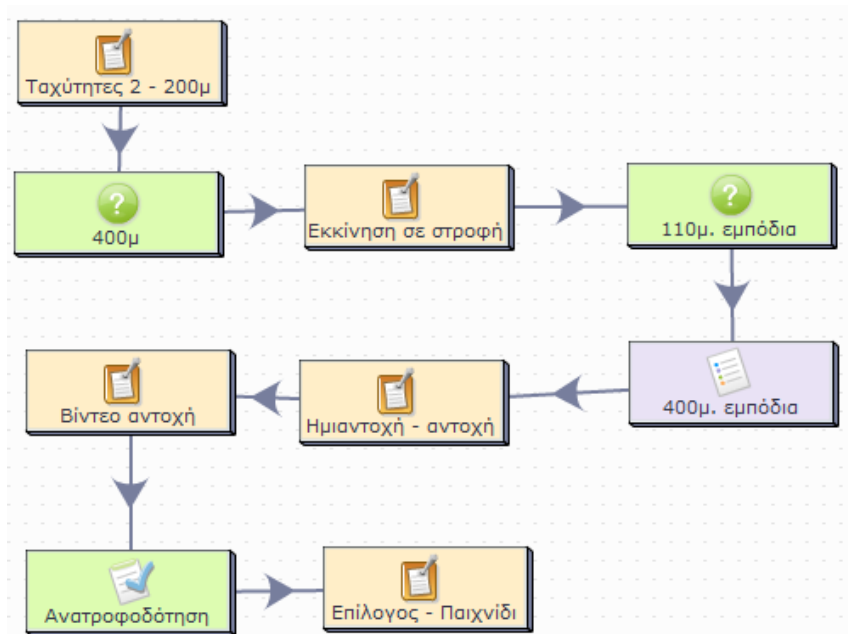


# Τεχνολογικά Υποστηριζόμενη Μάθηση Κλασικού Αθλητισμού στο Πλαίσιο του Μαθήματος της Φυσικής Αγωγής στην Πρωτοβάθμια & Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση



Γεώργιος Κυριακίδης  
ΠΕ11 Φυσικής Αγωγής

# Το πρόβλημα...

- Το 34% των μαθητών Π/θμιας & Δ/θμιας εκπαίδευσης στην Ελλάδα είναι **υπέρβαροι ή παχύσαρκοι**.
- Το 45% εμφάνισαν **μη** ικανοποιητικά επίπεδα σωματικής δραστηριότητας (38% τα αγόρια, 53% τα κορίτσια).

Στοιχεία έρευνας ΕΥΖΗΝ 2013 – 2014 Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

<http://eyzin.minedu.gov.gr/Pages/Home.aspx>

# Το πρόβλημα...

- Ποσοστό 30% των μαθητών δήλωσε πως η μόνη τους κινητική δραστηριότητα είναι εντός του σχολείου.
- Οι ώρες του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής έχουν μειωθεί.

Στοιχεία έρευνας ΕΥΖΗΝ 2013 – 2014 Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

<http://eyzin.minedu.gov.gr/Pages/Home.aspx>

# Οδηγεί σε...

- Ενήλικες με μειωμένη ποιότητα ζωής και αυξημένους κινδύνους για την υγεία τους.

**Για την αντιμετώπιση του προβλήματος κρίνεται αναγκαία η...**

# Υποστήριξη του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής

μέσω της αξιοποίησης σύγχρονων  
εκπαιδευτικών τεχνολογιών.

- Για αυξημένη συμμετοχή των μαθητών στη ΦΑ.
- Για ενίσχυση των κινήτρων ενασχόλησης με τον αθλητισμό και τη δια βίου άσκηση.



# Βιβλιογραφική έρευνα

- Η εφαρμογή ΤΠΕ στο μάθημα της ΦΑ, έχει καλύτερα αποτελέσματα στον γνωστικό τομέα, ενώ στον ψυχοκινητικό καλύτερα ή τα ίδια σε λιγότερο χρόνο.
- Η εφαρμογή των ΤΠΕ στη ΦΑ έχει θετική επίδραση στην παρακίνηση των μαθητών για άθληση, βελτιώνοντας παράλληλα και το επίπεδο της διδασκαλίας και το κύρος του μαθήματος.
- Η παρακολούθηση από τους μαθητές αθλητικών κινήσεων μέσω πολυμεσικών εφαρμογών, δημιουργεί νοητικά κινητικά πρότυπα, τα οποία όταν χρειαστεί ανακαλούνται, εφαρμόζονται και βελτιώνουν την εκτέλεση κινητικών δεξιοτήτων.
- Η ανάπτυξη των νέων τεχνολογιών έχει φτάσει σε ένα σχετικά υψηλό επίπεδο και σε συνδυασμό με τη συνεχόμενη ανάπτυξή τους θα επεκταθεί η εφαρμογή τους στη ΦΑ στο άμεσο μέλλον.



# Ανάπτυξη Ψηφιακών Μαθημάτων στο Σύστημα Διαχείρισης Μάθησης LAMS

## Δυνατότητες

- Δεν περιορίζει την παιδαγωγική προσέγγιση.
- Δημιουργία διδασκαλιών εφαρμόσιμων στο ωρολόγιο πρόγραμμα των σχολείων, με άμεση εποπτεία και έλεγχο της ροής του μαθήματος από τον καθηγητή.
- Ενσωμάτωση νέων τεχνολογιών
- Παροχή πλήθους εργαλείων ανατροφοδότησης, αξιολόγησης έρευνας κλπ.
- Αποτελεί ελεύθερο λογισμικό.
- Υπάρχει εγκατεστημένο στο Πανελλήνιο Σχολικό Δίκτυο.



# Τα ψηφιακά μαθήματα

Αναπτύχθηκαν τέσσερα (4) ψηφιακά μαθήματα στο LAMS, για τον Κλασικό Αθλητισμό, αποτελούμενα από 8 – 12 δραστηριότητες.

## Στόχοι

- **Γνωστικοί:** Περιγραφή της βασικής τεχνικής και των κανονισμών των αθλημάτων. Αναγνώριση των εγκαταστάσεων και του απαραίτητου εξοπλισμού. Αίσθηση των επιδόσεων στον πραγματικό κόσμο.
- **Συναισθηματικοί:** ανάπτυξη θετικής στάσης ως προς την άσκηση και τον αθλητισμό, ενίσχυση της ευγενούς άμιλλας και του υγιούς ανταγωνισμού, συνειδητοποίηση του ρόλου του αθλητισμού στην κοινωνική ζωή του ανθρώπου, προσήλωση στον στόχο και ανάπτυξη κριτικής σκέψης.
- **Κοινωνικοί:** Συνεργασία, ομαδικότητα, αποδοχή της διαφορετικής άποψης.
- **Ψυχοκινητικοί:** Κατανόηση των κινητικών προτύπων που παρουσιάζονται και ανάκλησή τους για βελτίωση της τεχνικής εκτέλεσης, κατά τη διάρκεια σωματικών ασκήσεων.



# Τα ψηφιακά μαθήματα

## Διδακτικές τεχνικές

- Παρουσιάσεις
- Καταιγισμός ιδεών
- Έρευνα
- Συζήτηση
- Μελέτη περίπτωσης
- Ομάδες εργασίας
- Μάθηση βασισμένη στο παιχνίδι
- Ψηφοφορίες

LAMS

Επανάληψη  
Έξοδος  
Εξαγωγή

2ο μάθημα, 200μ. - 4...

Ταχύτητες 2 - 200μ

400μ

Εκκίνηση σε στροφή

110μ. εμπόδια

400μ. εμπόδια

Ημιαντοχή - αντοχή

Βίντεο αντοχή

### Ταχύτητες - 2ο μέρος

Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Στίβου 2010, Μπαρτσελόνα, 400μ. ανδρών, τελικός.



Τα 400μ., είναι αγώνισμα παρατεταμένης ταχύτητας, γιατί οι αθλητές πρέπει να διατηρήσουν την ταχύτητά τους, για αρκετό χρόνο.

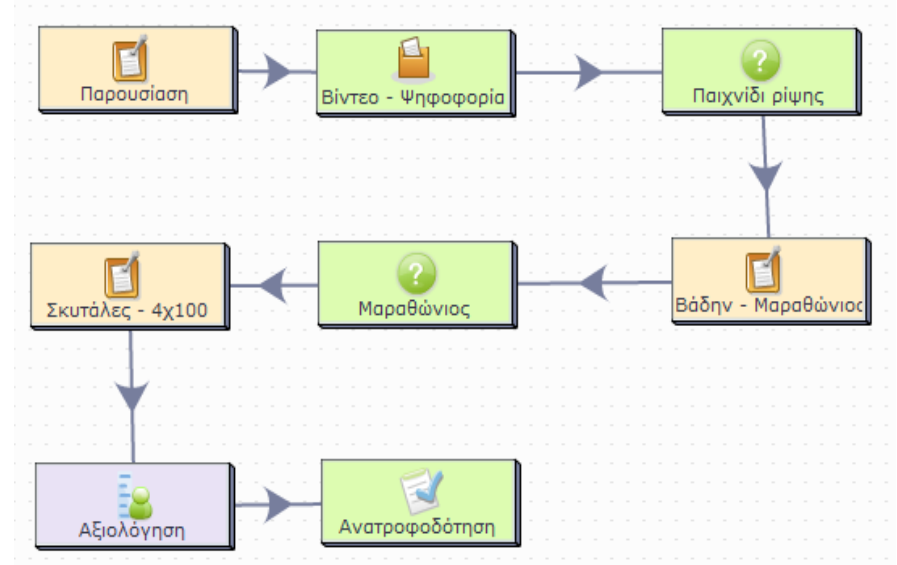
#### Ερώτηση 1:

Στα 2 προηγούμενα βίντεο, παρατήρησες κάτι διαφορετικό στην εκκίνηση, από τα 100μ.: Γράψε το στο παρακάτω κουτάκι. Αν όχι, άφησέ το κενό.

# Τα ψηφιακά μαθήματα

## Ενδεικτική δομή

- Εισαγωγή – πληροφόρηση περιεχομένου
- Παρουσίαση περιεχομένου
- Βίντεο, με σχετικές ερωτήσεις
- Μελέτη περίπτωσης και συζήτηση
- Ψηφοφορία και σχολιασμός
- Μικρές έρευνες
- Εκπαιδευτικό παιχνίδι
- Άγνωστα στοιχεία
- Ανατροφοδότηση
- Αυτοαξιολόγηση
- Επίλογος – σχετικό ψυχαγωγικό παιχνίδι



# Τα ψηφιακά μαθήματα

## Εργαλεία

- **Prezi:** Λογισμικό παρουσιάσεων.
  - **Lightworks (ελεύθερη έκδοση):** Επεξεργασία βίντεο.
  - **Gimp:** Επεξεργασία εικόνων.
  - **Scratch:** Εκπαιδευτικά παιχνίδια.
  - **YouTube:** Αποθήκευση και διαμοιρασμός βίντεο.
- Για τις ψηφοφορίες, τις έρευνες, τις αξιολογήσεις και τις ανατροφοδοτήσεις, χρησιμοποιήθηκαν οι αντίστοιχες δραστηριότητες του LAMS.



# Τα ψηφιακά μαθήματα

## Παραγόμενοι πόροι

Παρουσιάσεις	Βίντεο	Έρευνες	Συζητήσεις	Ψηφοφορίες	Παιχνίδια
6	16	7	4	2	3
Εικόνες	Ερωτήσεις αυτοαξιολόγησης			Ανατροφοδοτήσεις	
78	16			4	



# Υλικό για αξιοποίηση στη Φυσική Αγωγή

## Παρουσιάσεις σε Prezi

	Ηλεκτρονική Διεύθυνση
<b>Εισαγωγή στον Κλασικό Αθλητισμό, Δρόμοι</b>	<a href="http://prezi.com/bcegl9wapjd/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share">http://prezi.com/bcegl9wapjd/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share</a>
<b>Δρόμοι ταχύτητας - 1</b>	<a href="http://prezi.com/tqyhx4ur16ru/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share">http://prezi.com/tqyhx4ur16ru/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share</a>
<b>Δρόμοι ταχύτητας – 2</b>	<a href="http://prezi.com/xh7g9ywhsbq4/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share">http://prezi.com/xh7g9ywhsbq4/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share</a>
<b>Άλλα σε μήκος – Άλλα τριπλούν</b>	<a href="http://prezi.com/xfhnde2rfkqq/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share">http://prezi.com/xfhnde2rfkqq/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share</a>
<b>Άλλα σε ύψος – Άλλα επί κοντώ</b>	<a href="http://prezi.com/61lxsy1k5nlo/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share">http://prezi.com/61lxsy1k5nlo/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share</a>
<b>Οι ρίψεις</b>	<a href="http://prezi.com/oif6g2ldukik/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share">http://prezi.com/oif6g2ldukik/?utm_campaign=share&amp;utm_medium=copy&amp;rc=ex0share</a>

# Υλικό για αξιοποίηση στη Φυσική Αγωγή

## Ψηφιακά μαθήματα – διδακτικά σενάρια με θέμα τον Κλασικό Αθλητισμό

	Ηλεκτρονική Διεύθυνση (URL)
<b>Εισαγωγή Ταχύτητες (100μ.)</b>	<a href="http://lamscommunity.org/lamscentral/sequence?seq_id=1968426">http://lamscommunity.org/lamscentral/sequence?seq_id=1968426</a>
<b>200μ. - 400μ., Εμπόδια, Αντοχή</b>	<a href="http://lamscommunity.org/lamscentral/sequence?seq_id=1968429">http://lamscommunity.org/lamscentral/sequence?seq_id=1968429</a>
<b>Τα 4 Άλματα</b>	<a href="http://lamscommunity.org/lamscentral/sequence?seq_id=1968432">http://lamscommunity.org/lamscentral/sequence?seq_id=1968432</a>
<b>Ρίψεις, Βάδην, Μαραθώνιος Σκυταλοδρομίες</b>	<a href="http://lamscommunity.org/lamscentral/sequence?seq_id=1968435">http://lamscommunity.org/lamscentral/sequence?seq_id=1968435</a>

Στη σελίδα που θα εμφανιστεί, πατάμε το κουμπί “Preview” για να ξεκινήσει η εκτέλεση

# Υλικό για αξιοποίηση στη Φυσική Αγωγή

Συλλογή επεξεργασμένων βίντεο (διάρκεια, υπότιτλοι, υπέρτιτλοι) στο YouTube για τον Κλασικό Αθλητισμό

<https://www.youtube.com/watch?v=TKAfV5pAJRo&list=PLhp2n4eKpqj9N8myEW2mBIeCS-d3b7T0c>

Προσομοίωση της επίδρασης της άσκησης και της διατροφής στο ανθρώπινο σώμα

<https://phet.colorado.edu/en/simulation/legacy/eating-and-exercise>

Αφού κατεβάσουμε το αρχείο, το εκτελούμε για να ξεκινήσει η προσομοίωση

Εκπαιδευτικό παιχνίδι ρίψης, με μεταβολή της γωνίας και της ταχύτητας ρίψης

<https://scratch.mit.edu/projects/54548200/#fullscreen>



# Υλικό για αξιοποίηση στη Φυσική Αγωγή

Ψηφιακό αποθετήριο μαθησιακών αντικειμένων «Φωτόδεντρο»

<http://photodentro.edu.gr/>

1. Επιλέγουμε επάνω δεξιά το 'Αντικείμενα'
2. Στην αριστερή στήλη επιλέγουμε 'περισσότερα' και 'βίντεο'
3. Στην ίδια στήλη, επάνω στη θεματική περιοχή, επιλέγουμε 'Φυσική Αγωγή'

Μοντελοποίηση του ανθρώπινου σώματος

<https://www.biodigital.com/>