

# **ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ: «ΤΟ ΠΟΔΗΛΑΤΟ»**

**ΕΝΤΑΣΣΕΤΑΙ ΣΤΗ ΘΕΜΑΤΟΛΟΓΙΑ:  
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΥΓΕΙΑΣ**

**Από τους μαθητές της Γ΄ και Στ΄ τάξης του Δ.Σ. Μ. Βρύσης.  
Τους δασκάλους Κεσίδη Αναστάσιο και Ασλανίδη Τριαντάφυλλο.  
Τον καθηγητή Φυσικής Αγωγής Στυλιανίδη Γεώργιο.**

# ΠΩΣ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΤΟ ΘΕΜΑ

- ◉ Το ποδήλατο είναι το όνειρό μας.
- ◉ Ο καθένας από μας έχει από ένα!
- ◉ Το χρησιμοποιούμε καθημερινά.
- ◉ Το βλέπουμε παντού.
- ◉ Κι όμως ξέρουμε τόσα λίγα για αυτό!

# ΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΜΑΣ ΗΤΑΝ:

- ⦿ Να αλλάξουμε στάση και αξίες για τη ζωή, εισάγοντας τον αθλητισμό στην καθημερινότητά μας.
- ⦿ Να συνδέσουμε τον αθλητισμό και το ποδήλατο με το σχολείο
- ⦿ Να γνωρίσουμε το ποδήλατο από κοντά να το προσεγγίσουμε βιωματικά
- ⦿ Να γνωρίσουμε το ποδήλατο και να συνειδητοποιήσουμε τη σχέση του ανθρώπου με αυτό. Έτσι θα ευαισθητοποιηθούμε και θα αισθανθούμε την αξία του στην υγεία, το περιβάλλον και τις ανθρώπινες σχέσεις.

- ⦿ Να διαμορφώσουμε θετική στάση απέναντι στο ποδήλατο.
- ⦿ Να αναπτύξουμε δεξιότητες χειρισμού του ποδηλάτου, στάσεων σε αγώνες και των κανόνων οδικής συμπεριφοράς.
- ⦿ Να ενημερωθούμε για τους κινδύνους και τα προβλήματα που προκύπτουν κατά την χρήση του ποδηλάτου.

# ΔΟΥΛΕΨΑΜΕ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

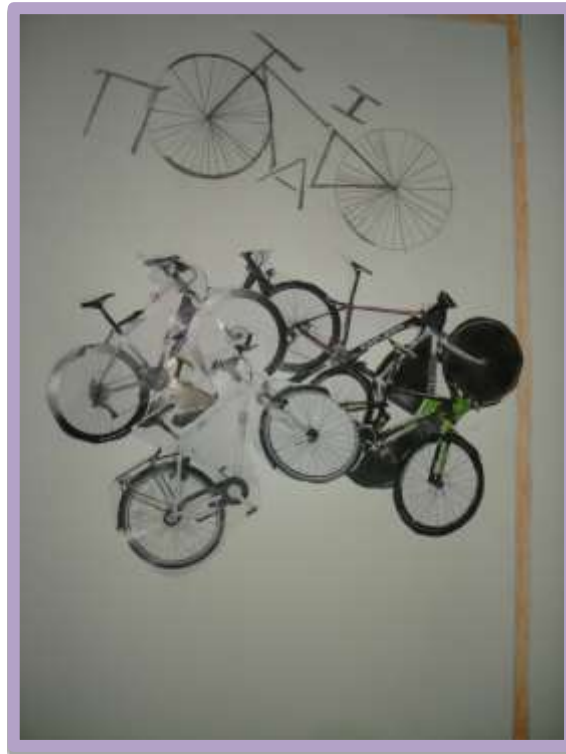
- ◉ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ (Ποίηση και Πεζογραφία)
- ◉ ΙΣΤΟΡΙΑ (Το ποδήλατο στην ιστορία)
- ◉ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ (Ζωγραφική ,κατασκευή, θέατρο)
- ◉ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ (Ποδήλατο, άσκηση, κανόνες, αγώνες)
- ◉ ΜΟΥΣΙΚΗ (Διδασκαλία τραγουδιού)

# ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Το πρόγραμμα σχεδιάστηκε για να διαρκέσει έξι μήνες, στην πορεία όμως χρειάστηκε να γίνουν χρονικές αναπροσαρμογές ώστε να ολοκληρωθεί και για αυτό η διάρκειά του τελικά ήταν επτά μήνες.

# ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

## Η κατασκευή της αφίσσας



# ΤΡΑΓΟΥΔΗΣΑΜΕ

- ⊙ «Το ποδήλατο» σε στίχους: Άρη Δαβάκη, μουσική: Χρήστου Νικολόπουλου και εκτέλεση: Κώστα Μακεδόνα.
- ⊙ «Η ποδηλάτισσα» σε στίχους: Οδυσσέα Ελύτη, μουσική: Μιχάλης Τρανουδάκης και εκτέλεση: Αφροδίτη Μάνου.
- ⊙ «Το ποδήλατο» σε στίχους: Ελένη Βιτάλη, μουσική: Ελένη Βιτάλη και εκτέλεση: Ελένη Βιτάλη.



# ΕΤΟΙΜΑΣΑΜΕ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ

- Αφού ετοιμάσαμε τα ερωτηματολόγια μας επισκεφτήκαμε κατάστημα με ποδήλατα...



⦿ Και ρωτήσαμε για το ποδήλατο.









# ΣΤΗΝ ΤΕΤΑΡΤΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΓΡΑΨΑΜΕ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ ΜΕ ΠΟΔΗΛΑΤΑ

- ⦿ «Το μαγικό ποδήλατο»
- ⦿ «Το παιδί και το μυστήριο»
- ⦿ «Το χαμένο παιδί»

# ΚΑΙ ΚΑΝΑΜΕ ΒΙΒΛΙΟ!

**6/ΘΕΣΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ  
ΜΕΓΑΛΗΣ ΒΡΥΣΗΣ**

**Τάξη Γ΄  
Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας με θέμα το ποδήλατο**



***«Τα παραμύθια μας ταξιδεύουν με ποδήλατο»***

**Συγγραφείς: Οι μαθητές της Γ΄ τάξης του Δημοτικού Σχολείου Μεγάλης Βρύσης**

**Ιανουάριος 2014**

## ΑΝΕΒΗΚΑΜΕ ΣΤΟ ΛΟΦΟ ΤΟΥ ΑΗ ΓΙΩΡΓΗ

- ◉ Παρακολουθήσαμε επίδειξη ποδηλάτου βουνού.
- ◉ Πήραμε συνέντευξη από τους αθλητές.
- ◉ Κάναμε καθαρισμό.

























# ΣΧΗΜΑΤΟΠΟΙΗΜΑΤΑ ΜΕ ΘΕΜΑ ΤΟ ΠΟΔΗΛΑΤΟ

6/ΘΕΣΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ  
ΜΕΓΑΛΗΣ ΒΡΥΣΗΣ

Τάξη Γ'  
Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας με θέμα το ποδήλατο



*«Σχηματό – ποδηλατό – ποιήματα!»*

Συγγραφείς: Οι μαθητές της Γ' τάξης του Δημοτικού Σχολείου Μεγάλης Βρύσης

Φεβρουάριος 2014

# ΚΑΙ ΜΙΑ ΠΟΔΗΛΑΤΟΒΟΛΤΑ!

- ◉ Προσκαλέσαμε τους συμμαθητές μας!
- ◉ Τους γονείς μας!
- ◉ Τους δασκάλους μας!
- ◉ Τους συγχωριανούς μας!

# ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

- ⦿ Καλέσαμε την Τροχαία!
- ⦿ Πήραμε υπεύθυνη δήλωση από τους γονείς για την συμμετοχή!
- ⦿ Κανονίσαμε να ακολουθεί την πορεία ένα αγροτικό!
- ⦿ Είχαμε νερό στην διαδρομή!

Και ξεκινήσαμε...

# ΒΓΗΚΑΜΕ ΣΤΟ ΔΡΟΜΟ





























# ΚΟΝΤΑ ΜΑΣ ΗΤΑΝ ...

- ⦿ Ο σύλλογος γονέων και κηδεμόνων
- ⦿ Το κατάστημα: «Ποδηλάτης»
- ⦿ Την τροχαία Κιλκίς
- ⦿ Την Action Bike Club Kilkis

**ΚΑΙ ΔΩ ΤΕΛΕΙΩΣΑΜΕ!**



**ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΜΕ ΠΟΛΥ  
ΠΟΔΗΛΑΤΟ!!!**