

ΣΤ΄ ΤΑΞΗ		ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΗΣ ΥΛΗΣ – ΤΡΙΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ	
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		Περίοδοι διδασκαλίας: 2-4	
Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας		
Γ4: Εκτελούν συνδυασμό κινητικών δεξιοτήτων μετακίνησης, σταθεροποίησης, χειρισμού	<ul style="list-style-type: none"> - Κινητική ακολουθία με ή χωρίς δοσμένα κριτήρια, με ή χωρίς όργανα: 1.με συμπερίληψη ισορροπιών σε διαφορετικά επίπεδα, συνεχόμενα ρολαρίσματα, κυβίστηση, και ανακυβίστηση, τροχό, κατακόρυφο στήριξη, 2.με επιλογή από εύρος κινητικών δεξιοτήτων, 3.στο έδαφος ή/και στα όργανα, 4.στον καθορισμένο χώρο, 5.με μουσική ή χωρίς μουσική, 6.με αρχική και τελική ισορροπία, 7.με ροή, 8.με καλοσχηματισμένο και ευθυτενές σώμα, 9.στο ρυθμό της μουσικής, 10.με ζευγάρι ή μικρή ομάδα, 11.με αρχική και τελική θέση/ισορροπία - Κινητικό μοτίβο με ή χωρίς δοσμένα κριτήρια, με ή χωρίς όργανα (επαναλαμβανόμενη σε σειρά τοποθέτηση μιας κινητικής ακολουθίας) και επαναλαμβανόμενη τοποθέτηση σε σειρά δεξιοτήτων μετακίνησης και ισορροπίας με ταυτόχρονο χειρισμό μικρών οργάνων (Μαντήλι, Στεφάνι, Κορδέλα, Σχοινάκι) 		
Γ5: Εκτελούν συνδυασμό βασικών κινητικών δεξιοτήτων με κινητικές έννοιες (σώματος χώρου, προσπάθειας, σχέσεων με αντικείμενα και ανθρώπους)	<ul style="list-style-type: none"> -Δεξιότητες Μετακίνησης σε διαφορετικές ταχύτητες, διαδρομές, κατευθύνσεις, επίπεδα -Μετακινήσεις σε διάφορες κατευθύνσεις και διαδρομές: Σκίπινγκ, Κουτσό, Λίπινγκ - Ισορροπίες (σταθερές και δυναμικές) σε διάφορα επίπεδα, κατευθύνσεις και με διάφορα σχήματα του σώματος (συμμετρικά – ασύμμετρα) - Χειρισμό μικρών οργάνων σε διάφορα επίπεδα, κατευθύνσεις, ταχύτητες και με διαφορετική προσπάθεια -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) -Κινήσεις στο ρυθμό της μουσικής -Κινήσεις με καλοσχηματισμένο και ευθυτενές σώμα 		
Γ6: Δημιουργούν και παρουσιάζουν ρουτίνες κινητικών δεξιοτήτων	<ul style="list-style-type: none"> - Κινητική ακολουθία και κινητικό μοτίβο με ροή - Κινητική ακολουθία: 1.με συμπερίληψη ισορροπιών σε διαφορετικά επίπεδα, κυβίστηση και ανακυβίστηση, τροχό, κατακόρυφο στήριξη, 2.με επιλογή από εύρος κινητικών δεξιοτήτων, 3.στο έδαφος ή/και στα όργανα, 4.στον καθορισμένο χώρο, 5.με μουσική ή χωρίς μουσική, 6.με αρχική και τελική ισορροπία, 7.με ροή, 8.με καλοσχηματισμένο και ευθυτενές σώμα, 9.στο ρυθμό της μουσικής, 10.με ζευγάρι ή μικρή ομάδα - Τρόπους παρουσίασης κινητικής ακολουθίας και κινητικού μοτίβου:1.Διάταξη στο χώρο (διασπορά, γραμμή, σειρά, κύκλο, κ.α.), 2.Σχηματισμοί (από γραμμή σε κύκλο, από κύκλο σε σειρές, κ.α.), 3.Συνδυασμοί – ανάληψη ρόλων (σε κύκλο και σε γραμμές κ.α.) 		
M1: περιγράφουν την κίνηση και επεξηγούν βασικά στοιχεία του τρόπου εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων	<ul style="list-style-type: none"> Ονομασίες/ορολογίες: 1.Σύνθετες δεξιότητες Γυμναστικής, 2.Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού, 3.Κινητικές Έννοιες 		
M2: παρατηρούν, αξιολογούν και διορθώνουν την κίνησή τους	<ul style="list-style-type: none"> - Δοσμένα σημεία παρατήρησης και αξιολόγησης: Στοιχεία ανάπτυξης δεξιοτήτων -Αξιοποίηση των σημείων ανατροφοδότησης του εκπαιδευτικού 		

<p>M3: συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε φυσικές δραστηριότητες εντός σχολικού και εκτός σχολικού περιβάλλοντος</p>	<p>- Ποικιλία δραστηριοτήτων και συχνή εναλλαγή τους: 1.Ενδιαφέρουσες δραστηριότητες, εφικτές στο επίπεδο ικανότητας κάθε μαθητή, 2.Δημιουργία δραστηριοτήτων και παιχνιδιών με επιλογή υλικών, είδος υλικού, τρόπου εκτέλεσης, 3.Παροχή επιλογών έτσι ώστε να κάνουν ενδιαφέρουσα μια δραστηριότητα, 4.Επιλογή επιπέδου δυσκολίας δραστηριοτήτων (απόσταση, χρόνο, ύψος, επαναλήψεις), 5.Επιλογή είδους δραστηριότητας</p>
<p>M4: δίνουν και να δέχονται βοήθεια και ανατροφοδότηση με βάση δοσμένα κριτήρια</p>	<p>-Ανατροφοδότηση: 1. Ατομικά: Τι έκανε σωστά και πώς να βελτιωθεί το κάθε παιδί, 2.Ομαδικά: τι έκανε σωστά και πώς να βελτιωθεί η ομάδα -Διαφοροποίηση της εργασίας για επιτυχία όλων:1.Τρόπους για επιλογή κατάλληλου επιπέδου δυσκολίας για προσωπική επιτυχία -Καθορισμό στόχων που σχετίζονται με ατομική απόδοση και είναι ρεαλιστικοί, συγκεκριμένοι, βραχυπρόθεσμοι -Δοσμένα σημεία παρατήρησης και αξιολόγησης:1.Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού, 2.Σύνθετες δεξιότητες -Αμοιβαία διδασκαλία/Αλληλοδιδασκαλία: Τα παιδιά γνωρίζουν τα στοιχεία της δεξιότητας που διδάσκεται και προσπαθούν να βοηθήσουν το ζευγάρι τους να τα εκτελέσει σωστά με επισημάνσεις -Χρήση καρτέλας παρατήρησης και αξιολόγησης:1. Δοσμένα κριτήρια για κάθε δεξιότητα</p>
<p>M5: συνεργάζονται με όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως ατομικών διαφορών (ικανότητας, χρώματος, κοινωνικών, πολιτισμικών, φύλου, φυλής, θρησκείας)</p>	<p>-Τρόπους τυχαίας δημιουργίας και εναλλαγής ζευγαριών και μικρών ομάδων</p>
<p>M6: ενισχύουν θετικά την προσπάθεια των άλλων</p>	<p>- 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</p>
<p>M7: συμμετέχουν με ασφάλεια σε φυσική δραστηριότητα, αντιδρώντας σωστά στα σήματα και τις οδηγίες του/της εκπαιδευτικού</p>	<p>-Κανόνες ασφαλείας: 1.Χρήση του χώρου (ατομικού, ορισμένου, γενικού), 2.Χρήση του εξοπλισμού, 3.Εφαρμογή απλών κανόνων που δίνονται από τον εκπαιδευτικό, 4.Κώδικες επικοινωνίας, 5.Σήματα έναρξης/λήξης μιας δραστηριότητας, 6.Οπτική επαφή για οδηγίες, 7.Ακούω ήσυχα οδηγίες - Ρουτίνες: 1.Συγκέντρωση στην αρχή και τέλος του μαθήματος, 2.Στοχοθεσία,αναστοχασμός/αξιολόγηση, 3.Περιμένω τη σειρά μου</p>
<p>M8: παρουσιάζουν κατάλληλη αθλητική συμπεριφορά</p>	<p>- Δημιουργία Κώδικα Συμπεριφοράς: Επιβράβευση – Κυρώσεις:1.Με τη συμμετοχή όλων των παιδιών, 2.Στην αρχή της σχολικής χρονιάς</p>
<p>M9: παρουσιάζουν κατάλληλη κοινωνική συμπεριφορά</p>	<p>-Δεξιότητες συνεργασίας - Ανάλυση ρόλων και υπευθυνοτήτων: Αρχηγού ομάδας, Μέλος ομάδας, -Τρόπους επίλυσης προβλήματος: 1.εντοπισμός δεδομένων και ζητούμενου, 2.εισηγήσεις για τη λύση, 3.εφαρμογή εισηγήσεων (δοκιμή), 4.επιλογή της καλύτερης εισήγησης με βάση των δεδομένων, -Τρόπους εργασίας με λιγότερο έτοιμο παιδί και προσαρμογής των ικανοτήτων τους για την επίλυση ενός εφικτού</p>

κινητικού προβλήματος: 1.αναγνώριση ικανοτήτων, 2.ανάληψη ρόλων και ευθυνών
- Εργασία με τα άλλα παιδιά με ή χωρίς την άμεση επίβλεψη του διδάσκοντα

ΣΤ' ΤΑΞΗ		ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΗΣ ΥΛΗΣ – ΤΡΙΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ	
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: Χορός		Περίοδοι διδασκαλίας: 2-4	
Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας		
Χ3: Εκτελούν συνδυασμό κινητικών δεξιοτήτων στο ρυθμό της μουσικής	<ul style="list-style-type: none"> - Κινητικό μοτίβο με δοσμένα κριτήρια (επαναλαμβανόμενη σε σειρά τοποθέτηση μιας κινητικής ακολουθίας):1.Αρχική και τελική θέση/ισορροπία, 2.Με συμπερίληψη κινήσεων του σώματος με ή/και χωρίς μετακίνηση - Συγχρονισμό με τη μουσική σε κίνηση ή ακινησία - Συγχρονισμό με ζευγάρι σε κίνηση ή ακινησία -Εναλλαγή στην κίνηση και στη δυναμική της αναλόγως του μουσικού θέματος -Σωστή στάση σώματος κατά την εκτέλεση των κινήσεων:1.Ευθυτενές σώμα, 2.Συντονισμός Κινήσεων,3.Έλεγχος στην κίνηση, καλή ισορροπία, όταν κινούνται και όταν σταματούν, 4.Διατήρηση της καλαισθησίας των κινήσεων στις έντονες κινητικές αλλαγές <p>Κυπριακοί παραδοσιακοί χοροί: 1. 1ος Αντρικός καρτζιλαμάς, 2. 1ος Γυναικείος καρτζιλαμάς</p>		
Χ4: 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: 1.Αρχή, μέση και τέλος, 2.Με συμπερίληψη κινήσεων του σώματος με ή/και χωρίς μετακίνηση - Τρόπους έκφρασης ιδεών, διαθέσεων και συναισθημάτων με: 1. Απλές και σύνθετες κινήσεις, 2.Χειρονομίες, 3.Εκφράσεις προσώπου -Τρόπους παρουσίασης κινητικής ακολουθίας και κινητικού μοτίβου: 1.Διάταξη στο χώρο (διασπορά, σειρά, γραμμή, κύκλος, κ.α.), 2.Σχηματισμοί (από κύκλο σε διασπορά από γραμμή σε σειρά, κ.α.), 3.Συνδυασμοί – ανάληψη ρόλων (κύκλο και γραμμή, κ.α.) - Δημιουργικό Χορό: 1.Θέματα από τη φύση, τη λογοτεχνία, τη ζωή, την επιστήμη, τη θρησκεία, τον κινηματογράφο, τα έργα τέχνης, 2.Θέματα όπως Οι πολεμιστές μιας άλλης εποχής, Τα χρώματα, 		
Χ5: Συμμετέχουν σε πολιτισμικές δραστηριότητες και αναγνωρίζουν την προέλευσή τους	<ul style="list-style-type: none"> -Ελλαδικοί και παραδοσιακοί χοροί 		
Μ1: περιγράφουν την κίνηση και επεξηγούν βασικά στοιχεία του τρόπου εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων	<ul style="list-style-type: none"> - Ονομασίες/ορολογίες • Μέλη/μέρη του σώματος • Στοιχεία του χώρου (προσωπικός, ορισμένος, γενικός, επίπεδα, διαδρομές, κατευθύνσεις, ομαλός, επικίνδυνος) • Έννοιες της προσπάθειας (δύναμη, ταχύτητα, ροή) • Έννοιες σχέσεων με αντικείμενα (πάνω, κάτω, - μπροστά, πίσω, κοντά, μακριά, μέσα, ανάμεσα, απέναντι) • Έννοιες σχέσεων με ανθρώπους (δίπλα, απέναντι) - Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού 		
Μ4: συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε φυσικές δραστηριότητες εντός	<ul style="list-style-type: none"> -Ποικιλία δραστηριοτήτων και συχνή εναλλαγή τους -Ενδιαφέρουσες δραστηριότητες, εφικτές στο επίπεδο ικανότητας κάθε μαθητή 		

σχολικού και εκτός σχολικού περιβάλλοντος	
M5: συνεργάζονται με όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως	<p>Τρόπους τυχαίας δημιουργίας και εναλλαγής ζευγαριών και μικρών ομάδων</p> <p>-Τρόπους προσαρμογής της εργασίας στις ατομικές ικανότητες των άλλων: 1.αναγνώριση ικανοτήτων, 2.ανάληψη ρόλων και ευθυνών</p> <p>-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</p> <p>- Δεξιότητες διαλόγου:1.Επεξήγηση ιδεών για τη λύση, 2.Κατανόηση ιδεών των άλλων (ακούω), 3.Κατάληξη σε συμφωνία</p>
M8: συμμετέχουν με ασφάλεια σε φυσική δραστηριότητα, αντιδρώντας σωστά στα σήματα και τις οδηγίες του/της εκπαιδευτικού	<p>Κανόνες ασφαλείας: 1.Χρήση του χώρου (ατομικού, ορισμένου, γενικού), 2.Χρήση του εξοπλισμού, 3.Εφαρμογή απλών κανόνων</p> <p>- Κώδικες επικοινωνίας:1.Σήματα έναρξης/λήξης μιας δραστηριότητας,2.Οπτική επαφή για οδηγίες, 3.Ακούω ήσυχα οδηγίες</p> <p>- Ρουτίνες:1.Συγκέντρωση στην αρχή και τέλος του μαθήματος, 2.Στοχοθεσία,αναστοχασμός/αξιολόγηση, 3.Περιμένω τη σειρά μου</p>

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΗΣ ΥΛΗΣ – ΤΡΙΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ		Περίοδοι διδασκαλίας:10-12
Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας	
<p>P1:Εκτελούν ικανοποιητικά κινητικές δεξιότητες χειρισμού σε τροποποιημένα παιχνίδια</p> <p>1.Παιχνίδια με Δίκτυ (π.χ.πετόσφαιρα, αντισφαίριση, αντιπτέριση, επιτραπέζια αντισφαίριση)</p> <p>2.Παιχνίδια Άμυνας και Επίθεσης (π.χ.χόκεϊ)</p> <p>2.Παιχνίδια με κτύπημα αντικειμένου και τρέξιμο (π.χ.baseball)</p>	<p>- Μανσέτα απευθείας ή μετά από αναπήδηση της μπάλας: 1.Ατομικά, 2.Ζευγάρι</p> <p>- Πάσα με δάκτυλα</p> <p>- Κτύπημα της μπάλας από κάτω - Σέρβις από κάτω</p> <p>- Κτύπημα με ρακέτα (forehand, backhand):</p> <p>- Κτύπημα με ρόπαλο</p> <p>- Ντρίπλα με μπάστούνι: 1.Κεφάλι μπροστά και βλέμμα εστιασμένο μπροστά, 2.Το δυνατό χέρι κρατά το μπάστούνι πιο κάτω από το αδύνατο χέρι, 3.Οι αντίχειρες δείχνουν το έδαφος, 4.Χρησιμοποίηση και των δύο πλευρών του μπάστουνιού, 5.Συνεχόμενη ντρίπλα (μπάλα κοντά στο μπάστούνι), 6.Διατήρηση τρεξίματος σε σταθερό ρυθμό από το παίκτη, 7.Το μπάστούνι είναι πάντα κοντά στο έδαφος</p> <p>- Ντρίπλα της μπάλας με μπάστούνι: με αλλαγή κατεύθυνσης, μέσα, έξω, ανάμεσα, μπροστά, πίσω, γύρω από καθορισμένους στόχους διατηρώντας τον έλεγχο με κατάλληλη ταχύτητα</p>	
P2: Εφαρμόζουν κανόνες σε	- Συνδυασμό δεξιοτήτων μετακίνησης, σταθεροποίησης, χειρισμού:1. Ασφαλής Πάσα/υποδοχή, 2. Πάσες και Σουτ,	

<p>τροποποιημένα παιχνίδια</p> <p>1.Παιχνίδια με Δίκτυ (π.χ.πετόσφαιρα, αντισφαίριση, αντισφαίριση, επιτραπέζια αντισφαίριση)</p> <p>2.Παιχνίδια Άμυνας και Επίθεσης (π.χ.χόκεϊ)</p> <p>2.Παιχνίδια με κτύπημα αντικειμένου και τρέξιμο (π.χ.baseball)</p>	<p>3.Ντρίπλα, Σταμάτημα, Σουτ, 4. 1- 3 βήματα και πάσα με το ένα χέρι, 5.1- 3 βήματα και σουτ με το ένα χέρι, 6.Μετακίνηση, σταμάτημα, οριζόντιο κτύπημα της μπάλας, 7. Οριζόντιο κτύπημα αντικειμένου και τρέξιμο</p> <ul style="list-style-type: none"> - Παιχνίδι με ίσο αριθμό παικτών 1vs 1, 2 vs 2, 3 vs 3 - Παιχνίδι με άνισο αριθμό παικτών με πλειοψηφία στην επίθεση 2 vs 1, 3 vs 2 - 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 <p>Υποστηρικτικό υλικό: Καρτέλες Παιχνιδιών http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi</p>
<p>Π3:Εφαρμόζουν στρατηγικές σε παιχνίδια</p> <p>1.Παιχνίδια Άμυνας & Επίθεσης (π.χ.καλαθόσφαιρα, χειροσφαίριση, ποδόσφαιρο, χόκεϊ)</p> <p>2.Παιχνίδια με Δίκτυ (π.χ.πετόσφαιρα, αντισφαίριση, αντισφαίριση, επιτραπέζια αντισφαίριση)</p> <p>3.Παιχνίδια με κτύπημα αντικειμένου και τρέξιμο (π.χ.baseball)</p> <p>4.Παιχνίδια Συνεργασίας</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Παιχνίδια Άμυνας & Επίθεσης και Στρατηγικές Άμυνας & Επίθεσης: 1. Προσπάθεια για «κλέψιμο» της μπάλας από τον αντίπαλο, 2.Τοποθέτηση εαυτού μεταξύ αντιπάλου και στόχου, 3.Κατάσταση εγρήγορσης αντίληψη τι συμβαίνει γύρω τους, 4.Κάθε παίκτης έχει ένα επιθετικό υπό την επίβλεψη του, ισάριθμες ομάδες, 5.Κάλυψη χώρου, άνισες σε αριθμό ομάδες 3vs 2, 1.Πάσα και αλλαγή θέσης, 2.Επιλογή πάσας σε συμπαίκτη που είναι σε καλύτερη θέση, 3. Καλή θέση στον κενό χώρο για να μπορούν να δεχτούν πάσα, 4. Διακρίνω αν πρέπει να πασάρω ή να σουτάρω, 5. Απελευθερώνομαι από τον αντίπαλο και παίρνω καλή θέση, 6. Προστατεύω την μπάλα -Παιχνίδια με δίκτυ ή τοίχο – Στρατηγικές: 1.Αποστολή αντικειμένου πάνω από το δίκτυ ή στον τοίχο, στον κενό χώρο, 2.Κινούμαι και επανατοποθετούμαι για να εξασφαλίσω καλύτερη κάλυψη του δικού μου χώρου (άμυνα), 3.Παίζω με διαφορετικό τρόπο έτσι ώστε ο αντίπαλος να μην προβλέπει εύκολα τι να περιμένει (επίθεση), 4.Είμαι συνέχεια σε εγρήγορση και καλύπτω κενούς χώρους μόνος/η ή σε συνεργασία με τους συμπαίκτες μου (άμυνα), 5.Στοχεύω στους κενούς χώρους (επίθεση), 6.Επικοινωνώ με τους συμπαίκτες μου για να βοηθούμε ο ένας τον άλλο - Παιχνίδια συνεργασίας και επίλυσης κινητικού προβλήματος – Στρατηγικές: 1. Αλληλοβοήθεια για επιτυχία του κοινού στόχου, 2. Βοηθούμε ο ένας τον άλλο για να επιτύχουμε το στόχο μας, 3.Σκεφτόμαστε και συζητούμε τη στρατηγική που θα ακολουθήσουμε, 4.Σκεφτόμαστε και συζητούμε τις στρατηγικές που πιθανόν να εφαρμόσουμε και εμπόδια που θα συναντήσουμε, 5.Βρίσκουμε εναλλακτικές στρατηγικές - Παιχνίδια με Κτύπημα αντικειμένου και τρέξιμο – Στρατηγικές:1.Αποστολή αντικειμένου σε κενό χώρο, 2.Παίρνω θέση για να καλύψω κενούς χώρους, 3.Παίρνω θέση για να καλύψω τους συμπαίκτες μου - Δημιουργία δικού τους παιχνιδιού: 1.Δομικά στοιχεία παιχνιδιών, 2.Συνεργασία με ζευγάρι ή μικρή ομάδα, 3.Επιλογή από εύρος δοσμένων υλικών ή άλλων κριτηρίων <p>Υποστηρικτικό υλικό: Καρτέλες Παιχνιδιών http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi</p>
<p>Π4:συμμετέχουν σε πολιτισμικές δραστηριότητες και αναγνωρίζουν την προέλευσή τους</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Παραδοσιακά παιχνίδια: Τα Λουκκούθκια, Η Συτζιά, Τριάπηδκια, Σκατούλικά, Λιγκρί - Παιχνίδια άλλων χωρών - Προέλευση των παιχνιδιών
<p>Μ1: περιγράφουν την κίνηση και επεξηγούν βασικά στοιχεία του</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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

τρόπου εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων	σχέσεων με αντικείμενα (πάνω, κάτω, - μπροστά, πίσω, κοντά, μακριά, μέσα, ανάμεσα, απέναντι), 5. Έννοιες σχέσεων με ανθρώπους (δίπλα, απέναντι), 6. Κινητικές Δεξιότητες Χειρισμού, 7. Παιχνίδια
M3: 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 - Παροχή επιλογών έτσι ώστε να κάνουν ενδιαφέρουσα μια δραστηριότητα: 1. Επιλογή επιπέδου δυσκολίας, 2. δραστηριοτήτων (απόσταση, χρόνο, ύψος, επαναλήψεις), 3. Επιλογή είδους δραστηριότητας - Τροποποίηση των κανονισμών για ενεργό συμμετοχή όλων - Διαφοροποίηση της εργασίας για επιτυχία όλων: 1. Τρόπους για επιλογή κατάλληλου επιπέδου δυσκολίας για προσωπική επιτυχία - Καθορισμό στόχων που σχετίζονται με ατομική απόδοση και είναι ρεαλιστικοί, συγκεκριμένοι, βραχυπρόθεσμοι - Ποικιλία κινητικών προβλημάτων με μία ή πολλές λύσεις
M4: δίνουν και να δέχονται βοήθεια και ανατροφοδότηση με βάση δοσμένα κριτήρια	<ul style="list-style-type: none"> - Δοσμένα σημεία παρατήρησης και αξιολόγησης: 1. Κινητικές Δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης, Χειρισμού, 2. Σύνθετες δεξιότητες - Αμοιβαία διδασκαλία/ Αλληλοδιδασκαλία: Τα παιδιά γνωρίζουν τα στοιχεία της δεξιότητας που διδάσκεται και προσπαθούν να βοηθήσουν το ζευγάρι τους να τα εκτελέσει σωστά, με επισημάνσεις - Χρήση καρτέλας παρατήρησης και αξιολόγησης: 1. Δοσμένα κριτήρια για κάθε δεξιότητα
M5: συνεργάζονται με όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως ατομικών διαφορών (ικανότητας, χρώματος, κοινωνικών, πολιτισμικών, φύλου, φυλής, θρησκείας)	<ul style="list-style-type: none"> - 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/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 - Παιχνίδια συνεργασίας και επίλυσης κινητικού προβλήματος: 1. Ανάληψη ρόλων και υπευθυνοτήτων και εναλλαγή τους: α. αρχηγού ομάδας, β. μέλους ομάδας
M6: ενισχύουν θετικά την προσπάθεια των άλλων	<ul style="list-style-type: none"> - 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
M7: συμμετέχουν με ασφάλεια σε φυσική δραστηριότητα, αντιδρώντας σωστά στα σήματα	<ul style="list-style-type: none"> - Κανόνες ασφαλείας: 1. Χρήση του χώρου (ατομικού, ορισμένου, γενικού), 2. Χρήση του εξοπλισμού, 3. Εφαρμογή απλών κανόνων που δίνονται από τον εκπαιδευτικό - Κώδικες επικοινωνίας: 1. Σήματα έναρξης/λήξης μιας δραστηριότητας, 2. Οπτική επαφή για οδηγίες, 3. Ακούω ήσυχα

και τις οδηγίες του/της εκπαιδευτικού	οδηγίες - Ρουτίνες: 1.Συγκέντρωση στην αρχή και τέλος του μαθήματος, 2.Στοχοθεσία, αναστοχασμός/αξιολόγηση, 3.Περιμένω τη σειρά μου
M8: παρουσιάζουν κατάλληλη αθλητική συμπεριφορά	Δημιουργία Κώδικα συμπεριφοράς: Επιβράβευση – Κυρώσεις: 1.Με τη συμμετοχή όλων των παιδιών, 2.Στην αρχή σχολικής χρονιάς - 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
M9: παρουσιάζουν κατάλληλη κοινωνική συμπεριφορά	- Δεξιότητες συνεργασίας - Ανάληψη ρόλων και υπευθυνοτήτων: 1.Αρχηγού ομάδας, 2.Μέλος ομάδας - Τρόπους επίλυσης προβλήματος: 1.εντοπισμός δεδομένων και ζητούμενου, 2.εισηγήσεις για τη λύση, 3.εφαρμογή εισηγήσεων (δοκιμή), 4.επιλογή της καλύτερης εισήγησης με βάση των δεδομένων - Τρόπους εργασίας με λιγότερο έτοιμο παιδί και προσαρμογής των ικανοτήτων τους για την επίλυση ενός εφικτού κινητικού προβλήματος: 1.αναγνώριση ικανοτήτων, 2.ανάληψη ρόλων και ευθυνών - Αρχές Τίμιου Παιχνιδιού: 1.Θετική συμπεριφορά σε καταστάσεις νίκης και ήττας, 2.Θετική συμπεριφορά σε παίκτες και αντιπάλους, 3.Ως θεατές χειροκροτούν κάθε καλή προσπάθεια από όποια ομάδα και αν προέρχεται

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΗΣ ΥΛΗΣ – ΤΡΙΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: Στίβος		Περίοδοι διδασκαλίας: 2
Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας	
Στ1: Εφαρμόζουν σύνθετες αθλητικές δεξιότητες σε τροποποιημένα αθλήματα 1. Δρόμων 2. Αλμάτων 3. Ρίψεων	- Τρέξιμο με ελεγχόμενο ρυθμό 30'' - 5' - Δρόμος ταχύτητας 50 – 70 μ. - Σκυταλοδρομίες: 1. Αλλαγή αντικειμένου με περπάτημα/τρέξιμο, απέναντι πλάι (το χέρι που δίνει είναι ίδιο με το χέρι που πιάνει το αντικείμενο), 2.Αλλαγή σκυτάλης, στατικά/με περπάτημα/ τρέξιμο σε ζευγάρια, με πλάτη (το χέρι που δίνει είναι αντίθετο με το χέρι που πιάνει), 3.Αλλαγή σκυτάλης με τρέξιμο σε ομάδες των 4αρων, με πλάτη (το χέρι που δίνει είναι αντίθετο με το χέρι που πιάνει) - Δρόμος ταχύτητας με εμπόδια - Πέρασμα εμποδίων ύψους 40 – 50 εκ. τοποθετημένων σε ίσες αποστάσεις - Εκκίνηση από συσπειρωτική θέση - Ρίψεις αντικειμένων πάνω από τον ώμο σε απόσταση (αφρώδες ακόντιο, vortex, μπαλίτσα 200 γρ.) - Άλμα σε μήκος με φορά 3- 12 βήματα - - Γνωριμία με εκπαιδευτικά όργανα ρίψεων: 1.Σφαίρα :Σπρώξιμο μπαλίτσας 200 γρ. από τον ώμο, από όρθια θέση 2.Δίσκο:Πλάγιο πέταγμα δίσκου, από καθιστή και από όρθια θέση	
M1:ονομάζουν, περιγράφουν και	- Ονομασίες/ορολογίες: 1.Σύνθετες δεξιότητες Στίβου, 2.Κινητικές δεξιότητες Μετακίνησης, Σταθεροποίησης,	

επεξηγούν τον τρόπο εκτέλεσης βασικών στοιχείων σύνθετων δεξιοτήτων σε αθλήματα	Χειρισμού, 3.Κινητικές Έννοιες
M2: παρατηρούν, αξιολογούν και διορθώνουν την κίνησή τους	- Δοσμένα σημεία παρατήρησης και αξιολόγησης: 1.Στοιχεία ανάπτυξης δεξιοτήτων - Αξιοποίηση των σημείων ανατροφοδότησης του εκπαιδευτικού
M3: συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε φυσικές δραστηριότητες εντός σχολικού και εκτός σχολικού περιβάλλοντος	- Ποικιλία δραστηριοτήτων και συχνή εναλλαγή τους: 1.Ενδιαφέρουσες δραστηριότητες, εφικτές στο επίπεδο ικανότητας κάθε μαθητή, 2.Επιλογή επιπέδου δυσκολίας δραστηριοτήτων (απόσταση, χρόνο, ύψος, επαναλήψεις), - Ανατροφοδότηση: 1.Ατομικά: τι έκανε σωστά και πώς να βελτιωθεί το κάθε παιδί, 2.Ομαδικά: τι έκανε σωστά και πώς να βελτιωθεί η ομάδα - Τροποποίηση των κανονισμών για ενεργό συμμετοχή όλων - Διαφοροποίηση της εργασίας για επιτυχία όλων: 1.Τρόπους για επιλογή κατάλληλου επιπέδου δυσκολίας για προσωπική επιτυχία - Καθορισμό στόχων που σχετίζονται με ατομική απόδοση και είναι ρεαλιστικοί, συγκεκριμένοι, βραχυπρόθεσμοι
M5: 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
M7: 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 που δίνονται από τον εκπαιδευτικό - 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
M8: παρουσιάζουν κατάλληλη αθλητική συμπεριφορά	- Δημιουργία Κώδικα συμπεριφοράς: Επιβράβευση – Κυρώσεις: 1.Με τη συμμετοχή όλων των παιδιών, 2.Στην αρχή σχολικής χρονιάς - 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 - Ολυμπισμό - Ολυμπιακά ιδεώδη:1.δίκαιο παιχνίδι, 2.αλληλεγγύη, 3.αμοιβαία κατανόηση, 4.ειρήνη, 5.συμφιλίωση
M9: Παρουσιάζουν κατάλληλη κοινωνική συμπεριφορά	- Δεξιότητες συνεργασίας - Ανάληψη ρόλων και υπευθυνοτήτων: 1.Αφέτης, 2.Χρονομέτρη, 3.Γραμματείας, 4.Κριτή - Τρόπους εργασίας με λιγότερο έτοιμο παιδί και προσαρμογής των ικανοτήτων τους για την επίλυση ενός εφικτού κινητικού προβλήματος: 1.αναγνώριση ικανοτήτων, 2.ανάληψη ρόλων και ευθυνών - Εργασία με τα άλλα παιδιά με ή χωρίς την άμεση επίβλεψη του διδάσκοντα

Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας
Δ1:Αναφέρουν και γνωρίζουν ευκαιρίες άσκησης εκτός του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής	- Ευκαιρίες, χώρους και χρονική στιγμή για άσκηση, εντός και εκτός σχολικού χώρου - Λιγότερο διαδεδομένα αθλήματα ή ασκήσεις για υγεία, για μια ζωή: 1.Δεξιότητες σε ρόδες (ποδηλασία), 2.Δεξιότητες πολεμικών τεχνών (ασιατικές, πάλη κ.λπ.). 3.Δεξιότητες βουνού (ορειβασία, χιονοδρομία, snow-board, αναρρίχηση). 4.Δεξιότητες σε νερό (κολύμβηση, υδατοσφαίριση, aqua aerobic, κωπηλασία και ιστιοπλοΐα), 5.Δεξιότητες ρακέτας (ρακέτες θαλάσσης και σκούζ/ράκετμπωλ). 6.Φυσικές δραστηριότητες αναιγνής μη συναγωνιστικού χαρακτήρα (προσανατολισμό, κυνήγι θησαυρού, τοξοβολία), 7.Δεξιότητες χορού: μοντέρνοι χοροί, breake-dance.
Δ2:Επεξηγούν πως η τακτική άσκηση ωφελεί την υγεία	- Στοιχεία Φυσικής Κατάστασης:1.Καρδιοαναπνευστική αντοχή, 2.Μυϊκή δύναμη, 3.Μυϊκή αντοχή, 4.Ευλυγισία, 5.Σύσταση σώματος - Παράγοντες βελτίωσης της Φυσικής Κατάστασης:1.Συχνότητα,2.Ένταση, 3.Διάρκεια,4.Είδος της άσκησης - Ταξινόμηση ασκήσεων που βελτιώνουν:1.Καρδιοαναπνευστική αντοχή, 2.Μυϊκή δύναμη, 3.Μυϊκή αντοχή, 4.Ευλυγισία - Εντοπισμός καρδιακών σφίξεων μετά από άσκηση μέτριας έντασης σε διάφορα μέρη του σώματος: Καρδιά, Καρωτίδα, Καρπός χεριού, Ποδοκνημική άρθρωση - Επίδραση της άσκησης στην καρδιά. Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τα παιδιά να εντοπίσουν τις καρδιακές σφίξεις μετά από άσκηση, ψηλαφώντας τον παλμό σε διάφορα μέρη του σώματός τους (καρδιά, καρωτίδα, καρπός χεριού, ποδοκνημική άρθρωση), με σκοπό να συσχετιστεί η άσκηση με τη λειτουργία του κυκλοφορικού συστήματος
Δ3:συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε ασκήσεις για υγεία	- Ασκήσεις με σχοινάκι, - Άλματα σε ρυθμό: 1.Με διαφορετικούς τρόπους: ανοικτά - κλειστά, μπροστά - πίσω, σταυρωτά, δεξιά – αριστερά, 2.Με ανοικτά - κλειστά χέρια, 3.Με συγχρονισμό ποδιών χεριών - Ασκήσεις αντίστασης – βάρος σώματος: Κοιλιακοί, ραχιαίοι, κάμψεις - Αερόβιες ασκήσεις (Περπάτημα, Τροχάδην, Ποδήλατο) - Αναερόβιες ασκήσεις - Ασκήσεις για μια ζωή που μπορούν να κάνουν μόνοι τους ή με παρέα (φίλους, οικογένεια) στο σπίτι, στην αυλή, στο πάρκο, στην παραλία, κ.α.
Δ4: θέτουν και αξιολογούν προσωπικούς στόχους για άσκηση για υγεία	- Δημιουργία Ημερολογίου Άσκησης: 1.επιλογή ασκήσεων σε σχέση με τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης, 2.συχνότητα ασκήσεων, 3.ατομικά ή με φίλους ή με μέλη της οικογένειας - Αξιοποίηση της τεχνολογίας:1.χρονόμετρο, 2.βηματόμετρο, 3.Η/Υ
M1:ονομάζουν, περιγράφουν και επεξηγούν τον τρόπο εκτέλεσης βασικών στοιχείων σύνθετων δεξιοτήτων σε αθλήματα	- Ονομασίες/ορολογίες
M3:συμμετέχουν με ευχαρίστηση	- Ποικιλία δραστηριοτήτων και συχνή εναλλαγή τους: 1.Ενδιαφέρουσες δραστηριότητες, εφικτές στο επίπεδο

<p>σε φυσικές δραστηριότητες εντός σχολικού και εκτός σχολικού περιβάλλοντος</p>	<p>ικανότητας κάθε μαθητή, 2.Επιλογή επιπέδου δυσκολίας δραστηριοτήτων (απόσταση, χρόνο, ύψος, επαναλήψεις), 3.Επιλογή είδους δραστηριότητας: Ο εκπαιδευτικός επιλέγει και εφαρμόζει ποικιλία ασκήσεων και τρόπων οργάνωσής τους έτσι ώστε να διαφοροποιούνται ως προς το είδος, τη διάρκεια και την ένταση με αποτέλεσμα να τονιστούν τα στοιχεία της άσκησης για υγεία,</p> <ul style="list-style-type: none"> -Παροχή λογικών εξηγήσεων για συμμετοχή σε μια δραστηριότητα:1.βραχυπρόθεσμα οφέλη από την άσκηση, 2.μακροπρόθεσμα οφέλη από την άσκηση - Καθορισμό στόχων που σχετίζονται με ατομική απόδοση και είναι ρεαλιστικοί, συγκεκριμένοι, βραχυπρόθεσμοι - Ποικιλία κινητικών προβλημάτων με μία ή πολλές λύσεις - Παροχή ποικιλίας στόχων με νόημα για τα παιδιά και την προσωπική βελτίωσή τους σε θέματα:1.Κινητικών δεξιοτήτων, 2.Φυσικής κατάστασης, 3.Συνεργασίας, 4.Ευ Αγωνίζεσθε - Βαθμιαία δυσκολότερες ασκήσεις: Αύξηση του επιπέδου δυσκολίας των ασκήσεων (αφού οι μαθητές έχουν αποκτήσει εμπειρίες επιτυχίας από την εξάσκηση)
<p>M5:συνεργάζονται με όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως ατομικών διαφορών (ικανότητας, χρώματος, κοινωνικών, πολιτισμικών, φύλου, φυλής, θρησκείας)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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 των δεδομένων του προβλήματος - Δεξιότητες διαλόγου:1.Επεξήγηση ιδεών για τη λύση, 2.Κατανόηση ιδεών των άλλων (ακούω), 3.Κατάληξη σε συμφωνία - Παιχνίδια συνεργασίας και επίλυσης κινητικού προβλήματος: 1.Ανάληψη ρόλων και υπευθυνότητων και εναλλαγή τους α. αρχηγού ομάδας, β. μέλους ομάδας, 2.Παιχνίδια προσανατολισμού, Κυνήγι θησαυρού, χρήση χάρτη