

Γ΄ ΤΑΞΗ		ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΗΣ ΥΛΗΣ – ΤΡΙΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ	
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		Περίοδοι διδασκαλίας: 4-6	
Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας		
Γ1: Εκτελούν ικανοποιητικά βασικές κινητικές δεξιότητες μετακίνησης	<p>-Περπάτημα:1.Το κεφάλι ίσιο, το βλέμμα εστιάζεται μπροστά, 2.Το σώμα ίσιο,3.Τα χέρια κινούνται ελεύθερα αντίθετα με τα πόδια,4.Το μπροστινό μέρος του ποδιού δείχνει ευθεία μπροστά και ακουμπά πρώτα η φτέρνα στο έδαφος,5.Το περπάτημα δείχνει άνετο- εύκολο</p> <p>-Τρέξιμο:1.Το γόνατο λυγίζει σε ορθή γωνία κατά τη φάση ανάκαμψης, 2. Γόνατο ψηλά (ο μηρός είναι σχεδόν παράλληλος με το έδαφος),3.Το κεφάλι και ο κορμός σταθερά, βλέμμα μπροστά,4.Τα χέρια κινούνται σε αντίθεση με τα πόδια</p> <p>- Γκάλοπ: 1.Βήμα μπροστά με το πόδι που οδηγεί (φτέρνα – δάκτυλα) και ακολουθεί βήμα με το πίσω πόδι πίσω ή δίπλα από το πόδι οδηγό, 2.Το πόδι που αιωρείται είναι λυγισμένο και κινείται με ρυθμό μαζί με το πόδι στήριξης, 3.Εμφανής η φάση της πτήσης</p> <p>- Πλάγιο Γκάλοπ: 1.Πλάγιο Βήμα δεξιά ή αριστερά με το πόδι που οδηγεί και ακολουθεί πλάγιο βήμα δίπλα από το πόδι οδηγό, 2. Το πόδι που αιωρείται είναι λυγισμένο και κινείται με ρυθμό μαζί με το πόδι στήριξης, 3.Εμφανής η φάση της πτήσης</p> <p>- Σκίπινγκ: 1.Εμφανής η ρυθμική κίνηση βήμα – κουτσό, 2.Η προσγείωση γίνεται στο μπροστινό μέρος του πέλματος, 3.Το γόνατο στο πόδι στήριξης λυγίζει για να προετοιμαστεί για κουτσό, ενώ παράλληλα το γόνατο αιώρησης λυγίζει προς τα εμπρός και πάνω, 4.Τα χέρια χαλαρά και κινούνται σε αντίθεση με τα πόδια</p> <p>- Κουτσό: μια συνεχόμενη ρυθμική δεξιότητα που χαρακτηρίζεται από την απογείωση και την προσγείωση στο ίδιο πόδι: 1.Συνεχόμενο άλμα με το ίδιο πόδι, 2.Με οδηγό το δυνατό πόδι και προσπάθεια να χρησιμοποιούν και το αδύνατο πόδι, 3.Το πόδι στήριξης λυγίζει στην προσγείωση και μετά τεντώνεται δίνοντας ώθηση για την απογείωση, 4.Τα χέρια λυγισμένα και κινούνται μπροστά καθώς το πόδι στήριξης ωθεί για απογείωση</p> <p>- Λίπινγκ: 1.Με οδηγό το δυνατό πόδι και προσπάθεια να χρησιμοποιούν και το αδύνατο πόδι, 2.Μικρή ανύψωση του κορμού προς τα πάνω, 3.Άνοιγμα των ποδιών κατά τη διάρκεια της πτήσης, 4.Τα πόδια είναι τεντωμένα κατά τη διάρκεια της πτήσης</p>		
Γ2: Εκτελούν ικανοποιητικά βασικές δεξιότητες σταθεροποίησης	<p>-Στήριξη και μεταφορά του βάρους: 1.σε διάφορα μέρη του σώματος με μίμηση ζώων (λαγός, κάβουρας, αρκούδα, κάμπια) και 2.σε χέρια και πόδια προς τα κάτω και προς τα πάνω (τραπεζάκι)</p> <p>-Κατακόρυφος σε αρχικό στάδιο: Στήριξη του βάρους στα χέρια με σταδιακή αιώρηση των ποδιών από το χαμηλό στο μέσο επίπεδο (κλότσημα γαιϊδάρου)</p> <p>-Τροχός: 1.Όρθια θέση με το σώμα να βρίσκεται στην κατεύθυνση της κίνησης και με τα χέρια σε πρόταση έως ανάταση, 2.Προβολή του ενός ποδιού μπροστά, ενώ το άλλο πόδι σπρώχνει το έδαφος, 3.Διαδοχική τοποθέτηση των χεριών πάνω σε μια ευθεία γραμμή: τοποθέτηση του πρώτου χεριού (παλάμης) στο κρεβατάκι καθώς το αντίθετο πόδι κινείται προς τα πάνω, το δεύτερο χέρι (παλάμη) ακουμπά στο κρεβατάκι και σπρώχνει το δεύτερο πόδι, 4.Το πόδι</p>		

	αιώρησης και το πόδι στήριξης ακολουθούν την κίνηση με τα πόδια στη διάσταση, 5.Προσγείωση πρώτα με το πόδι στήριξης καθώς το πρώτο χέρι φεύγει από το στρώμα και μετά με το άλλο πόδι καθώς το δεύτερο χέρι σπρώχνει έτσι ώστε ο κορμός να επανέλθει στην όρθια θέση, 6.Τα χέρια τοποθετούνται στην ίδια γραμμή με τα πόδια
Γ3: Εκτελούν ικανοποιητικά βασικές δεξιότητες χειρισμού	-Δεξιότητες χειρισμού με μικρά όργανα: 1.Σχοινάκι: ταλάντωση, κύκλους, οκταράκι, πέρασμα από μέσα με αναπήδηση 2.Μπάλα: ρίξιμο, πιάσιμο, κύλισμα 3.Κορδέλα:κύκλους,φιδάκι,οκταράκι,σπιδάλ,κύματα
Γ4: Εκτελούν συνδυασμό κινητικών δεξιοτήτων μετακίνησης, σταθεροποίησης, χειρισμού	- Κινητική ακολουθία με δοσμένα κριτήρια (τοποθέτηση σε σειρά δεξιοτήτων μετακίνησης, και ισορροπίας): 1.με συμπερίληψη ισορροπιών σε διαφορετικά επίπεδα, κυβίσθηση, πλάγιο ρολάρισμα, συνεχόμενο πλάγιο ρολάρισμα, συνεχόμενα ρολαρίσματα και 2. με Αρχική και τελική θέση/ισορροπία - Κινητικό μοτίβο με δοσμένα κριτήρια (επαναλαμβανόμενη σε σειρά τοποθέτηση μιας κινητικής ακολουθίας): 1.Σώμα καλοσχηματισμένο και ευθυτενές (σφικτοί μύες, ένταση του σώματος)
Γ5: Εκτελούν συνδυασμό βασικών κινητικών δεξιοτήτων με κινητικές έννοιες (σώματος χώρου, προσπάθειας, σχέσεων με αντικείμενα και ανθρώπους)	- Ισορροπίες σε μικρές και μεγάλες επιφάνειες - Σχήματα Σώματος: ανοικτό – κλειστό, πλατύ – στενό, σχήμα με συστροφή, I O X - Κινήσεις κοντά και γύρω από το ατομικό τους σημείο (π.χ. κώνο, στεφάνι), μέσα σε καθορισμένο χώρο (π.χ. τετράγωνο, ορθογώνιο) και μέσα σε όλο το χώρο άσκησης (π.χ. μισό γήπεδο, ολόκληρο γήπεδο) - Κινήσεις σε διάφορα επίπεδα (ψηλό, χαμηλό μεσαίο), κατευθύνσεις (μπροστά, πίσω, δεξιά, αριστερά) και διαδρομές (ευθεία, καμπύλη, ζικ-ζακ, κυκλική) - Ρυθμικές κινήσεις με μουσική - Κινήσεις σε σχέση με αντικείμενα (πάνω, κάτω, μέσα, έξω, ανάμεσα, μπροστά, πίσω, γύρω από αντικείμενα) - Κινήσεις σε σχέση με συνασκούμενους (ζευγάρια, μικρές ομάδες, σκιά, καθρέφτισμα, ταυτόχρονα, χωριστά)
Γ6: Δημιουργούν και παρουσιάζουν ρουτίνες κινητικών δεξιοτήτων	- Κινητική ακολουθία με δοσμένα κριτήρια (τοποθέτηση σε σειρά δεξιοτήτων μετακίνησης, και ισορροπίας): 1.με συμπερίληψη ισορροπιών σε διαφορετικά επίπεδα, κυβίσθηση, πλάγιο ρολάρισμα, συνεχόμενο πλάγιο ρολάρισμα, συνεχόμενα ρολαρίσματα και 2.με Αρχική και τελική θέση/ισορροπία - Κινητικό μοτίβο με δοσμένα κριτήρια (επαναλαμβανόμενη σε σειρά τοποθέτηση μιας κινητικής ακολουθίας): 1. Σώμα καλοσχηματισμένο και ευθυτενές (σφικτοί μύες, ένταση του σώματος)
M1: περιγράφουν την κίνηση και επεξηγούν βασικά στοιχεία του τρόπου εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων	- Ονομασίες/ορολογίες:1.Μέλη/μέρη του σώματος, 2.Στοιχεία του χώρου (προσωπικός, ορισμένος, γενικός, επίπεδα, διαδρομές, κατευθύνσεις, ομαλός, επικίνδυνος)3. Έννοιες της προσπάθειας (δύναμη, ταχύτητα, ροή), 4.Έννοιες σχέσεων με αντικείμενα (πάνω, κάτω, - μπροστά, πίσω, κοντά, μακριά, μέσα, ανάμεσα, απέναντι), 5.Έννοιες σχέσεων με ανθρώπους (δίπλα, απέναντι), 6.Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού
M2: παρατηρούν, αξιολογούν και διορθώνουν την κίνησή τους	- Δοσμένα σημεία παρατήρησης και αξιολόγησης: 1. Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού
M4: συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε φυσικές δραστηριότητες εντός	- Ποικιλία δραστηριοτήτων και συχνή εναλλαγή τους - Ενδιαφέρουσες δραστηριότητες, εφικτές στο επίπεδο ικανότητας κάθε μαθητή

σχολικού και εκτός σχολικού περιβάλλοντος	- Ατομική Ανατροφοδότηση: τι έκανε σωστά και πώς να βελτιωθεί το κάθε παιδί - Ποικιλία κινητικών προβλημάτων με μία ή πολλές λύσεις
M5: δίνουν και να δέχονται βοήθεια και ανατροφοδότηση με βάση δοσμένα κριτήρια	- Δοσμένα σημεία παρατήρησης και αξιολόγησης: 1.Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού - Αμοιβαία διδασκαλία/ Αλληλοδιδασκαλία - Χρήση καρτέλας παρατήρησης και αξιολόγησης με δοσμένα κριτήρια για κάθε δεξιότητα
M6: συνεργάζονται με όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως ατομικών διαφορών (ικανότητας, χρώματος, κοινωνικών, πολιτισμικών, φύλου, φυλής, θρησκείας)	-Τρόπους τυχαίας δημιουργίας και εναλλαγής ζευγαριών και μικρών ομάδων -Τρόπους προσαρμογής της εργασίας στις ατομικές ικανότητες των άλλων -Τρόποι επίλυσης κινητικού προβλήματος με ζευγάρι: 1.εντοπισμός δεδομένων και ζητούμενου, 2.εισηγήσεις για τη λύση, 3.εφαρμογή εισηγήσεων (δοκιμή),4.επιλογή της καλύτερης εισήγησης με βάση τα δεδομένα του προβλήματος
M7: ενισχύουν θετικά την προσπάθεια των άλλων	- Τρόπους θετικής ενίσχυσης των άλλων και παρακίνησής τους για να γίνουν καλύτεροι: 1.Λεκτική ενίσχυση π.χ. Μπράβο, Προσπάθησε ακόμα λίγο, Τα κατάφερες, 2.Μη λεκτική ενίσχυση π.χ. χειροκρότημα, κτύπημα χεριών, αντίχειρας πάνω, κλείσιμο ματιού
M8: συμμετέχουν με ασφάλεια σε φυσική δραστηριότητα, αντιδρώντας σωστά στα σήματα και τις οδηγίες του/της εκπαιδευτικού	-Κανόνες ασφαλείας: 1.Χρήση του χώρου (ατομικού, ορισμένου, γενικού), 2.Χρήση του εξοπλισμού, 3.Εφαρμογή απλών κανόνων - Κώδικες επικοινωνίας: 1.Σήματα έναρξης/λήξης μιας δραστηριότητας, 2.Οπτική επαφή για οδηγίες, 3.Ακούω ήσυχα οδηγίες
M9: παρουσιάζουν κατάλληλη αθλητική συμπεριφορά	- Κώδικα συμπεριφοράς: 1.Επιθυμητές συμπεριφορές, 2.Επιβράβευση – Κυρώσεις

Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας
X1: Εξερευνούν και εκτελούν τις κινήσεις του σώματος με ή χωρίς μετακίνηση	<ul style="list-style-type: none"> - Κινήσεις των διαφόρων μερών του σώματος - Τρόπους με τους οποίους μπορεί να κινείται το σώμα στο χώρο χωρίς μετακίνηση όπως τρέμουλο, βύθισμα, ανάδυση και χειρονομίες - Τρόπους με τους οποίους μετακινείται το σώμα στο χώρο: 1. Δεξιότητες Μετακινήσεις: περπάτημα, τρέξιμο, άλματα, σκίπινγκ, κουτσό, γκάλοπ, πλάγιο γκάλοπ, λίπινγκ, 2. Δεξιότητες Σταθεροποίησης: δίπλωση (κάμψη) κορμού, διάταση (έκταση) κορμού, ταλάντευση σώματος μπρούμυτα και ανάσκελα, στροφή σώματος, περιστροφή σώματος, ρολαρίσματα, στήριξη και μεταφορά του βάρους σε διάφορα μέρη του σώματος με μίμηση ζώων
X2: Εξερευνούν και εκτελούν κινήσεις του σώματος σε σχέση με κινητικές έννοιες του σώματος, του χώρου, της προσπάθειας, των σχέσεων με ανθρώπους και αντικείμενα	<ul style="list-style-type: none"> - Επίπεδα: χαμηλό, ψηλό, μεσαίο - Διαδρομές: ευθεία, καμπύλη, ζικ-ζακ, κυκλική - Σχήματα Σώματος: ανοικτό, κλειστό, πλατύ, στενό, μαζεμένο - Δύναμη: ελαφρά, δυνατά, απαλά, έντονα - Χρόνο: γρήγορα, αργά, απότομα, σταδιακά, ρυθμικά - Ροή: απαλά, ρυθμικά, ελεύθερα - Εργασία με ζευγάρι: σκιά, καθρέφτισμα, ταυτόχρονα, χωριστά - Κινήσεις σε σχέση με αντικείμενα: πάνω, κάτω, μέσα, έξω, ανάμεσα, μπροστά, πίσω, γύρω από αντικείμενα
X3: Εκτελούν συνδυασμό κινητικών δεξιοτήτων στο ρυθμό της μουσικής	<ul style="list-style-type: none"> - Κινητικό μοτίβο με δοσμένα κριτήρια με Αρχική και τελική θέση/ισορροπία - Συγχρονισμό με τη μουσική με ή χωρίς μετακίνηση ποδιών - Εναλλαγή στην κίνηση και στη δυναμική της αναλόγως του μουσικού θέματος - Σωστή στάση του σώματος κατά την εκτέλεση των κινήσεων: Ευθυτενές σώμα - Ελλαδικό παραδοσιακό χορό: 1. Καμάρες Τήλου, 2. Άη Γιώργης (Επτάνησα), 3. Λουλουβίκος (Μέγαρα) <p><i>Επιλογή με βάση το υποστηρικτικό υλικό «Ο παραδοσιακός χορός στη Δημοτική Εκπαίδευση»:</i> Χρωματιστά τσουράπια Μακεδονίας, οργανικό (I.21), Το φλουρί, Μεσημβρία Β. Θράκης (I.22), Καμάρες, Τήλου (I.24)</p>
X4: Δημιουργούν και παρουσιάζουν ρουτίνες κινητικών δεξιοτήτων που προάγουν την εκφραστικότητα	<ul style="list-style-type: none"> - Χορευτικό μοτίβο με δοσμένα κριτήρια, στο ρυθμό της μουσικής: Αρχή, μέση και τέλος - Απλές κινήσεις σε δοσμένες ρυθμικές και μελωδικές φράσεις - Απλοί χοροί με αρχή και τέλος με την καθοδήγηση του/της εκπαιδευτικού - Τρόπους έκφρασης ιδεών, διαθέσεων και συναισθημάτων με: 1. Απλές κινήσεις, 2. Χειρονομίες, 3. Εκφράσεις προσώπου - Έκφραση ενός θέματος με κινήσεις μέσα από αντιδράσεις σε ερεθίσματα όπως λέξεις, ιστορίες, ποιήματα, εικόνες, μουσική, τραγούδια - Δημιουργικό Χορό με θέματα από τη φύση, τη λογοτεχνία, τη ζωή, την επιστήμη, τη θρησκεία, τον κινηματογράφο, τα έργα τέχνης, συναισθήματα, εποχές,

Χ5: Συμμετέχουν σε πολιτισμικές δραστηριότητες και αναγνωρίζουν την προέλευσή τους	- Ελλαδικοί παραδοσιακοί χοροί (όπως Χ3) - Παραδοσιακοί χοροί άλλων χωρών
Μ1: περιγράφουν την κίνηση και εξηγούν βασικά στοιχεία του τρόπου εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων	- Ονομασίες/ορολογίες: 1.Μέλη/μέρη του σώματος, 2.Στοιχεία του χώρου (προσωπικός, ορισμένος, γενικός, επίπεδα, διαδρομές, κατευθύνσεις, ομαλός, επικίνδυνος), 3.Έννοιες της προσπάθειας (δύναμη, ταχύτητα, ροή), 4.Έννοιες σχέσεων με αντικείμενα (πάνω, κάτω, - μπροστά, πίσω, κοντά, μακριά, μέσα, ανάμεσα, απέναντι), 5.Έννοιες σχέσεων με ανθρώπους (δίπλα, απέναντι) -Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού
Μ4: συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε φυσικές δραστηριότητες εντός σχολικού και εκτός σχολικού περιβάλλοντος	- Ποικιλία δραστηριοτήτων και συχνή εναλλαγή τους - Ενδιαφέρουσες δραστηριότητες, εφικτές στο επίπεδο ικανότητας κάθε μαθητή
Μ6: συνεργάζονται με όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως ατομικών διαφορών (ικανότητας, χρώματος, κοινωνικών, πολιτισμικών, φύλου, φυλής, θρησκείας)	-Τρόπους τυχαίας δημιουργίας και εναλλαγής ζευγαριών και μικρών ομάδων -Τρόπους προσαρμογής της εργασίας στις ατομικές ικανότητες των άλλων: 1.αναγνώριση ικανοτήτων, 2.ανάληψη ρόλων και ευθυνών -Τρόποι επίλυσης κινητικού προβλήματος με ζευγάρι:1.εντοπισμός δεδομένων και ζητούμενου, 2.εισηγήσεις για τη λύση - Δραστηριότητες συνεργασίας και επίλυσης κινητικού προβλήματος: 1.Ανάληψη ρόλων και υπευθυνοτήτων και εναλλαγή τους α. αρχηγού ομάδας, β. μέλους ομάδας
Μ8: συμμετέχουν με ασφάλεια σε φυσική δραστηριότητα, αντιδρώντας σωστά στα σήματα και τις οδηγίες του/της εκπαιδευτικού	- Κανόνες ασφαλείας: 1.Χρήση του χώρου (ατομικού, ορισμένου, γενικού), 2.Χρήση του εξοπλισμού, 3.Εφαρμογή απλών κανόνων - Κώδικες επικοινωνίας: 1.Σήματα έναρξης/λήξης μιας δραστηριότητας, 2.Οπτική επαφή για οδηγίες, 3.Ακούω ήσυχα οδηγίες
Μ9: παρουσιάζουν κατάλληλη αθλητική συμπεριφορά	- Κώδικα συμπεριφοράς:1.Επιθυμητές συμπεριφορές, 2.Επιβράβευση – Κυρώσεις

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΗΣ ΥΛΗΣ – ΤΡΙΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

Περίοδοι διδασκαλίας:6-8

Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας
Π2:Εκτελούν ικανοποιητικά βασικές δεξιότητες σταθεροποίησης	-Σταμάτημα μετά από μετακίνηση:1. Το σώμα χαμηλώνει, 2.Τα γόνατα λυγίζουν - Αλλαγή κατεύθυνσης ενώ κινούνται, 3.Η αλλαγή κατεύθυνσης επαναλαμβάνεται από δεξιά προς τα αριστερά από αριστερά προς δεξιά κ.τ.λ, 4.Για αλλαγή κατεύθυνσης σπρώχνει το έξω πόδι
Π3: Εκτελούν ικανοποιητικά βασικές κινητικές δεξιότητες χειρισμού	<ul style="list-style-type: none"> - Κτύπημα με ρακέτα (forehand, backhand): 1.Σωστό κράτημα ρακέτας (ένα χέρι –αντίχειρας πάνω, δάκτυλα κάτω, όπως χειραψία, 2.Το βλέμμα εστιάζεται στην μπάλα κατά τη διάρκεια του χτυπήματος,3.Ο παίχτης στέκεται πλάγια σε σχέση με το στόχο κρατώντας τη ρακέτα με το ένα χέρι, 4.Βήμα προς το στόχο με το αντίθετο πόδι από το χέρι που κρατά την ρακέτα, 5. Ταυτόχρονη μετακίνηση του ίδιου ποδιού μπροστά με το κτύπημα της μπάλας - Κτύπημα με ρακέτα με διαφορετικούς τρόπους: 1.Αναπηδήσεις τηςμπάλας προς τα πάνω, προς τα κάτω - Ρίψη φρίσπι σε στόχο/στην επιθυμητή κατεύθυνση: 1.Κράτημα φρίσπι έχοντας το χέρι γροθιά με τον αντίχειρα στο πάνω μέρος, 2.Ο καρπός γυρίζει ελαφρά πίσω και κοντά στο σώμα με τον αγκώνα να δείχνει ψηλά και προς τα έξω - Υποδοχή φρίσπι με το κράτημα κροκόδειλου): 1.Το σώμα τοποθετείται πίσω από την πορεία του φρίσπι, 2.Τα χέρια παράλληλα με το δυνατό χέρι από πάνω, 3. Η παλάμη του ενός χεριού βλέπει την παλάμη του άλλου, 5.Τα χέρια μακριά από το σώμα, 6.Ταυτόχρονη επαφή των χεριών με το φρίσπι πάνω και κάτω από το φρίσπι - Ντρίπλα με το δυνατό χέρι και προσπάθεια και με το αδύνατο: 1.Η επαφή με την μπάλα γίνεται με τα δάκτυλα του ενός χεριού απλωμένα στην μπάλα περίπου στο ύψος της μέσης, 2.Τα δάκτυλα σπρώχνουν προς τα κάτω την μπάλα -Ντρίπλα με το δυνατό πόδι και προσπάθεια για ντρίπλα και με το αδύνατο: 1.Η μύτη του ποδιού που θα σπρώξει την μπάλα δείχνει προς τα κάτω, -Λάκτισμα ακίνητης μπάλας/Σουτ σε στόχο, με μικρή φορά: 1.Το βλέμμα εστιάζεται στην μπάλα κατά τη διάρκεια της κίνησης, 2.Βήμα προς την μπάλα με το πόδι που δε θα κλωτσήσει να τοποθετείται δίπλα από την μπάλα (αρχικά στατικά) - Πάσα προς τα πάνω με δάκτυλα (μπαλόνη, ελαφριά μπάλα, αφρώδης μπάλα βόλει): 1.Το βλέμμα εστιάζεται στην μπάλα, 2. Το σώμα κινείται προς την μπάλα και τοποθετείται κάτω από την μπάλα, 3.Επαφή με την μπάλα πάνω από το μέτωπο, 4.Η επαφή να γίνεται μόνο με τα δάκτυλα (δύο πρώτες φάλαγγες των δακτύλων και τον αντίχειρα) 5.Η μπάλα ακουμπά μόνο στα δάκτυλα, όχι στην παλάμη, 6.Το κτύπημα γίνεται με τέντωμα των βραχιόνων
Π4:Εκτελούν συνδυασμό κινητικών δεξιοτήτων μετακίνησης, σταθεροποίησης και χειρισμού	<ul style="list-style-type: none"> - Συνδυασμό κινητικών δεξιοτήτων: 1.Τρέξιμο, σταμάτημα, 2.Τρέξιμο, αλλαγή Κατεύθυνσης, 3.Ντρίπλα, σταμάτημα, Σουτ σε στόχο, 4.Τρέξιμο, σταμάτημα,πάσα, 5.Ντρίπλα, σταμάτημα, πάσα - Τροποποιημένα Παιχνίδια: 1.Κυνηγητού, 2.Στόχου, 3.Άμυνας & Επίθεσης, 4.Με δίκτυ ή τοίχο - Δημιουργία παιχνιδιού: 1.Δομικά Στοιχεία παιχνιδιών, 2.Συνεργασία με ζευγάρι ή μικρή ομάδα, 3.Δημιουργία με δοσμένα υλικά
Π5:Εκτελούν συνδυασμό βασικών κινητικών δεξιοτήτων με κινητικές έννοιες (χώρου, προσπάθειας, σχέσεων με αντικείμενα και	<ul style="list-style-type: none"> - Κινήσεις με εμφανή διαφοροποίηση στην ταχύτητα ως αντίδραση σε καθορισμένα ακουστικά, οπτικά ή απτικά ερεθίσματα - Τοποθέτηση των χεριών σε διαφορετική θέση ανάλογα με την ταχύτητα, το μέγεθος και το ύψος προσέγγισης ενός επερχόμενου αντικειμένου - Τροποποίηση της καταβαλλόμενης δύναμης και προσπάθειας ανάλογα με την απόσταση,

ανθρώπους)	<p>την ένταση και τη διάρκεια της κίνησης</p> <ul style="list-style-type: none"> - Κινήσεις σε σχέση με συνασκούμενους (ζευγάρια, μικρές ομάδες) - Κινητικές δεξιότητες σε σχέση με αντικείμενα (πάνω, κάτω, μέσα, έξω, ανάμεσα, μπροστά, πίσω, γύρω από αντικείμενα) - Δεξιότητες μετακίνησης με διαφορετικές ταχύτητες διαδρομές, κατευθύνσεις, επίπεδα - Ντρίπλα της μπάλας με πόδι (δυνατό, αδύνατο) με αλλαγή κατεύθυνσης - Ντρίπλα της μπάλας με το χέρι διατηρώντας τον έλεγχο με ρυθμό και αλλαγή κατεύθυνσης - Ρίψη, υποδοχή, λάκτισμα αντικειμένου με διαφορετική προσπάθεια (διαφορετική δύναμη, διαφορετική ροή, διαφορετικό χρόνο) - Ρίψη, υποδοχή, λάκτισμα αντικειμένου πάνω, κάτω, μέσα, έξω, ανάμεσα, μπροστά, πίσω, γύρω από καθορισμένους στόχους - Ρίψη, υποδοχή, λάκτισμα αντικειμένου σε διαφορετική απόσταση, ύψος και μικρά τέρματα
Π6:Εφαρμόζουν στρατηγικές σε παιχνίδια	<ul style="list-style-type: none"> - Παιχνίδια Κυνηγητού και Στρατηγικές Κυνηγητού: 1. Αποφυγή από τον κυνηγό - Παιχνίδια Άμυνας & Επίθεσης – Στρατηγικές: 1.Προσπάθεια για «κλέψιμο» της μπάλας από τον αντίπαλο, 2.Τοποθέτηση εαυτού μεταξύ αντιπάλου και στόχου, 3.Πάσα και αλλαγή θέσης, - Παιχνίδια Στόχου και Στρατηγικές Στόχου: 1.Βλέμμα στο στόχο, 2.Συγκέντρωση στο στόχο -Παιχνίδια με δίκτυ ή τοίχο: 1.Αποστολή αντικειμένου πάνω από το δίκτυ ή στον τοίχο, Αποστολή αντικειμένου στον κενό χώρο
Π7:συμμετέχουν σε πολιτισμικές δραστηριότητες και αναγνωρίζουν την προέλευσή τους	-Παιχνίδια άλλων χωρών
Μ1: περιγράφουν την κίνηση και επεξηγούν βασικά στοιχεία του τρόπου εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων	- Ονομασίες/ορολογίες: 1. Μέλη/μέρη του σώματος, 2.Στοιχεία του χώρου (προσωπικός, ορισμένος, γενικός, επίπεδα, διαδρομές, κατευθύνσεις, ομαλός, επικίνδυνος), 3.Έννοιες της προσπάθειας (δύναμη, ταχύτητα, ροή), 4.Έννοιες σχέσεων με αντικείμενα (πάνω, κάτω, - μπροστά, πίσω, κοντά, μακριά, μέσα, ανάμεσα, απέναντι), 5.Έννοιες σχέσεων με ανθρώπους (δίπλα, απέναντι), 6.Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού
Μ2:παρατηρούν, αξιολογούν και διορθώνουν την κίνησή τους	- Δοσμένα σημεία παρατήρησης και αξιολόγησης: 1. Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού
Μ4: συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε φυσικές δραστηριότητες εντός σχολικού και εκτός σχολικού περιβάλλοντος	<ul style="list-style-type: none"> -Ποικιλία δραστηριοτήτων και συχνή εναλλαγή τους -Ενδιαφέρουσες δραστηριότητες, εφικτές στο επίπεδο ικανότητας κάθε μαθητή - Δημιουργία δραστηριοτήτων και παιχνιδιών με επιλογή υλικών, είδος υλικού, τρόπου εκτέλεσης - Παροχή επιλογών έτσι ώστε να κάνουν ενδιαφέρουσα μια δραστηριότητα και να επιλέγουν επίπεδο δυσκολίας δραστηριοτήτων (απόσταση, χρόνο, ύψος, επαναλήψεις)
Μ5:δίνουν και να δέχονται βοήθεια και ανατροφοδότηση με	<ul style="list-style-type: none"> - Δοσμένα σημεία παρατήρησης και αξιολόγησης: 1.Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού -Αμοιβαία διδασκαλία/ Αλληλοδιδασκαλία: Τα παιδιά γνωρίζουν τα στοιχεία της δεξιότητας που διδάσκεται και

βάση δοσμένα κριτήρια	προσπαθούν να βοηθήσουν το ζευγάρι τους να τα εκτελέσει σωστά, με επισημάνσεις. -Χρήση καρτέλας παρατήρησης και αξιολόγησης με δοσμένα κριτήρια για κάθε δεξιότητα
M6: συνεργάζονται με όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως ατομικών διαφορών (ικανότητας, χρώματος, κοινωνικών, πολιτισμικών, φύλου, φυλής, θρησκείας)	-Τρόπους τυχαίας δημιουργίας και εναλλαγής ζευγαριών και μικρών ομάδων -Τρόπους προσαρμογής της εργασίας στις ατομικές ικανότητες των άλλων: 1.αναγνώριση ικανοτήτων, 2.ανάληψη ρόλων και ευθυνών -Τρόποι επίλυσης κινητικού προβλήματος με ζευγάρι: 1.εντοπισμός δεδομένων και ζητούμενου, 2.εισηγήσεις για τη λύση, 3.εφαρμογή εισηγήσεων (δοκιμή), 4.επιλογή της καλύτερης εισήγησης με βάση τα δεδομένα του προβλήματος - Δεξιότητες διαλόγου: 1.Επεξήγηση ιδεών για τη λύση, 2.Κατανόηση ιδεών των άλλων (ακούω), 3.Κατάληξη σε συμφωνία
M7:ενισχύουν θετικά την προσπάθεια των άλλων	- Τρόπους θετικής ενίσχυσης των άλλων και παρακίνησής τους για να γίνουν καλύτεροι: 1.Λεκτική ενίσχυση π.χ. Μπράβο, Προσπάθησε ακόμα λίγο, Τα κατάφερες, 2. Μη λεκτική ενίσχυση π.χ. χειροκρότημα, κτύπημα χεριών, αντίχειρας πάνω, κλείσιμο ματιού -Τροποποιημένες δραστηριότητες και τροποποιημένα παιχνίδια για επιτυχία και θετική ενίσχυση όλων των παιδιών διαφοροποιώντας: 1.Τον αριθμό των παιδιών στις ομάδες (μικρές ομάδες αυξάνουν τον χρόνο συμμετοχής), 2.Τις διαστάσεις του γηπέδου που παίζουν, 3.Τον τρόπο που σκοράρουν, 4.Τους κανονισμούς, 5.Τα υλικά
M8: συμμετέχουν με ασφάλεια σε φυσική δραστηριότητα, αντιδρώντας σωστά στα σήματα και τις οδηγίες του/της εκπαιδευτικού	- Κανόνες ασφαλείας: 1.Χρήση του χώρου (ατομικού, ορισμένου, γενικού), 2.Χρήση του εξοπλισμού, 3.Εφαρμογή απλών κανόνων - Κώδικες επικοινωνίας: 1.Σήματα έναρξης/λήξης μιας δραστηριότητας, 2.Οπτική επαφή για οδηγίες, 3. Ακούω ήσυχα οδηγίες - Ρουτίνες: 1.Συγκέντρωση στην αρχή και τέλος του μαθήματος, 2.Στοχοθεσία, αναστοχασμός/αξιολόγηση, 3.Περιμένω τη σειρά μου
M9: παρουσιάζουν κατάλληλη αθλητική συμπεριφορά	- Κώδικα συμπεριφοράς: 1. "Επιθυμητές συμπεριφορές, 2.Επιβράβευση – Κυρώσεις - Αρχές Τίμιου Παιχνιδιού: 1.Τήρηση των κανόνων, 2.Σεβασμός του άλλου, 3.Δεν καταστρέφω με τη συμπεριφορά μου το παιχνίδι, 4.Παραδοχή του λάθους/Ανάληψη ευθύνης, 5.Αποδοχή νίκης και ήττας, 6. Απόδοση συγχαρητηρίων στην ομάδα μου και στην αντίπαλη ομάδα - Στάδια επίλυσης συγκρούσεων και διαφωνιών:1.Συμφωνία ως προς το να τεθούν οι βασικοί κανόνες, 2.Συλλογή πληροφοριών για τη σύγκρουση και τα συμφέροντα των ενδιαφερόμενων πλευρών, 3.Εισηγήσεις για επίλυση του προβλήματος, 4.Επιλογή κατάλληλων και εφαρμόσιμων εισηγήσεων - Στρατηγικές επίλυσης συγκρούσεων, που δίνονται από τον εκπαιδευτικό: 1.Time out. Δίνεται χρόνος για σκέψη της λάθος συμπεριφοράς, 2. Μέτρηση μέχρι το 10. Χρόνος για σκέψη της λάθος συμπεριφοράς