



ΣΥΝΕΡΓΑΤΙΚΕΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ

Η θεματική ενότητα της
Γυμναστικής – Ενόργανη
στη διδακτική πράξη

Ιανουάριος 2018
Ομάδα ΑΠ Φυσικής Αγωγής

1. ΕΠΙΔΙΩΞΗ ΣΗΜΕΡΙΝΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ








- ✓ **ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΣΤΗ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΠΡΑΞΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΣΤΗ ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ – ΕΝΟΡΓΑΝΗ**

- ✓ **ΕΠΙΚΕΝΤΡΩΣΗ:**
 - **ΣΤΗΝ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΤΩΝ ΔΕΙΚΤΩΝ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ ΣΤΗ ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΤΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ**
 - **ΣΤΗΝ ΠΟΡΕΙΑ ΜΑΘΗΣΗΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ**
 - **ΣΤΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΑ ΣΗΜΕΙΑ ΚΑΘΕ ΔΕΞΙΟΤΗΤΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΚΜΑΘΗΣΗ, ΒΕΛΤΙΩΣΗ, ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ**
 - **ΣΤΗΝ ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΩΝ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΩΝ**
 - **ΣΤΟΝ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ – ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΜΕΣΑ**
 - **ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ, ΑΤΟΜΙΚΑ, ΖΕΥΓΑΡΙ, ΟΜΑΔΕΣ**
 - **ΣΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ**



ΒΑΣΙΚΕΣ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ



Περπάτημα
Τρέξιμο
Γκάλοπ
Πλάγιο Γκάλοπ
Λίπινγκ
Σκίπινγκ
Κουτσό
Οριζόντιο Άλμα
Κατακόρυφο
Άλμα
Αναρρίχηση

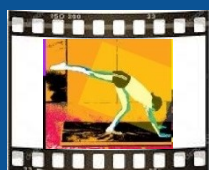
ΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗΣ

Δίπλωση κορμού
Έκταση κορμού
Στροφή
Σταμάτημα
Αλλαγή κατεύθυνσης σε κίνηση
Προσγείωση
Ισορροπίες
Ισορροπία στο ένα πόδι
Ρολάρισμα σώματος (πλάγιο, μπροστά, πίσω)
Γέφυρα
Κατακόρυφος
Τροχός

ΧΕΙΡΙΣΜΟΥ

Χειρισμός μικρών οργάνων:
Μαντήλι
Στεφάνι
Κορδέλα
Σχοινάκι
Μπάλα

ΒΑΣΙΚΕΣ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ



ΓΝΩΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ

Μέρη σώματος. Κινήσεις μερών Σώματος, Σχήματα σώματος



ΓΝΩΣΗ ΧΩΡΟΥ

Πεδία, Επίπεδα, Κατευθύνσεις, Διαδρομές



ΓΝΩΣΗ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑΣ

Δύναμη, Χρόνος, Ροή



ΓΝΩΣΗ ΣΧΕΣΕΩΝ ΜΕ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ

Καθρέπτισμα, Σκιά, Μαζί ταυτόχρονα, Μαζί χωριστά, Εναλλάξ, Ταυτόχρονα, Ζευγάρια. Ομάδες



ΓΝΩΣΗ ΣΧΕΣΕΩΝ ΜΕ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ

Πάνω από, κάτω από, μέσα, έξω, ανάμεσα, μπροστά, πίσω, στο πάνω μέρος, στο κάτω μέρος, μέσα από, γύρω από










Εξελικτική Πορεία Μάθησης και Κατάκτησης Κινητικών Δεξιοτήτων

Γνωριμία – Ανάπτυξη - Εφαρμογή








Βασικές Δεξιότητες Σταθεροποίησης	Α' τάξη	Β' τάξη	Γ' τάξη	Δ' τάξη	Ε' τάξη	Στ' τάξη
Σταμάτημα						
Αλλαγή κατεύθυνσης						
Προσγείωση						
Ισορροπία στο ένα πόδι						
Αυχενική στήριξη						
Γέφυρα						
Κατακόρυφος στήριξη						
Ρολάρισμα Σώματος – πλάγιο τεντωμένο						
Ρολάρισμα Σώματος – πλάγιο κουλουριασμένο						
Ρολάρισμα Σώματος Μπροστά – Κυβίστηση						
Ρολάρισμα Σώματος Πίσω – Ανακυβίστηση						
Τροχός						
Δίπλωση Κορμού						
Έκταση Κορμού						

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ: Δείκτες Επιτυχίας + Επάρκειας

Δείκτες Επιτυχίας

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- Γ1:** Εκτελούν ικανοποιητικά βασικές κινητικές δεξιότητες μετακίνησης
- Γ2:** Εκτελούν ικανοποιητικά βασικές κινητικές δεξιότητες σταθεροποίησης
- Γ3:** Εκτελούν ικανοποιητικά βασικές κινητικές δεξιότητες χειρισμού
- Γ4:** Εκτελούν συνδυασμό κινητικών δεξιοτήτων μετακίνησης, σταθεροποίησης/χειρισμού
- Γ5:** Εκτελούν συνδυασμό βασικών κινητικών δεξιοτήτων με κινητικές έννοιες
- Γ6:** Δημιουργούν και παρουσιάζουν ρουτίνες κινητικών δεξιοτήτων

Δείκτες Επιτυχίας

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- M1:** περιγράφουν την κίνηση και επεξηγούν βασικά στοιχεία του τρόπου εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων
- M2:** παρατηρούν, αξιολογούν και διορθώνουν την κίνησή τους
- M3:** επεξηγούν με απλά λόγια πως η τακτική άσκηση ωφελεί την υγεία
- M4:** συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε φυσικές δραστηριότητες εντός σχολικού και εκτός σχολικού περιβάλλοντος
- M5:** δίνουν και να δέχονται βοήθεια και ανατροφοδότηση με βάση δοσμένα κριτήρια
- M6:** συνεργάζονται με όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως ατομικών διαφορών (ικανότητας, χρώματος, κοινωνικών, πολιτισμικών, φύλου, φυλής, θρησκείας)
- M7:** ενισχύουν θετικά την προσπάθεια των άλλων
- M8:** συμμετέχουν με ασφάλεια σε φυσική δραστηριότητα, αντιδρώντας σωστά στα σήματα και τις οδηγίες του/της εκπαιδευτικού
- M9:** παρουσιάζουν κατάλληλη κοινωνική συμπεριφορά

Η Γυμναστική είναι η θεματική που δίνει ιδιαίτερη έμφαση:

- ✓ στη μάθηση δεξιοτήτων που αφορούν τον έλεγχο της κίνησης του σώματος
- ✓ στην επίλυση κινητικών προβλημάτων μέσα από την εφαρμογή του κινητικού αλφαβήτου.
- ✓ στην ποιότητα της κίνησης και στα χαρακτηριστικά της όπως η ισορροπία, η ευκινησία, η ταχύτητα, ο συντονισμός και ο έλεγχος του σώματος.
- ✓ στην παρουσίαση των δεξιοτήτων με σώμα καλοσχηματισμένο και ευθυτενές, στη ροή της κίνησης, στην αλλαγή ταχύτητας, επιπέδων και κατεύθυνσης
- ✓ στο αισθητικό αποτέλεσμα.
- ✓ στις ατομικές ικανότητες και στο προσωπικό ενδιαφέρον των παιδιών αξιοποιώντας ποικιλία ερεθισμάτων όπως μουσική, διάφορα όργανα, ατομικές και ομαδικές δραστηριότητες.



ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Διδακτικά Σημεία Προσοχής

ΠΟΡΕΙΑ ΜΑΘΗΣΗΣ

Επίλυση κινητικού προβλήματος

Εξάσκηση/Σημεία διδασκαλίας

Βελτίωση/Ποιότητα Κίνησης

Εκτέλεση/Εφαρμογή

Παρουσίαση/Θέαση

Παρατήρηση/Αξιολόγηση



ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΩΝ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΩΝ

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ: ΥΛΙΚΑ & ΜΕΣΑ

Ποικίλα ερεθίσματα

Ποικίλα, κατάλληλα και ασφαλή υλικά

Ποικίλα μέσα

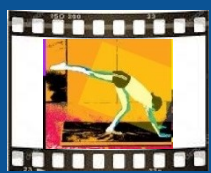
Κατάλληλη Μουσική

ΕΡΓΑΣΙΑ

Ατομική

Ζευγάρια

Μικρή Ομάδα



ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

Μεθοδολογία – Στυλ διδασκαλίας

Φάσμα Στυλ διδασκαλίας

Α Β Γ Δ Ε

Α. ΠΑΡΑΓΓΕΛΜΑ

Β. ΣΤΑΘΜΟΙ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Γ. ΑΜΟΙΒΑΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ

Δ. ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΣ

Ε. ΜΗ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ

Σ Τ Ζ Η Θ Ι Κ

Στ. ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΕΦΕΥΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ

Ζ. ΣΥΓΚΛΙΝΟΥΣΑ ΕΦΕΥΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ

Η. ΑΠΟΚΛΙΝΟΥΣΑ ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟΤΗΤΑ

Θ. ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Ι. ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΜΑΘΗΤΗ

Κ. ΑΥΤΟΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ

Ποιος παίρνει τις αποφάσεις;

Εκπαιδευτικός

Παιδί