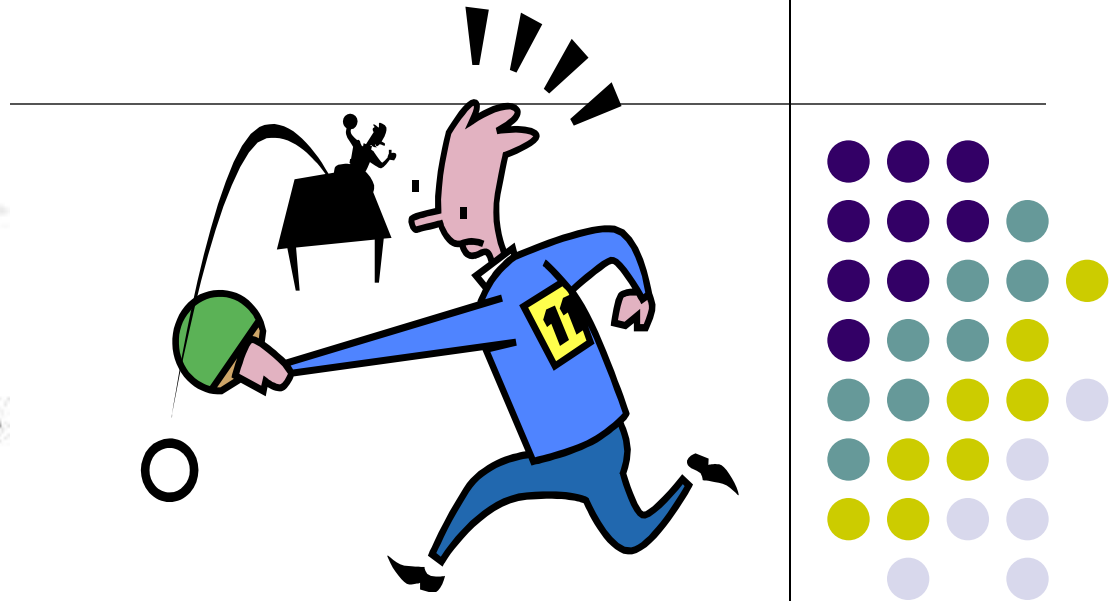


# ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΡΑΚΕΤΑΣ ΑΝΤΙΠΤΕΡΙΣΗ &

## ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ



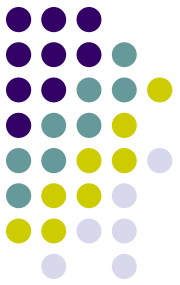
13<sup>ο</sup> ΔΗΜ ΣΧΟΛΕΙΟ ΣΕΡΡΩΝ  
ΣΧ. ΕΤΟΣ 2013-14

**ΥΠΕΘΥΝΕΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ**

**Σοφία Αραμπατζή**

**Ελένη Καρακάση**

**Καθηγήτριες Φυσικής Αγωγής**

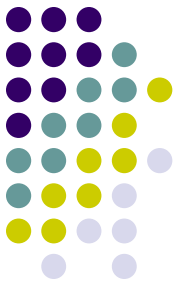


**ΤΟΠΟΣ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ**

**13<sup>ο</sup> ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΣΕΡΡΩΝ**

**ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2013 – ΙΟΥΝΙΟΣ 2014**

# ΣΤΟΧΟΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ



- ΓΝΩΣΤΙΚΟΙ
- ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΙ
- ΣΩΜΑΤΙΚΟΙ

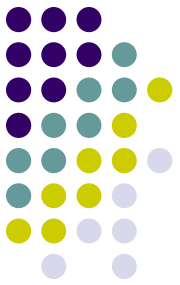


# ΓΝΩΣΤΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ



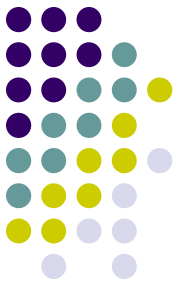
- **Απόκτηση γνώσεων** σχετικών με τα δύο αθλήματα, την εξέλιξη των αθλημάτων, τους κανονισμούς και την τεχνική τους.
- **Συνειδητοποίηση της ανάγκης** για «διά βίου» άσκηση ή άθληση και της ωφέλειας που προκύπτει από αυτή, καθώς και απόκτηση αθλητικών συνηθειών για ερασιτεχνική-συστηματική ενασχόληση με τον αθλητισμό.

# ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ



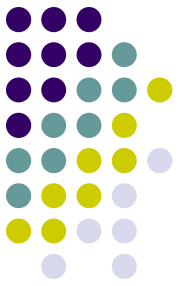
- **Συναισθηματικοί – κοινωνικοί στόχοι:** καλλιέργεια αρετών, όπως: συνεργασία, αλληλεγγύη, ομαδικό πνεύμα, αυτοπειθαρχία, θέληση, υπευθυνότητα, υπομονή, επιμονή, θάρρος, αυτοεκτίμηση, αυτοπεποίθηση, ελεύθερη και δημοκρατική έκφραση.
- **Ηθικοί στόχοι:** τιμιότητα, δικαιοσύνη, αξιοκρατία, σεβασμός αντιπάλων, αυτοσεβασμός, μετριοφροσύνη, αναγνώριση και συνετή αντιμετώπιση της νίκης & ήττας.

# ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ



- **Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων:** απλές αλλά και σχετικές με τα αθλήματα.
- **Ανάπτυξη φυσικών ικανοτήτων:** αντοχή, δύναμη, ταχύτητα, αντίληψη, ευλυγισία, ευκινησία.
- **Προαγωγή σωματικής και πνευματικής υγείας & διατήρηση της ευεξίας.**
- **Καλλιέργεια της ισορροπίας και αρμονίας**

# ΔΡΑΣΕΙΣ



- ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΒΑΣΙΚΩΝ ΚΑΝΟΝΩΝ
- ΑΓΩΝΕΣ ΕΠΙΔΕΙΞΗΣ
- ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ
- ΗΜΕΡΙΔΑ ΜΕ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΑΝΤΙΠΤΕΡΙΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ
- ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΤΟΠΙΚΟ ΣΩΜΑΤΕΙΟ «ΠΛΑΤΩΝ» ΠΟΥ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙ ΤΑ 2 ΑΘΛΗΜΑΤΑ
- ΠΡΟΒΟΛΗ ΑΓΩΝΩΝ ΑΠΟ DVD
- ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΕΡΕΥΝΑΣ
- ΕΠΙΔΟΣΗ ΑΝΑΜΝΗΣΤΙΚΩΝ ΔΙΠΛΩΜΑΤΩΝ



# ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

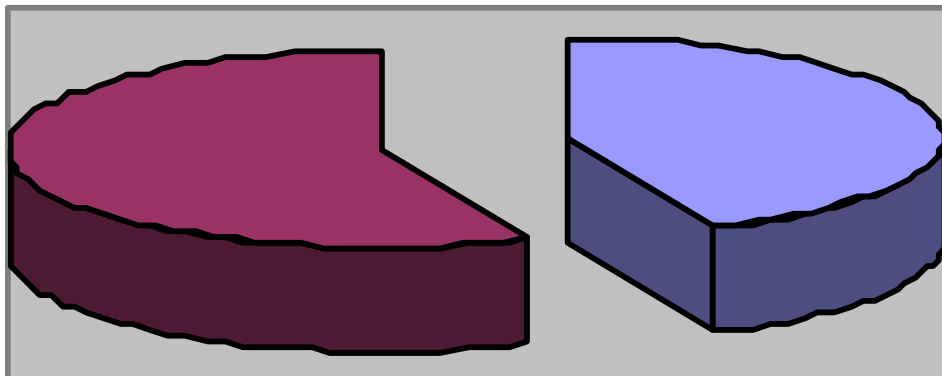
- ΕΙΚΑΣΤΙΚΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ (ΚΟΛΑΖ ΕΙΚΟΝΩΝ, ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΑ ΜΕΤΑΛΛΙΑ).
- ΒΑΣΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗΝ ΑΓΓΛΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ.
- ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΤΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΤΟΥ 2<sup>ου</sup> ΛΥΚΕΙΟΥ ΓΙΑ ΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΟΝ ΦΥΣΙΚΟ ΧΩΡΟ ΤΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ.
- ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΣΧΕΤΙΚΑ ΣΧΟΛΙΚΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ



# ΕΥΡΗΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ



## ΦΥΛΟ

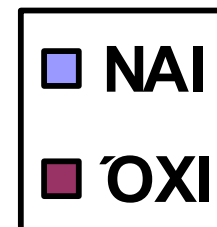
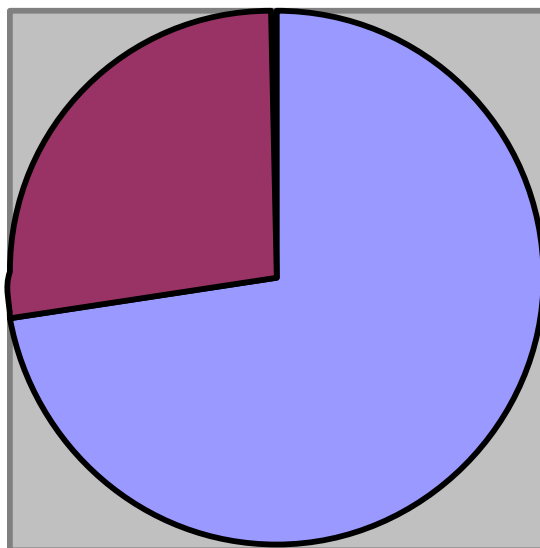


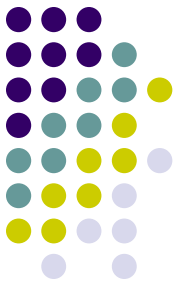
■ ΑΓΟΡΙΑ

■ ΚΟΡΙΤΣΙΑ

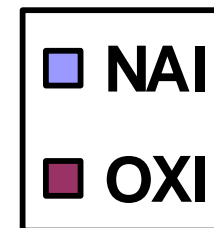
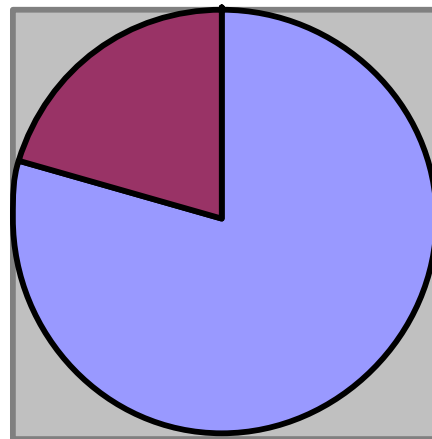


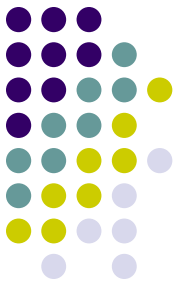
# ΜΕΛΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ



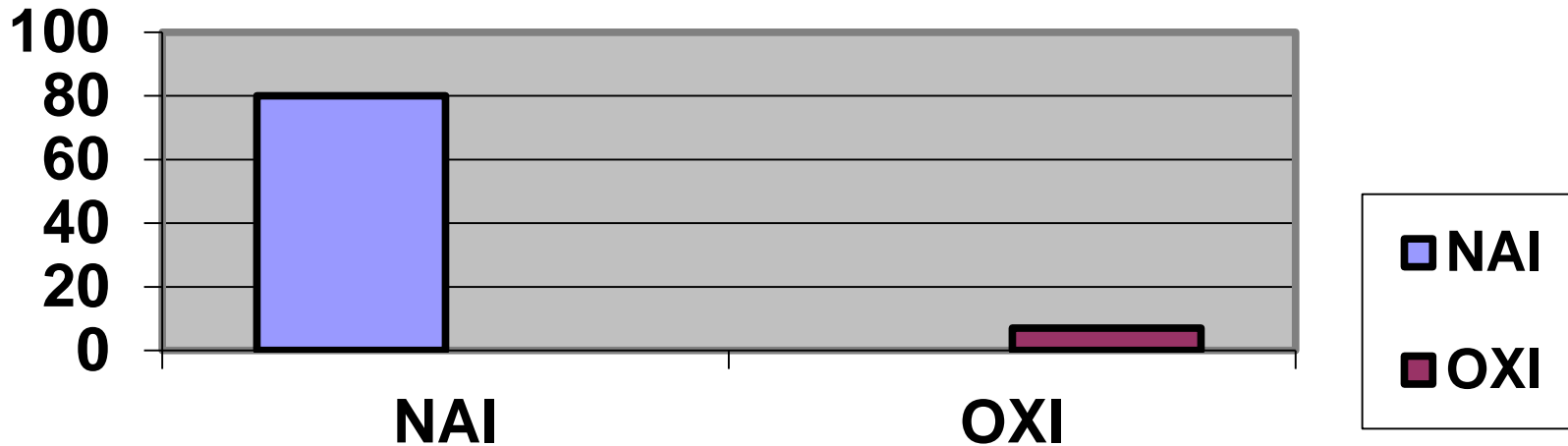


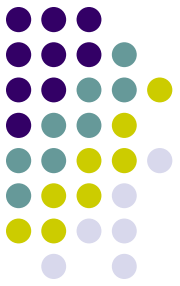
# ΑΠΟΚΤΗΣΗ ΒΑΣΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ-ΓΝΩΣΕΩΝ



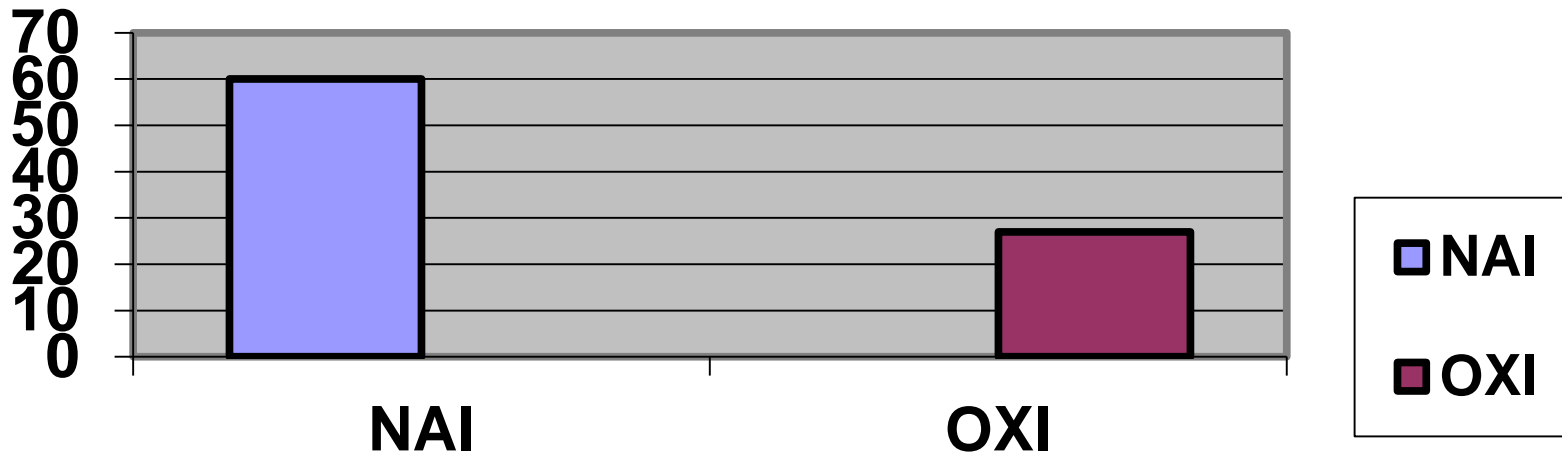


# ΘΕΤΙΚΗ ΑΠΟΨΗ ΓΙΑ ΑΝΤΙΠΤΕΡΙΣΗ



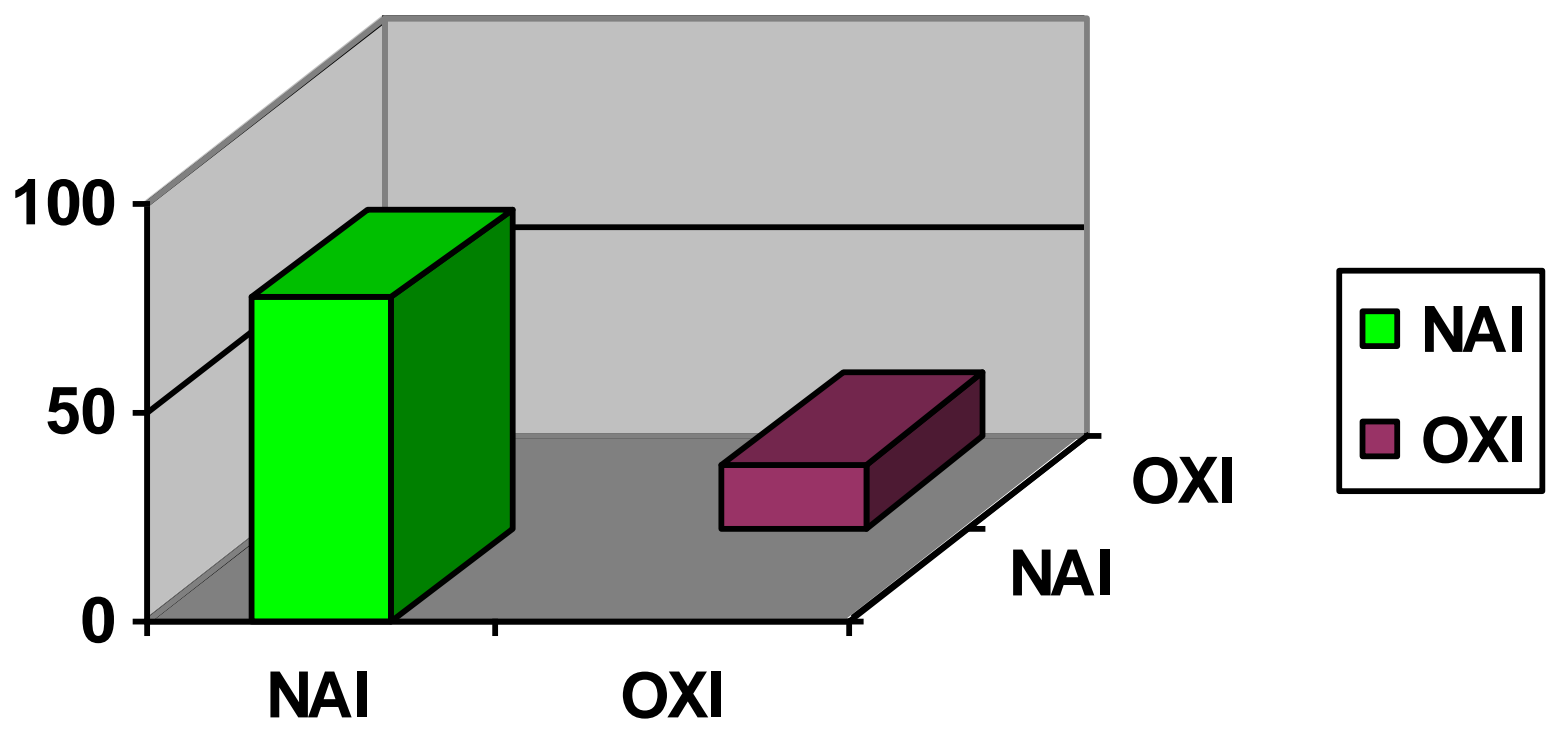


# ΘΕΤΙΚΗ ΑΠΟΨΗ ΓΙΑ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ



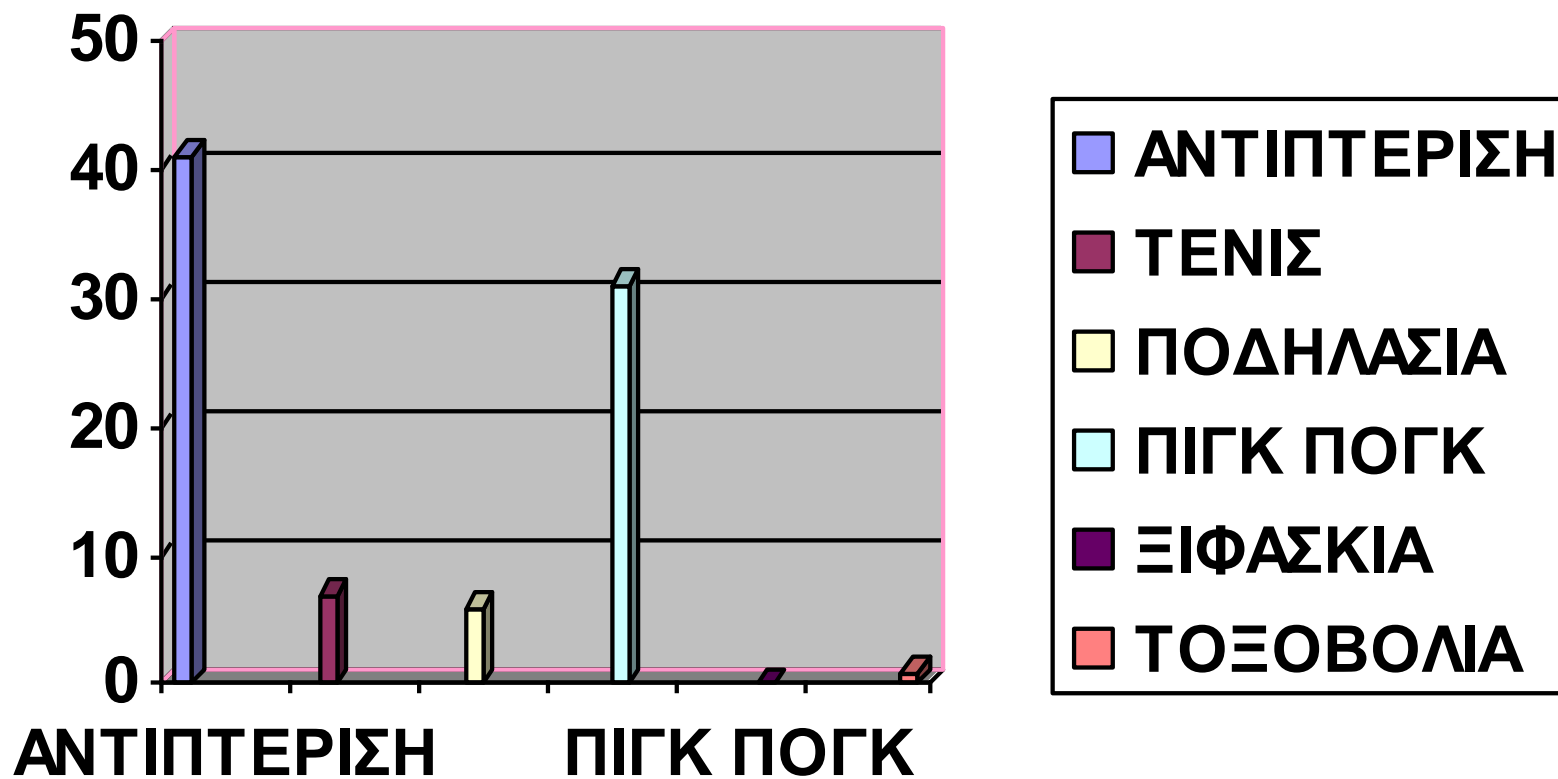


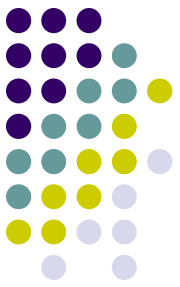
# ΕΥΚΟΛΙΑ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ



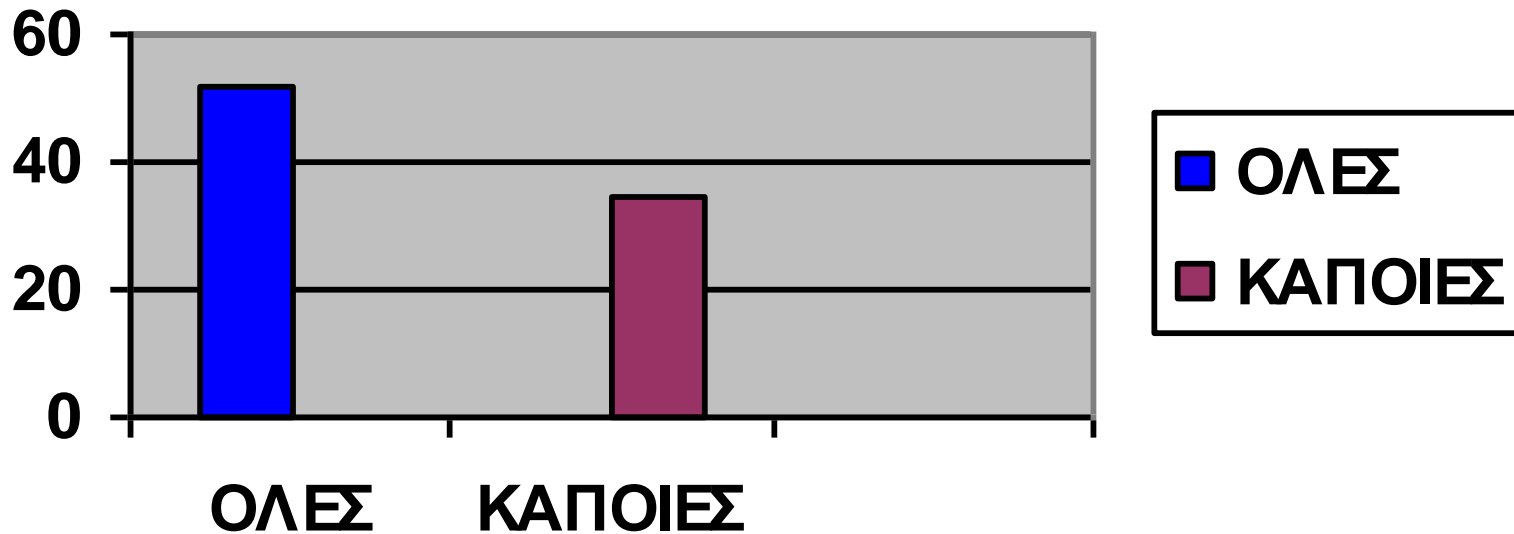


## ΣΕΙΡΑ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ





# ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΑΝΑΠΤΥΣΣΟΝΤΑΙ





# ΔΙΠΛΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ



ΤΟ 13<sup>ο</sup> ΔΗΜ. ΣΧΟΛΕΙΟ ΣΕΡΡΩΝ  
ΤΟΔΕ ΤΟ  
**ΔΙΠΛΩΜΑ**

ΑΠΟΝΕΜΕΙ ΤΙΜΗΣ ΕΝΕΚΕΝ

ΕΙΣ ΤΟΝ / ΤΗΝ

για την συμμετοχή του/της

Στο Πρόγραμμα «ΜΗ ΔΙΑΔΕΔΟΜΕΝΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ: ΑΝΤΙΠΤΕΡΙΣΗ - ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ  
ΑΝΤΙΣΦΑΤΡΙΣΗ»

Σέρρες 11/06/2014

Η ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ

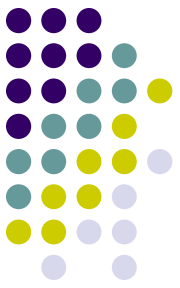
ΟΙ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΕΣ ΦΥΣ. ΑΓΩΓΗΣ

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΒΟΥΛΤΣΙΟΥ

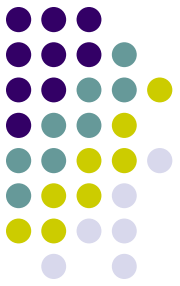
ΣΟΦΙΑ ΑΡΑΜΠΑΤΖΗ -  
ΚΑΡΑΚΑΣΗ ΕΛΕΝΗ



# Παρουσίαση της επιτραπέζιας αντισφαίρισης στο σχολείο

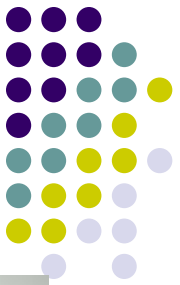






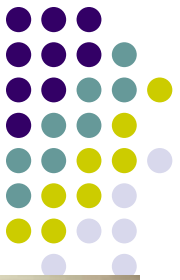








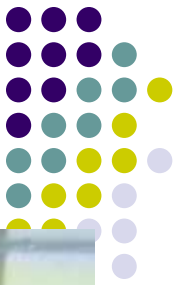






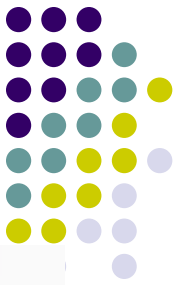


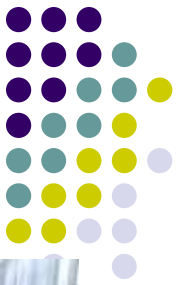


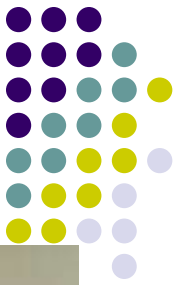




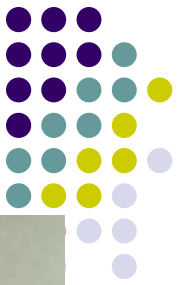


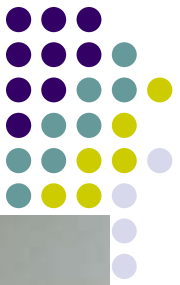






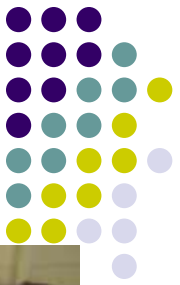








# Χειροποίητα μετάλλια από πηλό



# Χειροποίητα μετάλλια από πηλό

