχύουν για όλους και είναι γνωστά στα παιδιά από πριν
- να υπάρχει κοινή γραμμή στους εκπ/κους ΦΑ του ίδιου σχολείου
- η βαθμολογία δεν είναι τιμωρία

Η βαθμολογία πρέπει να μπορεί να αιτιολογηθεί.  
(αρχείο με τεστ, παρατηρήσεις, σχόλια κλπ)





# Ενδεικτική κατανομή ωρών ανά θεματική ενότητα.

ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ - ΧΟΡΟΙ	Α΄	Β΄	Γ΄	Δ΄
1.Ελληνικοί Παραδοσιακοί χοροί	10	10	10	10
2.Μουσικοκινητική αγωγή	10	10	7	7
3.Λαϊκοί χοροί και παιχνίδια άλλων χωρών	4-6	4-6	5-7	5-7
4.Σύγχρονες μορφές χορευτικής έκφρασης	4-6	4-6	5-7	5-7
5.Προετοιμασία εκδήλωσης - Παράστασης	4	4	5	5
ΣΥΝΟΛΙΚΕΣ ΩΡΕΣ	32-36	32-36	32-36	32-36



# Ενδεικτική κατανομή ωρών ανά θεματική ενότητα.

	ΤΑΞΕΙΣ			
	Α	Β	Γ	Δ
Εισαγωγικά μαθήματα	1	1	1	1
Ψυχοκινητική αγωγή	28	28	24	24
1. Εξάσκηση σε σύνθετες κινητικές δεξιότητες	18	18	16	16
2. Ανάπτυξης φυσικών ικανοτήτων	10	10	8	8
Αθλοπαιδιές - Παιχνίδια	25	25	10	10
Κινητικά παιχνίδια	25	25		
Αθλοπαιδιές			10	10
Γνωριμία με νέα αθλήματα & αθ/τα ΑΜΕΑ			12	12
Φυσικές δραστηριότητες	12	12	12	12
Γνωριμία με φυσικές δραστηριότητες	6	6	6	6
Σπορ υγείας και αναψυχής	6	6	6	6
Στίβος			10	10
Γυμναστική	10	10	12	12
Ενόργανη Γυμναστική			12	12
Ασκήσεις & προασκήσεις ενόργανης γυμν/κής	10	10		
Κολύμπι	10	10	10	10
Καταγραφή δεικτών	6	6	6	6
Αθλητικές εκδηλώσεις - Προσαρμομένες			10	10
Προετοιμασία εκδηλώσεων	4	4		
Εξέταση			3	3
ΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ	96	96	98	98

## ΣΕ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕ ΕΔΕΠ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

	ΤΑΞΕΙΣ					
	Α	Β	Γ	Δ	Ε	Στ
<b>Εισαγωγικά μαθήματα</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Ψυχοκινητική αγωγή</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
1. Εξάσκηση σε σύνθετες κινητικές	18	18	16	16		
2. Ανάπτυξης φυσικών ικανοτήτων	10	10	8	8		
<b>Μουσικοκινητική αγωγή - Χοροί</b>	<b>32</b>	<b>32</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>10</b>	<b>6</b>
1.Ελληνικοί Παραδοσιακοί χοροί	10	10	10	10	10	6
2.Μουσικοκινητική αγωγή	10	10	7	7		
3.Λαϊκοί χοροί και παιχνίδια άλλων χωρών	6	6	7	7		
4.Σύγχρονες μορφές χορευτικής έκφρασης	6	6	6	6		
<b>Αθλοπαιδιές - Παιχνίδια</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	<b>32</b>
Κινητικά παιχνίδια	25	25				
Αθλοπαιδιές			10	10	30	32
Γνωριμία με νέα αθλήματα & αθλ/τα ΑΜΕΑ			12	12		
<b>Φυσικές δραστηριότητες</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
Γνωριμία με φυσικές δραστηριότητες	6	6	6	6		
Σπορ υγείας και αναψυχής	6	6	6	6		
<b>Στίβος</b>			<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>12</b>
<b>Γυμναστική</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
Ενόργανη Γυμναστική			12	12	8	8
Ασκήσεις και προασκήσεις ενόργανης γυμναστικής	10	10				
<b>Κολύμπι</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>		
Καταγραφή δεικτών	6	6	6	6		
<b>Αθλητικές εκδηλώσεις - Προσαρμοσμένες αθλοπαιδιές</b>			<b>10</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
Προετοιμασία εκδηλώσεων	4	4				
<b>Εξέταση</b>			<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
<b>ΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ</b>	<b>128</b>	<b>128</b>	<b>128</b>	<b>128</b>	<b>64</b>	<b>64</b>

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2013							ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2013							ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2013							ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2013							ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2014							
Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	
						1		1	2	3	4	5	6					1	2	3							1				1	2	3	4	5
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31			
30																					30	31													
ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						13	ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						21	ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						20	ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						14	ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						18	
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2014							ΜΑΡΤΙΟΣ 2014							ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2014							ΜΑΪΟΣ 2014							ΙΟΥΝΙΟΣ 2014							
Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Σ	Κ	
					1	2						1	2		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4						1		
3	4	5	6	7	8	9	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	
10	11	12	13	14	15	16	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	
17	18	19	20	21	22	23	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	
24	25	26	27	28			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28		
							31																												
ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						20	ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						18	ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						12	ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						20	ΗΜΕΡΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ						8	

Συνολικός Αριθ. Μαθημάτων	164
Συνολικός Αριθ. Εβδομάδων	36

Αργίες

Χωρίς Μάθημα

Διακοπές<sup>29</sup>

ΣΤΗ Α' ΤΑΞΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΕ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΕ ΕΛΕΤ

ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ		Α ' ΤΡΙΜΗΝΟ																																															
		ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ																ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ																ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ															
		1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα				1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα				1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα			
ΩΡΕΣ	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η					
Εισαγωγικά μαθήματα	1									X																																							
Ψυχοκινητική αγωγή	11													X					X										X								X									X	X		
Γυμναστικές ασκήσεις	4											X						X												X																			
Ψυχικές δραστηριότητες	4														X																						X										X		
Κινητικά παιχνίδια	8														X	X					X																											X	
Καταγραφή δεικτών	2										X	X																																					
Χορός	10												X				X				X	X								X							X												X

ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ		Β ' ΤΡΙΜΗΝΟ																																															
		ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ																ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ																ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ															
		1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα				1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα				1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα			
ΩΡΕΣ	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η									
Ψυχοκινητική αγωγή	11							X				X																																					
Γυμναστικές ασκήσεις	4					X												X																															
Φυσικές δραστηριότητες	4										X																	X																					
Κινητικά παιχνίδια	9				X				X				X																X																				
Καταγραφή δεικτών	2	X	X																																														
Χορός	10			X			X			X										X		X						X				X			X			X					X						

ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ		Γ ' ΤΡΙΜΗΝΟ																																																															
		ΜΑΡΤΙΟΣ																ΑΠΡΙΛΙΟΣ																ΜΑΙΟΣ																ΙΟΥΝΙΟΣ															
		1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα				1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα				1η εβδομάδα				2η εβδομάδα				3η εβδομάδα				4η εβδομάδα				1η εβδομάδα				2η εβδομάδα											
ΩΡΕΣ	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η	1η	2η	3η	4η																					
Ψυχοκινητική αγωγή	5			X			X	X						X	X																																																		
Γυμναστικές ασκήσεις	2									X																																																							
Ψευσικές δραστηριότητες	3					X												X																																															
Κινητικά παιχνίδια	10	X			X					X			X				X		X	X																																													
Καταγραφή δεικτών	2																																													X																			
Χορός	12		X				X				X		X					X																																															
Κολύμπι	10																																																																
Προετοιμασία εκδηλώσεων	4																																																																

## ΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ ΕΤΗΣΙΩΣ

Εισαγωγικά μαθήματα	1	Χορός	32
Ψυχοκινητική αγωγή	27	Κολύμπι	10
Γυμναστικές ασκήσεις	10	Καταγραφή δεικτών	6
Ψυσικές δραστηριότητες	11	Προετοιμασία εκδηλώσεων	4
Κινητικά παιχνίδια	27	ΣΥΝΟΛΟ 128	



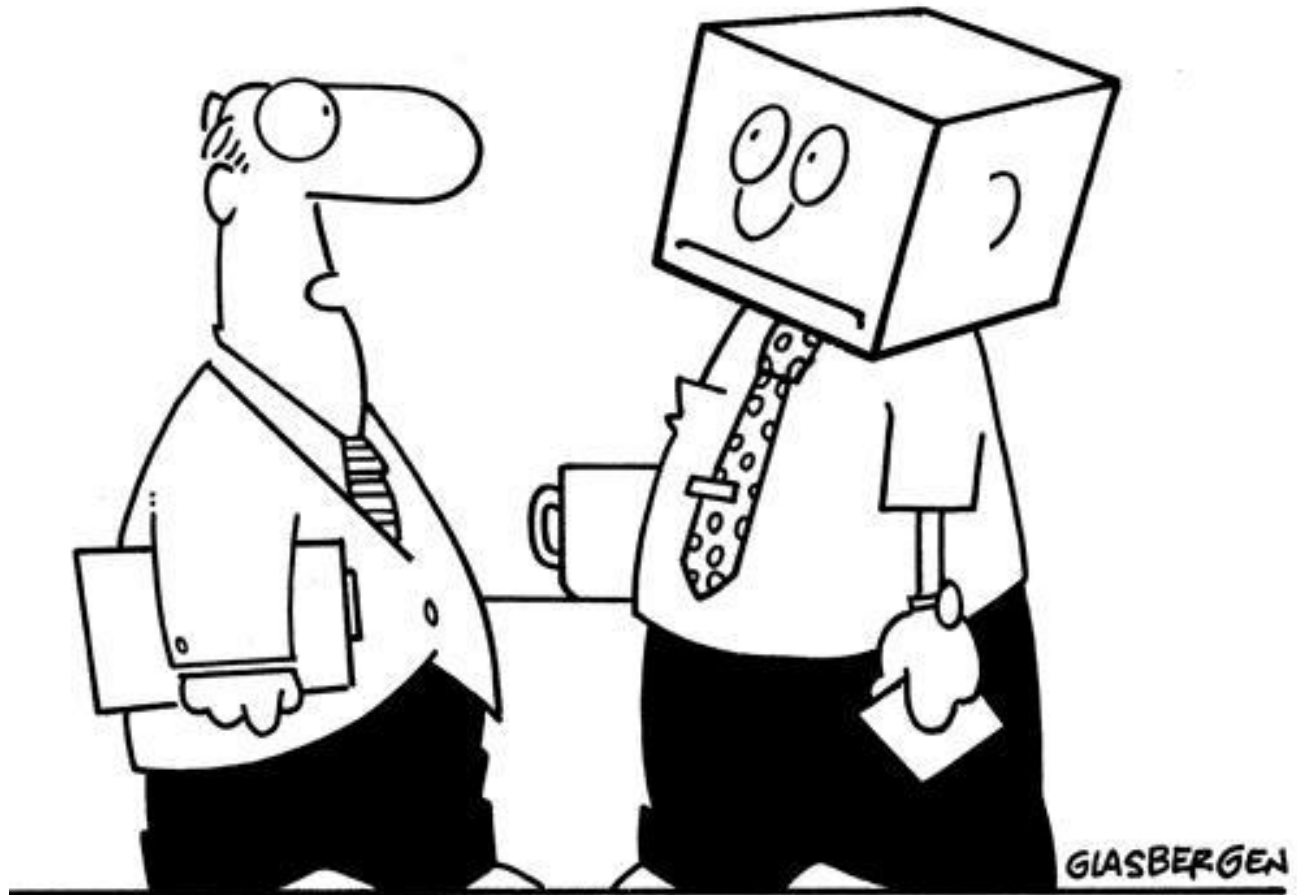
# O captain! My captain!

<http://mikroimegaloi.gr/content/o-captain-my-captain>

10. Δίνει μεγάλη σημασία στην προσωπική του σχέση με τα παιδιά
9. Γνωρίζει πάντοτε καλά το αντικείμενο για το οποίο μιλάει
8. Ξέρει να προσαρμόζει το μάθημα στις ανάγκες του κάθε μαθητή, ξεχωριστά
7. Πάντοτε ρωτάει τα «γιατί;» πίσω από ο,τιδήποτε
6. Ξέρει πώς να εξάπτει την περιέργεια
5. Καταλαβαίνει τις τεχνολογικές εξελίξεις και προσαρμόζεται σε αυτές
4. Επιδιώκει να συνεργάζεται με άλλους δασκάλους
3. Έχει πολλούς τρόπους να καταλαβαίνει αν τα παιδιά του πραγματικά εξελίσσονται
2. Ξέρει να δίνει προτεραιότητα στα σημαντικά
1. **Αφήνει τους μαθητές του να είναι αυτοί τα αστέρια στην τάξη, όχι ο ίδιος**

*Σας ευχαριστώ!*

Copyright 2005 by Randy Glasbergen. [www.glasbergen.com](http://www.glasbergen.com)



**“Thinking outside of the box is difficult  
for some people. Keep trying.”**