

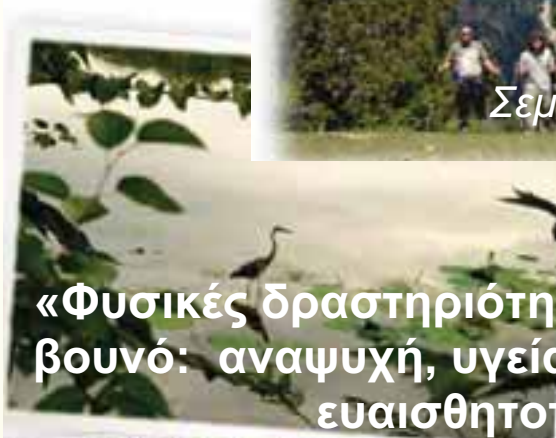


ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ & Β/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

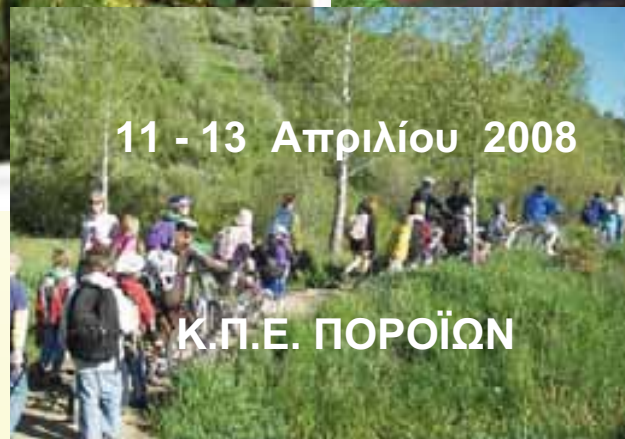
ΚΕΝΤΡΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΠΟΡΟΪΩΝ



Σεμινάριο



«Φυσικές δραστηριότητες στο δάσος και το βουνό: αναψυχή, υγεία και περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση»



11 - 13 Απριλίου 2008

Κ.Π.Ε. ΠΟΡΟΪΩΝ

σε συνεργασία
με το Σχολικό Σύμβουλο Φυσικής Αγωγής Ν. Σερρών και Κιλκίς

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ (11- 4-2008):

- 16.00 – 17.00 Προσέλευση εκπαιδευτικών
- 17.00 – 17.30 Χαιρετισμοί
- 17.30 – 18.00 Παρουσίαση δράσεων και δραστηριοτήτων του ΚΠΕ Ποροίων
Βασίλης Χρυσόχου - Γιάννης Γεωργιάδης, Κ.Π.Ε. Ποροίων
- Συντονιστές: Βασίλης Χρυσόχου, υπεύθυνος Κ.Π.Ε. Ποροίων
Δρ. Απόστολος Ντάνης, Σχολικός Σύμβουλος Φ.Α.
- 18.00 – 19.00 **Άσκηση σε φυσικό περιβάλλον – υγεία – ποιότητα ζωής – περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση**
Δρ. Χάρης Κουθούρης, Επίκουρος Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α. Τρικάλων
- 19.00 – 19.20 **Εκτίμηση της εμπειρίας αναψυχής στο φυσικό περιβάλλον**
Δρ. Ελένη Γλυνιά, Εκπαιδευτικός Φ.Α., Τ.Ε.Φ.Α.Α. Θεσσαλονίκης
- 19.20 - 19.30 Διάλειμμα - καφές
- Συντονιστές: Πασχάλης Γκίρμπας, υπεύθυνος Π.Ε. Π/θμιας Εκπ/σης Σερρών
Δρ. Κωνσταντίνος Κουκουρής, τ. Επ. Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ Σερρών
- 19.30 – 20.10 **Σύνδεση της σχολικής Φυσικής Αγωγής και των σχολικών δραστηριοτήτων με δραστηριότητες σε φυσικό περιβάλλον**
Δρ. Απόστολος Ντάνης, Σχολικός Σύμβουλος Φ.Α.
- 20.10 – 20.30 **Υπαίθριες δραστηριότητες στο δάσος και το βουνό με το πρόγραμμα «νέοι και βουνό» του Δήμου Πολίχνης**
Δρ. Στάθης Αναστασιάδης, Εκπαιδευτικός Φ.Α., υπεύθυνος Γραφείου Παιδείας του Δήμου Πολίχνης
- 20.30 – 20.50 **Άσκηση σε «πράσινο» περιβάλλον: δράσεις της τοπικής αυτοδιοίκησης στη βόρεια Ευρώπη**
Δρ. Αμαλία Δράκου, Εκπαιδευτικός Φ.Α., Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών
- 21.00 Δείπνο

ΣΑΒΒΑΤΟ (12- 4-2008)

8.30 – 9.00 Πρωινό

Επιλογή δραστηριότητας: 1. **Ορεινή πεζοπορία - Ορειβασία**
2. **Ποδήλατο στο δάσος**
3. **Jogging και άσκηση στο δάσος**

1. Ορεινή πεζοπορία – Ορειβασία

9.00 – 9.45 **Οργάνωση και διεξαγωγή της ορεινής πεζοπορίας και ορειβασίας**
Τερζής Α., Κουθούρης Χ.

10.00 – 13.00 **Δραστηριότητα πεδίου: Ανάβαση διαδρομής «Α. Πορόια – στρατιωτικό νοσοκομείο»** (διάρκεια ανάβασης 2 ώρες)
(συντονιστές: Κουθούρης Χ., Τερζής Α., Αναστασιάδης Σ.)

2. Ποδήλατο στο δάσος

9.00 – 9.45 **Οργάνωση και διεξαγωγή της ορεινής ποδηλασίας**
Φρούτης Θ., Κουκουρή Κ.

10.00 – 13.00 **Δραστηριότητα πεδίου: δασική διαδρομή με ποδήλατο «ΚΠΕ - Πλατανάκια»** (κάλυψη απόστασης 1,5 ώρα)
(συντονιστές Κουκουρή Κ., Φρούτης Θ., Γκράσος Γ.)

3. Jogging και άσκηση στο δάσος

9.00 – 9.45 **Οργάνωση και διεξαγωγή της φυσικής άσκησης στο δάσος**
Δράκου Α., Ντάνης Α.

10.00 – 13.00 **Δραστηριότητα πεδίου: περπάτημα , jogging και παιχνίδια «συνοχής» στο δάσος** (δασική διαδρομή ΚΠΕ – πεδίο βολής)
(συντονιστές: Ντάνης Α., Δράκου Α., Γλυνιά Ε.)

13.30 Γεύμα - Ανάπαυση

Συντονιστές: Δρ. Χάρης Κουθούρης, Επίκουρος Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α. Τρικάλων
Άννα Ζουγανέλη, Σχολική Σύμβουλος Α/θμιας Εκπαίδευσης

17.00 – 17.45 **Φύση, βιοποικιλότητα και οικογεωγραφία**
Δρ. Μιχάλης Μοδινός, Περιβαλλοντολόγος, γεωγράφος και μηχανικός

17.45 – 18.30 **Επιπτώσεις των υπαίθριων δραστηριοτήτων άσκησης και αθλητισμού στο φυσικό περιβάλλον**
Δρ. Κωνσταντίνος Κουκουρή, τ. Επίκουρος Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ Σερρών

18.30 – 18.40	Διάλειμμα - καφές
Συντονιστές:	Δρ. Απόστολος Ντάνης, Σχολικός Σύμβουλος Φ.Α. Βασίλης Χρυσοχόου, υπεύθυνος Κ.Π.Ε. Πορσίων
18.40 - 19.00	Σχεδιασμός – οργάνωση – υλοποίηση – αξιολόγηση υπαίθριας δράσης Δρ. Χάρης Κουθούρης, Επίκουρος Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α. Τρικάλων
19.00 – 20.30	Εργαστήριο: Σχεδιασμός σχολικών φυσικών δραστηριοτήτων σε φυσικό περιβάλλον (κατά ομάδες 4-6 ατόμων) Συντονιστές: Κουθούρης Χ., Ντάνης Α., Ζουγανέλη Α., Γλυνιά Ε., Δράκου Α., Ιωαννίδου Ε., Γκίρμπας Π.)
20.30 – 21.00	Σχεδιασμός και υλοποίηση προγραμμάτων Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης στις σχολικές μονάδες Πασχάλης Γκίρμπας, υπεύθυνος Π.Ε. Π/θμιας Εκπ/σης Σερρών
21.00	Δείπνο

ΚΥΡΙΑΚΗ (13- 4-2008)

8.30 – 9.00	Πρωινό
	Δραστηριότητα: Orienteering (Δρόμος προσανατολισμού)
9.00 – 9.45	Εισαγωγή στον Αγωνιστικό Προσανατολισμό Δρ. Κωνσταντίνος Κουκουρής, τ. Επίκουρος Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ Σερρών
9.45 – 10.30	Χρήση χάρτη και πυξίδας (πρακτική εξάσκηση) Συντονιστές: Κουκουρής Κ., Γκράσσο Γ.
11.00 – 12.30	Δραστηριότητα πεδίου: Δρόμος προσανατολισμού (δάσος Σιδηροκάστρου) Συντονιστές: Κουκουρής Κ., Γκράσσο Γ.
13.00 -13.30	Γενική συζήτηση – συμπεράσματα Συντονιστές: Χρυσοχόου Β., Ντάνης Α.
13.30	Γεύμα - αποχώρηση