

## 7. ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Οι κατά προσέγγιση 96 ώρες Φυσικής Αγωγής ετησίως για τις τάξεις Α'-Δ' του Δημοτικού προτείνεται να καλυφθούν όπως αναφέρεται παρακάτω:

### 1) Α' - Β' Δημοτικού

- Ψυχοκινητική αγωγή (32 ώρες)
- Μουσικοκινητική Αγωγή – Χοροί (26 ώρες)
- Παιχνίδια: Ομαδικά, ατομικά, παραδοσιακά (12 ώρες)
- Γυμναστικές κινήσεις και προασκήσεις Ενόργανης Γυμναστικής (10 ώρες)
- Προετοιμασία εκδηλώσεων (4 ώρες)
- Γνωριμία με φυσικές δραστηριότητες και σπορ υγείας και αναψυχής (8 ώρες)
- Καταγραφή δεικτών σωματικής και κινητικής ανάπτυξης (4 ώρες)

### 2) Γ' - Δ' Δημοτικού

- Ψυχοκινητική αγωγή (22 ώρες)
- Μουσικοκινητική αγωγή – Χοροί (20 ώρες)
- Παιχνίδια: Ομαδικά, ατομικά, παραδοσιακά (8 ώρες)
- Γυμναστική-Ενόργανη Γυμναστική (10 ώρες)
- Μύηση στις αθλοπαιδιές και τον στίβο (Ποδόσφαιρο, Πετοσφαίριση, Καλαθοσφαίριση, Χειροσφαίριση ) (20 ώρες)
- Γνωριμία με μη διαδεδομένα αθλήματα και αθλήματα ΑμΕΑ (4 ώρες)
- Γνωριμία με φυσικές δραστηριότητες και σπορ υγείας και αναψυχής (4 ώρες)
- Ενδοσχολικές διοργανώσεις προσαρμοσμένων αθλοπαιδιών (4 ώρες)
- Καταγραφή δεικτών σωματικής και κινητικής ανάπτυξης (4 ώρες)
- Κολύμβηση (10 δίωρα στη Γ' και Δ' Δημοτικού)\*

\* Όταν υλοποιείται η κολύμβηση στη Γ' και Δ' τάξη του Δημοτικού, παραλείπονται ώρες από τις υπόλοιπες θεματικές ενότητες αναλογικά.

Οι κατά προσέγγιση 64 ώρες Φυσικής Αγωγής ετησίως για τις τάξεις Ε'-ΣΤ' του Δημοτικού προτείνεται να καλυφθούν όπως αναφέρεται παρακάτω:

### 3) Ε' - ΣΤ' Δημοτικού

- Καλαθοσφαίριση ( 8 ώρες)
- Πετοσφαίριση (8 ώρες)
- Ποδόσφαιρο (8 ώρες)
- Χειροσφαίριση (8 ώρες)
- Γυμναστική (8 ώρες)
- Κλασικός αθλητισμός (10 ώρες)
- Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί (10 ώρες)
- Ενδοσχολικές διοργανώσεις προσαρμοσμένων αθλοπαιδιών (4 ώρες)

Επισημαίνεται ότι οι οδηγίες που δίνονται ανωτέρω αποτελούν ένα γενικό πλαίσιο δράσης για τη Φ.Α., δίνοντας αδρές κατευθυντήριες γραμμές που θα βοηθήσουν τους/τις διδάσκοντες/ουσες να θέσουν στόχους, να σχεδιάσουν και να επιλέξουν τα περιεχόμενα για το μάθημα της Φ.Α., που είναι αναγκαία για τους μαθητές και κατάλληλα για τις συνθήκες του σχολείου τους. Κάθε σχολική μονάδα έχει ουσιαστικά την ευχέρεια να προσαρμόσει το Αναλυτικό πρόγραμμα της Φ.Α., με βάση τις ανάγκες, την υλικοτεχνική υποδομή και τα χαρακτηριστικά των μαθητών και μαθητριών που φοιτούν σ' αυτή. Επίσης, σημαντικές πληροφορίες μπορούν να βρουν οι εκπαιδευτικοί στα Α.Π.Σ. και ΔΕΠΠΣ 2003 για τη Φ.Α. όλων των βαθμίδων (ΦΕΚ 304 τ. Β'/13-3-2003), καθώς επίσης και στο εκπαιδευτικό υλικό που δημιουργήθηκε για τα προγράμματα της Ολυμπιακής Παιδείας, Καλλιπάτειρα και Παραολυμπιακών Αγώνων και υπάρχει στα σχολεία.