



Επιμορφωτική συνάντηση Εκπαιδευτικών Φυσικής Αγωγής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Θεσσαλονίκης

Σύμβουλος Εκπαίδευσης Φ.Α.

Δρ. Απόστολος Ντάνης

7 Σεπτεμβρίου 2023

Αξιακοί προσανατολισμοί στη Φυσική Αγωγή

17^ο Πανελλήνιο Συνέδριο
Ένωσης Γυμναστών Βορείου Ελλάδος,
Θεσσαλονίκη 10-11 Δεκεμβρίου 2016

Σχετικά με τους αξιακούς προσανατολισμούς ...

- Οι αξιακοί προσανατολισμοί είναι **πεποιθήσεις** σύμφωνα με τις οποίες λαμβάνονται αποφάσεις σε πρακτικά θέματα της εκπαίδευσης.
- Οι αξιακοί προσανατολισμοί στα Προγράμματα Σπουδών χαρακτηρίζουν την ιδεολογία, τη θεωρητική βάση και φιλοσοφία των προγραμμάτων. Συνήθως εστιάζονται στις απαιτήσεις του γνωστικού αντικειμένου, στις ανάγκες του μαθητή, στις προσδοκίες της κοινωνίας ή στη διαμόρφωση του αυριανού πολίτη.
- Οι αξιακοί προσανατολισμοί στη σχολική Φυσική Αγωγή διαμορφώνουν την **«κατεύθυνση»** των εκάστοτε Προγραμμάτων Σπουδών.

Κρίσιμα ερωτήματα στη σχολική Φυσική Αγωγή

- **Ως προς το γνωστικό αντικείμενο:**

1. Η Φυσική Αγωγή είναι διδακτικό αντικείμενο που προσανατολίζεται στη μάθηση (σε μαθησιακά αποτελέσματα);
2. Η Φυσική Αγωγή είναι κινητικές δραστηριότητες που στοχεύουν στη φυσική άσκηση των μαθητών/-τριών;
3. Πως ιεραρχούνται οι στόχοι της Φυσικής Αγωγής στον ψυχοκινητικό, το γνωστικό, το συναισθηματικό και τον κοινωνικό τομέα;

Κρίσιμα ερωτήματα στη σχολική Φυσική Αγωγή

- **Ως προς τις ανάγκες του μαθητή:**

1. Ποιες είναι οι ανάγκες του μαθητή σε κίνηση, κινητικό παιχνίδι, φυσική ή αθλητική δραστηριότητα για την αρμονική και υγιή ανάπτυξη του;
2. Ποιες είναι οι μαθησιακές ανάγκες του μαθητή σε σχέση με την εξέλιξη της κοινωνίας και του κόσμου;
3. Ποιος και πως καθορίζει/ιεραρχεί τις ανάγκες του μαθητή;

Κρίσιμα ερωτήματα στη σχολική Φυσική Αγωγή

- **Ως προς τις προσδοκίες της κοινωνίας ή τη διαμόρφωση του αυριανού πολίτη**
 1. Ποιες είναι οι προσδοκίες της κοινωνίας από τη Φυσική Αγωγή για την υγεία και την ανάπτυξη του μαθητή;
 2. Ποια είναι τα βασικά εφόδια σε γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες που πρέπει να αποκομίσει ο μαθητής από τη Φυσική Αγωγή για την ομαλή και δημιουργική του ένταξη στην κοινωνία;
 3. Ποια είναι τα απαραίτητα εφόδια που πρέπει να αποκομίσει ο μαθητής ώστε να υιοθετήσει τη δια βίου άσκηση για την υγεία και την ποιότητα ζωής του;

Κρίσιμα ερωτήματα και βαθμίδες εκπαίδευσης

- **Παραδοχές (;)**
 - ✓ Η ιεράρχηση των αξιακών προσανατολισμών της Φυσικής Αγωγής αλλάζει σε σχέση με τις φάσεις της ηλικιακής ανάπτυξης.
 - ✓ Στις μικρές ηλικίες η βαρύτητα στρέφεται στις ανάγκες του μαθητή και στα εφόδια υποστήριξης και προαγωγής της ανάπτυξής του.
 - ✓ Στις μεγαλύτερες ηλικίες η βαρύτητα στρέφεται στα εφόδια για την ομαλή και δημιουργική του ένταξη στην κοινωνία, καθώς και για την δια βίου προάσπιση της υγείας του.

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (1)

Αναπτυξιακό μοντέλο Φυσικής Αγωγής (Gallahue 2002):

- Προσανατολισμός στην προαγωγή της ψυχοκινητικής ανάπτυξης του παιδιού στις διάφορες φάσεις της ηλικιακής ανάπτυξης
 - Ηλικία < 7 ετών → ανάπτυξη των βασικών κινητικών δεξιοτήτων
 - Ηλικία 7-10 ετών → ανάπτυξη σύνθετων & περίπλοκων κινητικών δεξιοτήτων
 - Ηλικία > 10 → ανάπτυξη ώριμων αθλητικών δεξιοτήτων
 - Ηλικία 14 και άνω → στάδιο εφαρμογής και δια βίου χρήσης

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (1)

Διάκριση των αναπτυξιακών φάσεων στο αναπτυξιακό μοντέλο Φ.Α.

ΦΑΣΗ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ	Χρονολογική περίοδος (κατά προσέγγιση)
Φάση αντανακλαστικών κινήσεων Στάδιο κωδικοποίησης πληροφοριών Στάδιο αποκωδικοποίησης πληροφοριών	0 – 4 μήνες 4 – 12 μήνες
Φάση στοιχειωδών κινήσεων Στάδιο προελέγχου	12 – 18 (24) μήνες
Φάση βασικών κινήσεων Αρχικό στάδιο Στοιχειώδες στάδιο Ωριμο στάδιο	1½ - 3 έτη 3 – 5 έτη 5 – 7 έτη
Φάση εξειδικευμένων κινήσεων Μεταβατικό στάδιο Στάδιο εφαρμογής Στάδιο δια βίου χρήσης	7 – 10 έτη 10 – 14 έτη 14+ έτη
Φάση κινητικής αξιοποίησης Συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες Χρήση σε καθημερινές ανάγκες Συμμετοχή σε δραστηριότητες αναψυχής	

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (1)

Πορεία και μέσα της κινητικής ανάπτυξης στα αναπτυξιακό μοντέλο της Φ.Α.



Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (2)

- Μοντέλο της κινητικής αγωγής (βασισμένο στο περίγραμμα κινητικής ανάλυσης του R. Laban)
- Προσανατολισμός στην κατανόηση των εννοιών, της δομής και των δυνατοτήτων πολλαπλής χρήσης της κίνησης στην κινητική συμπεριφορά του παιδιού, τη δημιουργικότητα και την εκφραστικότητά του.
- Στο περιεχόμενα του μοντέλου ενσωματώνονται κατά βάση κινητικά παιχνίδια, γυμναστική και χορός.

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (2)

Το περίγραμμα της κινητικής ανάλυσης του Laban στο μοντέλο της κινητικής αγωγής

Η έννοια του σώματος «τι κάνει το σώμα»

A) κινήσεις μελών του σώματος (κορμού, χεριών, ποδιών, κλπ), B) σχήμα σώματος (ανοικτό, κλειστό, συσπειρωμένο, κλπ), Γ) κινήσεις σώματος (αιώρηση, στροφή, κυματισμός, κλπ)

Η έννοια του χώρου «πού κινείται το σώμα»

A) η περιοχή (προσωπικός χώρος, γενικός χώρος) B) το επίπεδο (χαμηλό, ψηλό, μεσαίο), Γ) η κατεύθυνση (μπρος, πίσω, δεξιά, αριστερά, πάνω, κάτω, κλπ), Δ) η διαδρομή (ευθεία, καμπύλη, γωνία, κλπ), E) το εύρος (μακριά, κοντά, μεγάλο, μικρό), Στ) η όψη (κάθετη, οριζόντια, πλάγια).

Η έννοια της δυναμικής «πώς κινείται το σώμα»

A) η δύναμη (έντονα, βαριά, ελαφρά, δυνατά, κλπ), B) ο χρόνος (γρήγορα, αργά, απότομα, σταδιακά, κλπ), Γ) το διάστημα (κατ' ευθείαν, με ελιγμούς, κλπ), Δ) η ροή (απαλά, ρυθμικά, ελεύθερα, σπασμωδικά, κλπ).

Η έννοια της σχέσης «με ποιόν ή με τι κινείται το σώμα»

A) κίνηση σε σχέση με τους άλλους (μαζί, χόρια, ζευγάρια, ταυτόχρονα, ομάδα, μετά το διπλανό, κλπ), B) κίνηση σε σχέση με αντικείμενα (πάνω από, πάνω στο, δίπλα στο, μεταξύ, μέσα από, ανάμεσα, γύρω από, κλπ), Γ) σχηματισμοί (κύκλος, τετράγωνο, ευθείες, κλπ).

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (3)

- Μοντέλο της αθλητικής αγωγής (Siedentop 1994)
- Προσανατολισμός στην αξιοποίηση των αγωνιστικών παιχνιδιών και των θεσμοθετημένων μορφών αθλητισμού, δεδομένου ότι η συμμετοχή και μόνο των μαθητών/-τριών σε αθλητικές δραστηριότητες πληροί τους σκοπούς της Φυσικής Αγωγής και δε χρειάζεται περισσότερη τεκμηρίωση.

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (3)

Συνθετικά στοιχεία του μοντέλου της αθλητικής αγωγής

Αθλητική περίοδος

Η αθλητική περίοδος αντιστοιχεί στη χρονική περίοδο ενασχόλησης με ένα άθλημα. Διαρκεί συνήθως δύο ή τρεις φορές περισσότερο από την συνήθη περίοδο διδασκαλίας των αντικειμένων της Φυσικής Αγωγής. Οι μαθητές σε κάθε αθλητική περίοδο ασχολούνται αποκλειστικά με ένα άθλημα.

Δέσιμο ομάδας

Οι μαθητές γίνονται μέλη μιας ομάδας και παραμένουν σ' αυτή σ' όλη την αθλητική περίοδο. Εργάζονται (σχεδιάζουν, ασκούνται, αγωνίζονται) συλλογικά σαν ομάδα. Οι κοινωνικοί δεσμοί της σταθερής ομάδας συμβάλλουν θετικά και ουσιαστικά στην ενεργή συμμετοχή τους στο άθλημα, όπως επίσης και στη μακρόχρονη ενασχόλησή τους μ' αυτό.

Επίσημοι αγώνες

Σε κάθε αθλητική περίοδο καθορίζονται οι επίσημοι αγώνες και οι ενδιάμεσες φάσεις προετοιμασίας. Ο συνδυασμός «δέσιμο ομάδας - πρόγραμμα αγώνων» παρέχει τη δυνατότητα στους μαθητές να σχεδιάζουν και να θέτουν στόχους για την προοπτική διάκρισης της ομάδας τους, κάτι που έχει πραγματικό νόημα γι' αυτούς.

Κορυφαίο αθλητικό γεγονός

Στο τέλος της περιόδου είναι στη φύση του αθλητισμού να αναδεικνύεται ο καλύτερος και να αξιολογείται η πορεία της ομάδας από το τελικό αποτέλεσμα. Το κορυφαίο αθλητικό γεγονός (π.χ. τελικοί αγώνες στίβου ή τελικός πρωταθλήματος) προσδίδει τη γιορτινή ατμόσφαιρα και τελετουργική επισημότητα, που είναι χαρακτηριστικό γνώρισμα του αθλητισμού.

Καταγραφή επιδόσεων

Οι επιδόσεις (επιτυχή σουτ, σκορ πόντων ή τερμάτων, καλύτεροι χρόνοι, κλεψίματα, κλπ) παρέχουν ανατροφοδότηση στα άτομα και στις ομάδες. Βοηθάνε στην κατανόηση των δεδομένων και αποτελούν τη βάση για τον καθορισμό των στόχων που πρέπει να πετύχουν ατομικά και ομαδικά. Ακόμα οι επιδόσεις αποτυπώνουν την αθλητική παράδοση του τόπου (π.χ. 6^η καλύτερη επίδοση στο μήκος, 3^η ομάδα στο μπάσκετ που δέχτηκε τους λιγότερους πόντους, κλπ).

Γιορτινή ατμόσφαιρα

Οι αθλητικοί αγώνες συνδέονται πάντοτε με εορταστικές εκδηλώσεις (μεγάλες εκδηλώσεις, που συνδέονται με τους ολυμπιακούς αγώνες, μέχρι τις εκδηλώσεις του τελικού ποδοσφαίρου λυκείων ή τις «οικογενειακές» εκδηλώσεις ενός παιδικού αγώνα ποδοσφαίρου. Στην αθλητική αγωγή μαθητές και εκπαιδευτικοί συνεργάζονται για τη διαρκή ύπαρξη μιας γιορτινής ατμόσφαιρας, που εξυμνεί την επιμονή στους στόχους, την αθλητική βελτίωση και τον ευγενή συναγωνισμό (με posters, χρώματα ομάδων, δημιουργίες παικτών, απονομές, βιντεοσκοπήσεις, κλπ.).

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (4)

- Μοντέλο της κοινωνικής ανάπτυξης (Hellison 1995)
- Προσανατολισμός στην ανάπτυξη της ατομικής και κοινωνικής υπευθυνότητας των μαθητών/-τριών με διαδικασίες διαλογικών παρεμβάσεων και ειδικών στρατηγικών διδασκαλίας & οργάνωσης των κινητικών δραστηριοτήτων

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (4)

Τα επίπεδα υπευθυνότητας στο μοντέλο της κοινωνικής ανάπτυξης

Επίπεδο 0	Ανευθυνότητα Οι μαθητές δεν έχουν κίνητρα, η συμμετοχή τους στο μάθημα είναι περιστασιακή και μπορεί να διακόπτεται, εκδηλώνουν λεκτική βία, εκφοβίζουν και υποβιβάζουν τους συμμαθητές τους.
Επίπεδο 1	Αυτοέλεγχος Οι μαθητές δεν συμμετέχουν πλήρως, αλλά ελέγχουν τη συμπεριφορά τους επαρκώς, ώστε να μην παραβιάζονται τα δικαιώματα των άλλων για συμμετοχή και για μάθηση.
Επίπεδο 2	Συμμετοχή Οι μαθητές συμμετέχουν ενεργά στο αντικείμενο του μαθήματος και είναι πρόθυμοι να επεκταθούν σε νέες δραστηριότητες.
Επίπεδο 3	Υπευθυνότητα Οι μαθητές είναι ικανοί να εργάζονται χωρίς επίβλεψη και αναλαμβάνουν όλο και περισσότερο την ευθύνη των ενεργειών τους.
Επίπεδο 4	Κοινωνική ευθύνη Οι μαθητές επεκτείνουν το αίσθημα υπευθυνότητας στις συνεργασίες τους, δείχνοντας κατανόηση, ενδιαφέρον και προθυμία να βοηθήσουν τους συμμαθητές τους.

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (5)

- **Μοντέλο της Φυσικής Αγωγής για την υγεία**
- Προσανατολισμός στην ανάπτυξη των στοιχείων της φυσικής κατάστασης που σχετίζεται με την υγεία, γνωριμία και εμπλοκή των μαθητών/-τριών σε διάφορες φυσικές δραστηριότητες, την ενημέρωση και ευαισθητοποίησή τους σε θέματα που προάγουν ή επιβαρύνουν την σωματική και ψυχική τους υγεία, καθώς και στην διαμόρφωση θετικής στάσης για τακτική συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες
- **Μερική ή εκτεταμένη ενσωμάτωση της Αγωγής Υγείας**

Αξιακοί προσανατολισμοί και μοντέλα Φυσικής Αγωγής (5)

Κατευθύνσεις προληπτικής μέριμνας και προαγωγής της υγείας σε ενοποιημένο Πρόγραμμα Σπουδών Φυσικής Αγωγής και Αγωγής Υγείας

Υγιεινή διαβίωση

Στον τομέα αυτόν επιδιώκεται οι μαθητές να αποκτήσουν γνώσεις και δεξιότητες για να διαχειρίζονται σωστά: τη διατροφή τους, την ανάπτυξη και ωρίμανσή τους, την προσωπική τους ασφάλεια, την πρόληψη ασθενειών, τη χρήση ουσιών και τις εξαρτήσεις.

Βασικές κινητικές δεξιότητες

Στον τομέα αυτόν επιδιώκεται οι μαθητές να βελτιώσουν τις βασικές κινητικές τους δεξιότητες (μετακίνησης, χειρισμού και σταθεροποίησης) και να μπορούν να τις αξιοποιούν σε διάφορες φυσικές δραστηριότητες.

Ενεργητική συμμετοχή

Στον τομέα αυτόν επιδιώκεται οι μαθητές να συμμετέχουν τακτικά σε φυσικές δραστηριότητες, να βελτιώνουν τη φυσική τους κατάσταση, να διαχειρίζονται δεξιότητες ζωής (λήψη αποφάσεων, καθορισμό στόχων, διαχείριση χρόνου, οργανωτικότητα, επίλυση προβλήματος, διαχείριση κρίσης) και να εξασφαλίζουν την ασφάλεια στη φυσική τους δραστηριότητα.

Επικοινωνιακές δεξιότητες

Στον τομέα αυτόν επιδιώκεται οι μαθητές να βελτιώσουν τις δεξιότητες επικοινωνίας τους (προφορική, γραπτή, αισθητική), προκειμένου να ανταλλάσσουν ιδέες, πεποιθήσεις, γνώμες, επιλογές, αποφάσεις, λύσεις, να κατανοούν και να εκδηλώνουν καθαρά τα συναισθήματά τους, να ευαισθητοποιούνται στην παροχή βοήθειας στους άλλους, ν' ακούνε τους άλλους, να διεκδικούνε, να μεσολαβούν, να διαπραγματεύονται, να παρουσιάζουν κριτικά τις ειδήσεις των ΜΜΕ, να αξιοποιούν τις ειδήσεις και πληροφορίες του internet.

Κοινωνικές δεξιότητες

Στον τομέα αυτόν επιδιώκεται οι μαθητές να βελτιώσουν τις κοινωνικές και συνεργατικές τους δεξιότητες, που τους βοηθούν να συνάπτουν σχέσεις μεταξύ τους και να διεκπεραιώνουν συλλογικές δραστηριότητες με κοινούς σκοπούς, να επιδεικνύουν υπευθυνότητα στους ρόλους που αναλαμβάνουν και ευγενή άμιλλα στις αγωνιστικές δραστηριότητες, να συμμετέχουν σε κοινωνικές, πολιτιστικές και περιβαλλοντικές δράσεις, να αναπτύσσουν ηγετικές ικανότητες, να αποδέχονται τη διαφορετικότητα και να σέβονται τα ανθρώπινα δικαιώματα, ν' αναγνωρίζουν και ν' αντικρούουν μεροληπτικές συμπεριφορές, να αναπτύσσουν υπεύθυνες θέσεις για την ποιότητα ζωής και το περιβάλλον, να είναι ενεργοί και υπεύθυνοι πολίτες σε μια δημοκρατική κοινωνία.

Συνοψίζοντας για τα μοντέλα...

- Κάθε μοντέλο Φυσικής Αγωγής έχει διαφορετικούς αξιακούς προσανατολισμούς.
- Στο βαθμό που υιοθετείται το ένα ή το άλλο μοντέλο στα Προγράμματα Σπουδών της Φυσικής Αγωγής αποδεχόμαστε/ ιεραρχούμε και τους αντίστοιχους αξιακούς προσανατολισμούς των μοντέλων.
- Τα μοντέλα δεν εφαρμόζονται αμιγώς στα Προγράμματα Σπουδών, αλλά περιλαμβάνονται σ' αυτά σαν συνθετικά μέρη τους, ανάλογα και με την γενικότερη φιλοσοφία τους.

Τα Προγράμματα Σπουδών στην Ελλάδα (ΔΕΠΠΣ & ΑΠΣ 2003)

- Τα Α.Π.Σ. και Δ.Ε.Π.Π.Σ. του 2003 έχουν σαν βασικό προσανατολισμό τους την ισόρροπη σωματική και πνευματική ανάπτυξη του μαθητή και την ομαλή του ένταξη στην κοινωνία
- Αξιοποιείται κυρίως το αναπτυξιακό μοντέλο, λίγο το μοντέλο της κινητικής αγωγής και αρκετά το μοντέλο της αθλητικής αγωγής (σε συνδυασμό με τους σχολικούς αγώνες)

Τα Προγράμματα Σπουδών στην Ελλάδα («Νέο Σχολείο» 2011-15)

- Τα Π.Σ. του «Νέου Σχολείου» έχουν βασικό τους προσανατολισμό τη διαμόρφωση του αυριανού πολίτη, είτε με την έννοια του «εκπαιδευμένου μαθητή» σε θέματα Φυσικής Αγωγής, είτε με την έννοια του «φυσικά ενεργού» ατόμου για την υγεία και την ποιότητα ζωής του.
- Χρησιμοποιούν αρκετά το αναπτυξιακό μοντέλο (κυρίως στο δημοτικό σχολείο) και σ' ένα ευρύ πλαίσιο τα μοντέλα της Φυσικής Αγωγής για την υγεία και της κοινωνικής ανάπτυξης.
- Σε αντίφαση με το θεσμό των πανελληνίων σχολικών αγώνων Λυκείων, το νέο Π.Σ. του Λυκείου ελάχιστα αξιοποιεί το μοντέλο της αθλητικής αγωγής.

Τα Προγράμματα Σπουδών στην Ελλάδα (Νέα Π.Σ. 2021-23)

- Τα Νέα Π.Σ. έχουν βασικό τους προσανατολισμό τον **φυσικό/ σωματικό εγγραμματισμό** των μαθητών/-τριών με τις απαραίτητες γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις και αξίες που θα τους/τις οδηγήσουν σε έναν φυσικά δραστήριο και υγιεινό τρόπο ζωής δια βίου.
- Χρησιμοποιούν το αναπτυξιακό μοντέλο (κυρίως στο δημοτικό σχολείο) και σ' ένα ευρύ πλαίσιο το μοντέλο της Φυσικής Αγωγής για την υγεία και το μοντέλο της κοινωνικής ανάπτυξης.

Οι αξιακοί προσανατολισμοί και τα περιεχόμενα της Φυσικής Αγωγής

- Οι αξιακοί προσανατολισμοί των μοντέλων της Φυσικής Αγωγής συνδέονται με την επιλογή συγκεκριμένων περιεχομένων.
- Κάποια περιεχόμενα προσφέρονται περισσότερο και κάποια λιγότερο σε συγκεκριμένους αξιακούς προσανατολισμούς.
- Οι αξιακοί προσανατολισμοί εκφράζουν τις προτιμητέες «κατευθύνσεις», οι οποίες ωστόσο πρέπει να συνδυάζονται με την επιλογή των κατάλληλων περιεχομένων.

Οι αξιακοί προσανατολισμοί και τα περιεχόμενα της Φυσικής Αγωγής (1)

- **Προσανατολισμός: Προαγωγή της κινητικής ανάπτυξης (της ισόρροπης σωματικής και πνευματικής ανάπτυξης), σύμφωνα με τις αναπτυξιακές ανάγκες του μαθητή**
 1. Κινητικά περιεχόμενα για την ανάπτυξη/βελτίωση των αντιληπτικών και συντονιστικών ικανοτήτων
 2. Ποικιλία κινητικών προτύπων και συνδυασμών
 3. Κινητικά περιεχόμενα για την ανάπτυξη/βελτίωση περίπλοκων και ώριμων αθλητικών δεξιοτήτων

Προσανατολισμός στην προαγωγή της κινητικής ανάπτυξης του μαθητή, ανά βαθμίδα εκπαίδευσης

- **Θεματικές ενότητες που προσφέρονται ευνοϊκά:**
 - Προσχολική και πρώτες ηλικίες πρωτοβάθμιας εκπ/σης:
 - Ψυχοκινητική αγωγή
 - Μουσικοκινητική αγωγή
 - Χορός (κλασικός, δημιουργικός, παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
 - Γυμναστική - Ενόργανη και Ρυθμική γυμναστική
 - Κινητικά παιχνίδια
 - Υπόλοιπες ηλικίες πρωτοβάθμιας εκπ/σης:
 - Χορός (κλασικός, δημιουργικός, παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
 - Γυμναστική - Ενόργανη και Ρυθμική γυμναστική
 - Κινητικά παιχνίδια
 - Προσαρμοσμένες αθλοπαιδιές
 - Προσαρμοσμένα αγωνίσματα στίβου
 - Γυμνάσιο:
 - Αθλοπαιδιές
 - Αγωνίσματα στίβου
 - Γυμναστική
 - Χορός (λαϊκός, παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)

Οι αξιακοί προσανατολισμοί και τα περιεχόμενα της Φυσικής Αγωγής (2)

- **Προσανατολισμός: Φυσική αγωγή για την ομαλή και δημιουργική ένταξη στην κοινωνία**
 1. Συμμετοχή σε φυσικές ή αθλητικές δραστηριότητες και στον αθλητισμό, σαν δομές κοινωνικής ενσωμάτωσης και ανάδειξης ικανοτήτων και δεξιοτήτων.
 2. Προαγωγή της ομαδικότητας, των σχέσεων και της συνεργασίας, της αίσθησης του «ανήκειν», του ευγενούς συναγωνισμού & ανταγωνισμού στις αθλητικές δραστηριότητες.
 3. Προαγωγή του ενεργητικού, δημιουργικού και κοινωνικού τρόπου ζωής που προσφέρεται μέσω των φυσικών και αθλητικών δραστηριοτήτων.

Προσανατολισμός στην ομαλή και δημιουργική ένταξη του μαθητή στην κοινωνία, ανά βαθμίδα εκπαίδευσης

- **Θεματικές ενότητες που προσφέρονται ευνοϊκά:**
 - Προσχολική και πρώτες ηλικίες πρωτοβάθμιας εκπ/σης:
 - Ψυχοκινητική αγωγή
 - Μουσικοκινητική αγωγή
 - Χορός (κλασικός, δημιουργικός, παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
 - Κινητικά παιχνίδια
 - Υπόλοιπες ηλικίες πρωτοβάθμιας εκπ/σης:
 - Χορός (κλασικός, δημιουργικός, παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
 - Γυμναστική
 - Κινητικά παιχνίδια
 - Προσαρμοσμένες αθλοπαιδιές
 - Προσαρμοσμένα αγωνίσματα στίβου
 - **Γυμνάσιο:**
 - Αθλοπαιδιές
 - Αγωνίσματα στίβου
 - Γυμναστική
 - Χορός (λαϊκός, παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
 - **Λύκεια:**
 - Αθλοπαιδιές – ομαδικά αθλήματα
 - Συμμετοχή στους αθλητικούς αγώνες και στον αθλητισμό
 - Συμμετοχή σε «κοινωνικές» μορφές άσκησης

Οι αξιακοί προσανατολισμοί και τα περιεχόμενα της Φυσικής Αγωγής (3)

- **Προσανατολισμός: Φυσική αγωγή για την υγεία και τη δια βίου άσκηση**

1. Η τακτική συμμετοχή σε φυσική δραστηριότητα οποιασδήποτε μορφής τόσο εντός όσο και εκτός σχολείου
2. Η απόκτηση βασικών γνώσεων και δεξιοτήτων σε φυσικές και αθλητικές δραστηριότητες, προκειμένου αυτές να αξιοποιούνται και σε φυσική άσκηση εκτός σχολείου
3. Η ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και ισότιμης συμμετοχής σε φυσικές και αθλητικές δραστηριότητες
4. Η απόκτηση βασικών γνώσεων σε θέματα υγείας, φυσικής κατάστασης και σωστής άσκησης για την υγεία

Προσανατολισμός στη φυσική άσκηση για την υγεία και τη δια βίου άσκηση (ανά βαθμίδα εκπαίδευσης)

- Θεματικές ενότητες που προσφέρονται ευνοϊκά:
 - Προσχολική και πρώτες ηλικίες πρωτοβάθμιας εκπ/σης:
 - Ψυχοκινητική αγωγή – κινητικά παιχνίδια
 - Μουσικοκινητική αγωγή
 - Χορός (κλασικός, δημιουργικός, παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
 - Γυμναστική
 - Φυσικές δραστηριότητες υγείας και αναψυχής
 - Άσκηση και Σωματική ανάπτυξη
 - Υπόλοιπες ηλικίες πρωτοβάθμιας εκπ/σης:
 - Χορός (κλασικός, δημιουργικός, παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
 - Γυμναστική – Ενόργανη γυμναστική
 - Κινητικά παιχνίδια
 - Προσαρμοσμένες αθλοπαιδιές
 - Προσαρμοσμένα αγωνίσματα στίβου
 - Κολύμβηση
 - Φυσικές δραστηριότητες & σπορ υγείας και αναψυχής
 - Διατροφή, Φυσική δραστηριότητα και ανάπτυξη

Προσανατολισμός στη φυσική άσκηση για την υγεία και τη δια βίου άσκηση (ανά βαθμίδα εκπαίδευσης)

- Θεματικές ενότητες που προσφέρονται ευνοϊκά:

- **Γυμνάσιο:**

- Αθλοπαιδιές
- Γυμναστική
- Αγωνίσματα στίβου
- Φυσική κατάσταση για την υγεία
- Χορός (παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
- Γνωριμία με νέα αθλήματα
- Φυσικές & υπαίθριες δραστηριότητες υγείας και αναψυχής
- Συνέπειες της υποκινητικότητας και τακτική φυσική δραστηριότητα

- **Λύκεια:**

- Αθλοπαιδιές
- Γυμναστική με όργανα
- Περπάτημα – jogging – ποδήλατο
- Φυσική κατάσταση για την υγεία
- Συμμετοχή στους αθλητικούς αγώνες και στον αθλητισμό
- Υπαίθριες δραστηριότητες υγείας και αναψυχής
- Χορός (παραδοσιακός, σύγχρονες μορφές)
- Βλαβερές ουσίες, υποκινητικότητα και τακτική φυσική δραστηριότητα