

Διεύρυνση της σχολικής
Φυσικής Αγωγής:
μια προοπτική μέσα από τη σύνθεση
στόχων και τις παράλληλες δράσεις

Δρ. Απόστολος Ντάνης
Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής

Για ποιο λόγο διεύρυνση της σχολικής Φυσικής Αγωγής;

- Μειώνεται διαρκώς η φυσική δραστηριότητα των μαθητών
- Αυξάνεται ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας στην προάσπιση της υγείας
- Διαφοροποιούνται οι μαθησιακές προσεγγίσεις και οι τεχνικές διδασκαλίας
- Οι στόχοι της σύγχρονης εκπαίδευσης βρίσκουν καλύτερη εφαρμογή στη Φυσική Αγωγή
- Η Φυσική Αγωγή συνδέει το σχολείο με την κοινωνία και διαμορφώνει τον τρόπο ζωής

Ποιος είναι ο προσανατολισμός της σχολικής Φυσικής Αγωγής μέχρι σήμερα;



- Ισόρροπη ψυχοκινητική, συναισθηματική και πνευματική ΑΝΑΠΤΥΞΗ των μαθητών (προτεραιότητα στις κινητικές δεξιότητες)



- Αθλητικός προσανατολισμός (αθλοπαιδιές, κλασικός αθλητισμός, ενόργανη και ρυθμική γυμναστική) – Σύνδεση με τους σχολικούς αγώνες



- Επιδίωξη της «δια βίου άσκησης» μέσα από τη γνωριμία και την ευχαρίστηση των αθλημάτων

Τι θέλουμε να πετύχουμε με τη Φυσική Αγωγή



- Θετική επίδραση στην ανάπτυξη του παιδιού (νευρομυϊκός συντονισμός κινήσεων, κινητική αρμονία & εκφραστικότητα, φυσικές ικανότητες)
- Μάθηση κινητικών δεξιοτήτων των αθλημάτων (τεχνική & αγωνιστική)
- Βελτίωση του γνωστικού επιπέδου (για τη φυσική άσκηση, τα αθλήματα και την αξία της άσκησης στην υγεία)
- Διαχείριση κοινωνικών δεξιοτήτων και αξιών (επικοινωνία, συνεργασία, αποδοχή διαφορετικότητας, επιτυχία-αποτυχία, σεβασμός κανόνων, συμμαθητών κλπ)
- Διαμόρφωση θετικών στάσεων και συμπεριφορών (για συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες & στον αθλητισμό)

Πως θα το πετύχουμε όταν:

- ◆ οι ώρες της Φυσικής Αγωγής είναι περιορισμένες
- ◆ πρέπει να διδάξουμε τις κινητικές δεξιότητες
- ◆ πρέπει να καλλιεργήσουμε τις φυσικές ικανότητες
- ◆ πρέπει να διαχειρισθούμε τα συναισθήματα, την κοινωνικότητα, την υιοθέτηση αξιών
- ◆ πρέπει να μεταδώσουμε γνώσεις
- ◆ πρέπει να διαμορφώσουμε θετικές στάσεις και συμπεριφορές προς την άσκηση και την άθληση
- ◆ ΚΑΙ πρέπει να αξιοποιήσουμε το παιχνίδι σαν το ιδανικότερο μέσο αγωγής



Ο στόχος προάσπισης της υγείας



- ◆ Συνδέεται με τη βελτίωση των φυσικών ικανοτήτων (καρδιοαναπνευστική λειτουργία, μυϊκή ικανότητα, κινητικότητα αρθρώσεων)
- ◆ Συνδέεται με τη μεγάλη κατανάλωση ενέργειας (πρόληψη της παχυσαρκίας)

Η πράξη στο σχολείο

- ◆ Ανομοιογένεια κινητικού επιπέδου και επάρκειας φυσικών ικανοτήτων
- ◆ Σχετικότητα στην επίτευξη των μαθησιακών στόχων

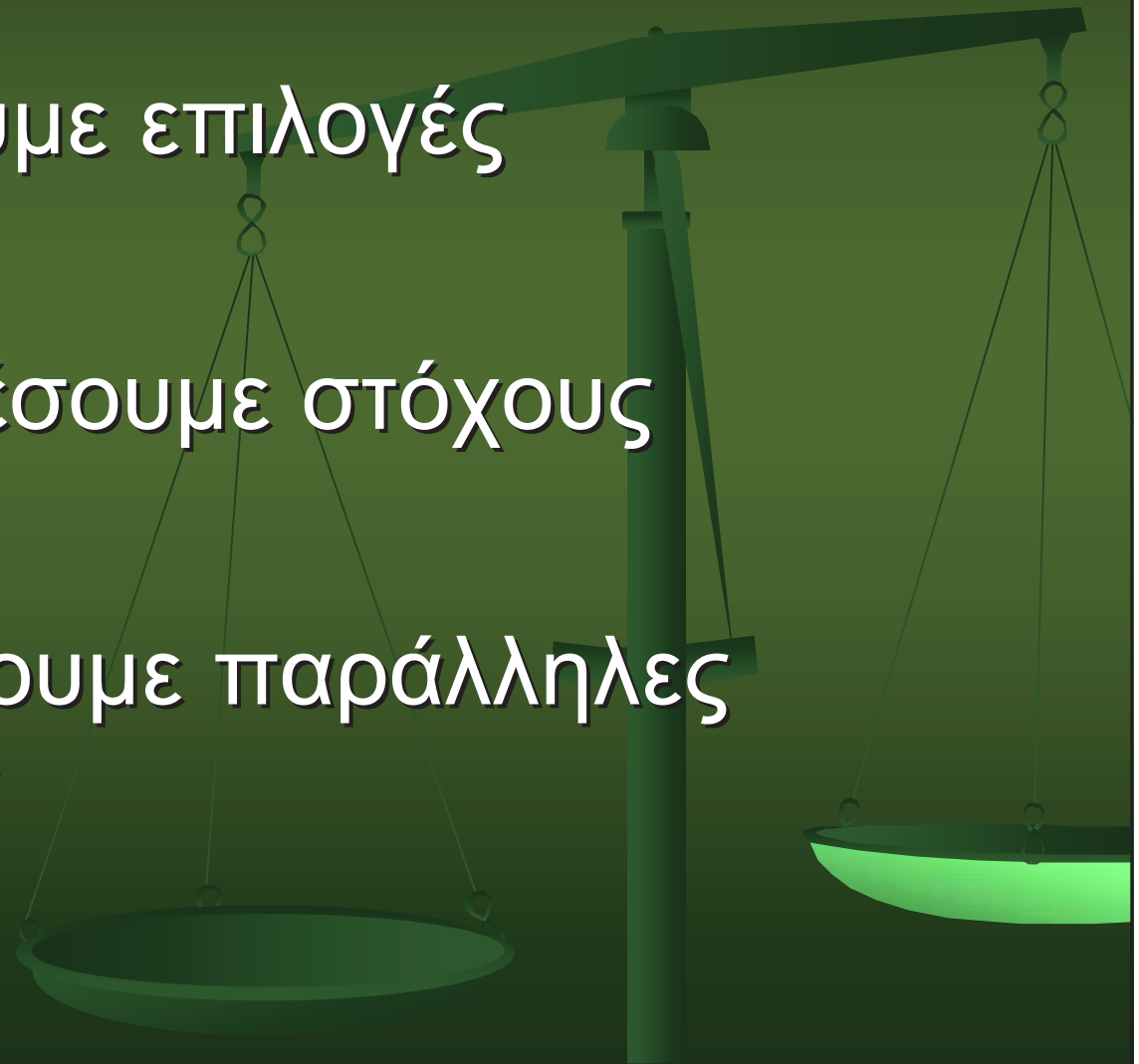


Οι λύσεις:

Θα κάνουμε επιλογές

Θα συνθέσουμε στόχους

Θα εισάγουμε παράλληλες
δράσεις



ΣΥΝΘΕΣΗ ΣΤΟΧΩΝ

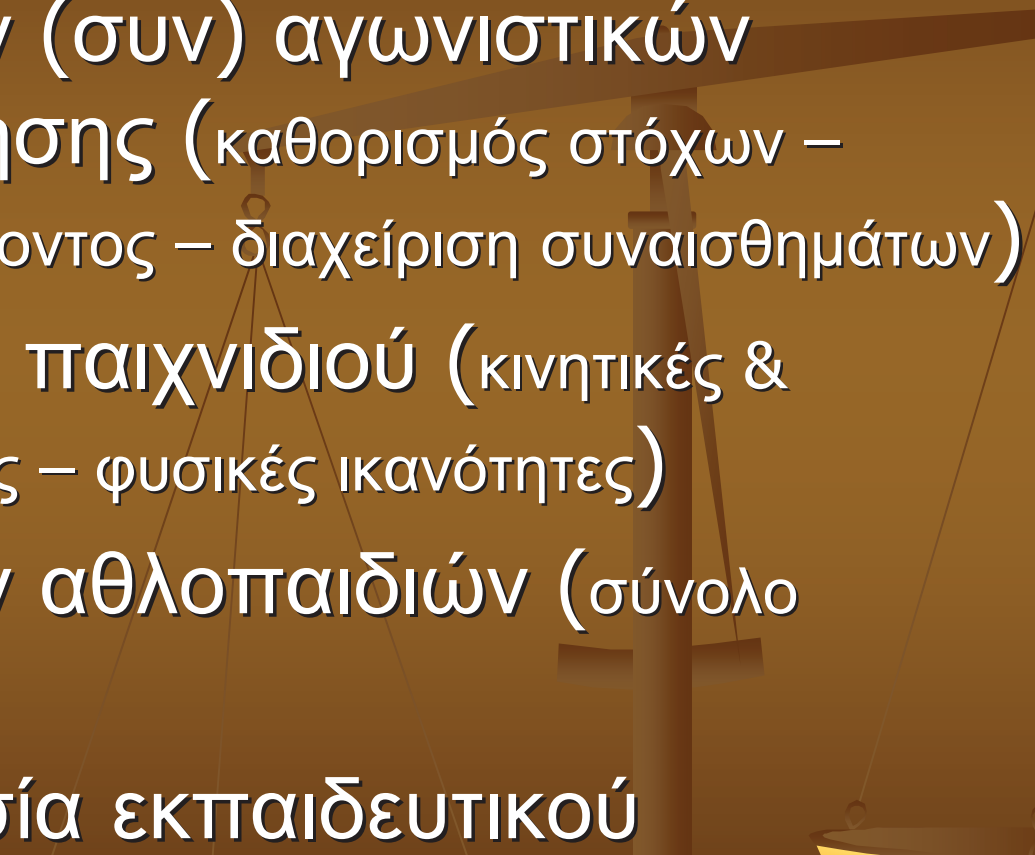
■ ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ

- Όλοι οι στόχοι του μαθήματος υφίστανται καθημερινά
- Ενσωμάτωση όσο δυνατόν περισσότερων στόχων σε κάθε μάθημα
- Προτεραιότητα στην κινητική δραστηριότητα των μαθητών

ΣΥΝΘΕΣΗ ΣΤΟΧΩΝ

- ❖ **Η μαθησιακή διαδικασία** (κινητικές δεξιότητες και γνώσεις)
 - δασκαλοκεντρικές / μαθητοκεντρικές μέθοδοι διδασκαλίας
 - διαθεματικές προσεγγίσεις (ολιστικές – βιωματικές / εννοιολογικές)
- ❖ **Η βελτίωση των φυσικών ικανοτήτων** (ευκαμψία, δύναμη, ταχύτητα, αντοχή)
 - έμμεση βελτίωση μέσω της εξάσκησης κινητικών δεξιοτήτων
 - άμεση βελτίωση μέσω ειδικών ασκήσεων
- ❖ **Η διαχείριση κοινωνικών δεξιοτήτων και αξιών** (επικοινωνία, συμμετοχή, συνεργασία, αποδοχή, σεβασμός κανόνων, συμμαθητών κλπ)
 - έμμεση μέσω της αλληλοεπίδρασης στην εξάσκηση των κινητικών δεξιοτήτων
 - άμεση με παρεμβάσεις του εκπαιδευτικού

ΣΥΝΘΕΣΗ ΣΤΟΧΩΝ

- Αξιοποίηση των (συν) αγωνιστικών μορφών εξάσκησης (καθορισμός στόχων – δημιουργία ενδιαφέροντος – διαχείριση συναισθημάτων)
 - Αξιοποίηση του παιχνιδιού (κινητικές & κοινωνικές δεξιότητες – φυσικές ικανότητες)
 - Αξιοποίηση των αθλοπαιδιών (σύνολο στόχων)
 - Ενεργή παρουσία εκπαιδευτικού
- 

Ένα παράδειγμα (μπάσιμο στο μπάσκετ)

Στόχοι

- Διδασκαλία δεξιότητας
- Αμοιβαία διδασκαλία
- Εξάσκηση & βελτίωση φυσικών ικανοτήτων
- Γνωστικές οδηγίες (λεκτικές) – συνεργασία
- Γνωστικές οδηγίες – επικοινωνία-διαφορετικότητα - στόχοι
- Γνωστικές οδηγίες – κανόνες – επιτυχία-αποτυχία
- Αυτοαξιολόγηση
- Ελαστικότητα μυών - ευλυγισία

Περιεχόμενα

- Οι μαθητές σε σειρά τη δεξιότητα σε μερική ή ολική μορφή
- Οι «καλοί» δίνουν πάσα για μπάσιμο & οδηγίες τεχνικής
- Ανά δύο κίνηση στις πλάγιες γραμμές με πάσα και μπάσιμο
- Ανά τρεις και ανά τέσσερις το ίδιο, ένας και δύο αντίστοιχα άμυνα
- Επίθεση - άμυνα 3,4,5 εναντίον 3,4,5 αντίστοιχα, μόνο μπάσιμο
- Παιχνίδι στα μισά γήπεδα μόνο με μπάσιμο
- Χαλάρωμα, σε κυκλική κίνηση μπάσιμο από πάσα
- Διατάσεις

ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

- **ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ**
- Η προετοιμασία των δράσεων εκτός ωρολογίου προγράμματος
- Ενσωμάτωση μέρους δραστηριοτήτων των δράσεων (κινητικού περιεχομένου) στις ώρες της Φ.Α. σε συνδυασμό με τα αντικείμενα της Φ.Α.



ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

- Σχολικός αθλητισμός – Σχολικοί αγώνες
(σύνδεση της Φυσικής Αγωγής με τον Αθλητισμό –
άνοιγμα του σχολείου στην κοινωνία)
 - Έναρξη λειτουργίας αθλητικών τμημάτων στο
Ολοήμερο Δημοτικό Σχολείο
 - Ενεργοποίηση των Μαθητικών Ομίλων
Αθλημάτων στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση
 - Εσωτερικά πρωταθλήματα – Σχολικοί αγώνες



ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

- Πρωτοβουλίες που συνδέουν τη Φυσική Αγωγή με την Υγεία και την Ποιότητα Ζωής (βιωματικές δραστηριότητες, κινητικού και γνωστικού περιεχομένου, για την κατανόηση και εκτίμηση της ΑΞΙΑΣ της φυσικής δραστηριότητας στη ζωή μας)
 - Σχέδια εργασίας Αγωγής Υγείας
 - Σχέδια εργασίας Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης
 - Σχέδια εργασίας Πολιτιστικών Εκδηλώσεων
 - Αθλητικές Εκδηλώσεις



Απώτερος σκοπός της διεύρυνσης της σχολικής Φ.Α.

❖ Να ωφεληθούν οι μαθητές σε μεγαλύτερο βαθμό ως προς τον γενικό σκοπό και τους ειδικούς σκοπούς της Φυσικής Αγωγής

❖ Να συνδεθεί η σχολική Φυσική Αγωγή με τον τρόπο ζωής των μαθητών, παρέχοντάς τους γνωστικά εφόδια και δυνατότητες επιλογών σε υγιεινές συνήθειες και την ποιότητα ζωής

