

Φυσική Αγωγή (Φ.Α.) και Τεχνολογίες Πληροφορίας και Επικοινωνιών (Τ.Π.Ε.)

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η Φυσική Αγωγή συμβάλλει στη δημιουργία των αυριανών δημοκρατικών πολιτών, οι οποίοι θα αγαπήσουν την άσκηση και θα την κάνουν καθημερινό τρόπο ζωής. Μέσα από το μάθημα, επιδιώκεται τα παιδιά να αναπτύξουν, βελτιώσουν και εφαρμόσουν κινητικές δεξιότητες σε ποικίλες αθλητικές δραστηριότητες και ταυτόχρονα να διαμορφώσουν μια ολοκληρωμένη κοινωνική προσωπικότητα, καλλιεργώντας και αναπτύσσοντας τη συλλογικότητα, την αλληλεγγύη, την ευγενή άμιλλα, την αγωνιστικότητα και το σεβασμό σε κανόνες, σε ηθικές και κοινωνικές αξίες.

Οι Τ.Π.Ε. χρησιμοποιούνται στο μάθημα της Φ.Α. με σκοπό τη βελτίωση της κατανόησης και αύξησης του ενθουσιασμού των παιδιών. Αποτελούν σημαντικό μαθησιακό εργαλείο, όμως δεδομένου του χρόνου που δίνεται για το μάθημα Φ.Α. στο Δημοτικό αλλά και του σκοπού του για φυσική δραστηριότητα επιβάλλεται να μελετηθεί λεπτομερώς ο τρόπος εφαρμογής και αξιοποίησής του.

Μέσα από τα ΝΑΠ τονίζεται η άριστη, δόκιμη και συνετή αξιοποίηση Τ.Π.Ε. στη διδασκαλία της Φ.Α. χωρίς να είναι σε βάρος της κινητικής δραστηριοποίησης των παιδιών.

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ ΤΠΕ ΣΤΗ Φ.Α.

1. Χρήση του λογισμικού «Παρατηρώντας την κίνηση των Παιδιών»
2. Χρήση του βιβλίου «Φυσική Αγωγή και διαδίκτυο - Επιμορφωτικό Υποστηρικτικό Υλικό για την Ενσωμάτωση των Τεχνολογιών Πληροφορίας και Επικοινωνίας (ΤΠΕ) στη μαθησιακή διαδικασία»
3. Βιντεοπαρουσίαση: Βασικές κινητικές δεξιότητες

1.Χρήση του λογισμικού «Παρατηρώντας την κίνηση των παιδιών»

Κλειστού τύπου λογισμικό το οποίο περιλαμβάνει πολυμεσικές παρουσιάσεις. Παρουσιάζει βασικές κινητικές δεξιότητες και τα στάδια ανάπτυξής τους στις μικρές ηλικίες του δημοτικού σχολείου. Παρέχει τη δυνατότητα στους μαθητές να παρατηρούν και να περιγράφουν βασικές κινητικές δεξιότητες. Βοηθά τα παιδιά να εκτελούν σωστά βασικές κινητικές δεξιότητες και να τις αξιολογούν. Κατάλληλο για τις Α'-Γ' τάξεις.

Στα μαθήματα που προτείνονται από την Ομάδα Ν.Α.Π. και υπάρχουν στο διαδίκτυο προτείνεται η χρήση των Τ.Π.Ε. για παρατήρηση από μέρους των παιδιών **κινητικών μοντέλων** κυρίως μέσω του λογισμικού που υπάρχει σε όλα τα σχολεία «Παρατηρώντας τη κίνηση των Παιδιών» (Βλ. Ενότητα 3: Μάθημα 4 και 5 : Ρίξιμο από πάνω http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/ekpaideftiko_yliko_a_taxi.html)

http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/ypostirikτικο_υλικο/fa_ep_iliko_dim_logismiko_01.pdf

Η μάθηση με τη βοήθεια παρατήρησης μοντέλων είναι ένας από τους πιο άμεσους και αποτελεσματικούς τρόπους για να μάθουν τα παιδιά τις κινητικές δεξιότητες και στο λογισμικό «Παρατηρώντας την κίνηση των παιδιών» υπάρχουν για τον/την εκπαιδευτικό τα ακόλουθα κινητικά μοντέλα για τις ακόλουθες κινητικές δεξιότητες: **τρέξιμο, γκάλοπ, κατακόρυφο άλμα, πλάγιο ρολάρισμα σώματος, ρίξιμο πάνω από τον ώμο, πιάσιμο, κτύπημα μπάλας με ρακέτα.**

Επιπλέον ο/η εκπαιδευτικός από το συγκεκριμένο λογισμικό μπορεί να αντλήσει πληροφορίες για τα σημεία διδασκαλίας της κάθε κινητικής δεξιότητας και να επιλέξει και δραστηριότητες που αφορούν τη διδασκαλία της.

2.Χρήση του βιβλίου «Φυσική Αγωγή και διαδίκτυο - Επιμορφωτικό Υποστηρικτικό Υλικό για την Ενσωμάτωση των Τεχνολογιών Πληροφορίας και Επικοινωνίας (ΤΠΕ) στη μαθησιακή διαδικασία»

Στο παρόν στάδιο προτείνονται διαθεματικές προσεγγίσεις σε συνεργασία με τον/την εκπαιδευτικό που διδάσκει το μάθημα της Γλώσσας, όπως αυτές προτείνονται από το Βιβλίο «Επιμορφωτικό Υποστηρικτικό Υλικό για την Ενσωμάτωση των Τεχνολογιών Πληροφορίας και Επικοινωνίας (ΤΠΕ) στη μαθησιακή διαδικασία Φυσική Αγωγή και Διαδίκτυο». Προς διευκόλυνση των εκπαιδευτικών τα αρχεία που χρειάζονται για την εφαρμογή των διαθεματικών προσεγγίσεων επισυνάπτονται στον πίνακα που ακολουθεί.

Επιπρόσθετα, στο συγκεκριμένο βιβλίο υπάρχουν και 10 ιστοσελίδες, πηγές αναφοράς για τον/την εκπαιδευτικό.

Και για τις δύο πηγές που προαναφέρονται υπάρχει σχετική αναφορά στη σελίδα της Φ.Α. για τη Δημοτική Εκπαίδευση στην υποσελίδα που αναφέρεται στο Υποστηρικτικό υλικό http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/ypostirikτικο_υλικο.html

3. Βιντεοπαρουσίαση: Βασικές κινητικές δεξιότητες

Η βιντεοπαρουσίαση βρίσκεται στην υποσελίδα της Φ.Α. **Αναλυτικό πρόγραμμα** κάτω από τον τίτλο **Θεωρητικό Πλαίσιο Φ.Α.:**

http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/analytiko_programma.html

και αποτελεί βοήθημα για τους εκπαιδευτικούς που διδάσκουν το μάθημα έτσι ώστε να αντιληφθούν τα σημεία διδασκαλίας των **βασικών κινητικών δεξιοτήτων** με κείμενο, με εικόνα αλλά και με βίντεο. Στα πλείστα βίντεο που παρουσιάζονται, πέρα από τα σημεία διδασκαλίας της κινητικής δεξιότητας, παρουσιάζεται η δεξιότητα στο **αρχικό στο ενδιάμεσο και στο ώριμο στάδιο**. Αυτό βοηθά τον/την εκπαιδευτικό να διαγνώσει σε πιο στάδιο βρίσκονται οι μαθητές του/της και με τις κατάλληλες παρεμβάσεις να βοηθήσει τα παιδιά σταδιακά να κατακτήσουν τη δεξιότητα.

Πιο κάτω παρουσιάζεται στον πίνακα αναλυτικά πως αξιοποιήθηκε μέχρι στιγμής το **λογισμικό «Παρατηρώντας την κίνηση των παιδιών»** στα μαθήματα που προτάθηκαν από την ομάδα των ΝΑΠ και παρουσιάζονται και οι προτάσεις για διαθεματικές προσεγγίσεις από το **βιβλίο Φ.Α. και διαδίκτυο** με τα επισυναπτόμενα αρχεία που θα χρειαστεί ο εκπαιδευτικός.

Θεματική Ενότητα	Εργαλείο
Ημερήσια Σχέδια Εργασίας Α΄Τάξης	
Ενότητα 3:Μάθημα 4 και 5: Ρίζιμο από πάνω	Λογισμικό «Παρατηρώντας την κίνηση των Παιδιών» - Παρουσίαση του κινητικού μοντέλου στο ώριμο στάδιο
Διαθεματική προσέγγιση σε συνεργασία με τον εκπαιδευτικό που διδάσκει το μάθημα της Γλώσσας	
<p><u>Δημιουργώ το δικό μου παιχνίδι</u> Υπάρχει ενότητα στην Β΄τάξη για τα παιχνίδια (χωρίς να αποκλείεται να μπορεί να αναπτυχθεί το θέμα και σε άλλες τάξεις) και μπορούν να χρησιμοποιηθούν οι ιστοσελίδες που προτείνονται για τους σκοπούς του μαθήματος των Ελληνικών. Επίσης μπορεί να εξεταστεί μέσα από τη θεματική ενότητα Ευρώπη όπου τα παιδιά αφού μελετήσουν παιχνίδια από ευρωπαϊκές χώρες να καταλήξουν στη δημιουργία του δικού τους παιχνιδιού.</p>	<p>Βιβλίο Φυσική Αγωγή και Διαδίκτυο σελ. 59 Power point Word Διαδίκτυο http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/ypostiriktiko_yliko/fa_ep_liko_dim_vivlia_diadiktio_01.pdf</p>
<p><u>Τι κάνω τον ελεύθερο μου χρόνο</u> _Η ιστοεξερεύνηση έχει σχέση με ποιο είδος αθλητικής ενασχόλησης θα μπορούσαν να έχουν τα παιδιά τον ελεύθερο τους χρόνο. Με την ιστοεξερεύνηση τα παιδιά καλούνται να επιχειρηματολογήσουν για την επιλογή τους να διερευνήσουν το κόστος, τον εξοπλισμό ή ακόμα και αν χρειάζονται να πάρουν ιδιαίτερα μαθήματα για να μπορέσουν να αντεπεξέλθουν.</p>	<p>Βιβλίο Φυσική Αγωγή και Διαδίκτυο σελ. 55 Ιστοεξερεύνηση (Power point – Word- Διαδίκτυο) http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/ypostiriktiko_yliko/fa_ep_liko_dim_vivlia_diadiktio_01.pdf</p>

Δημιουργώ το δικό μου παιχνίδι

Βιβλίο Φυσική Αγωγή και Διαδίκτυο σελ. 59

Power point

Word

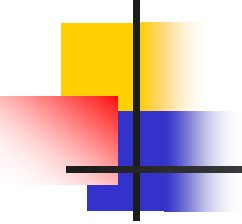
Διαδίκτυο

http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/vpostiriktiko_vliko/fa_ep_iliko_dim_vivlia_diadiktio_01.pdf

Τα χαρακτηριστικά των παιχνιδιών

Τώρα που παίξατε το παιχνίδι
απαντήστε τις πιο κάτω ερωτήσεις και
ονομάστε τα χαρακτηριστικά του!



- 
-
- Οι ερωτήσεις θα σας βοηθήσουν να βρείτε τη λέξη/χαρακτηριστικό που λείπει στον τίτλο



X _ _ _ _



- Πού παίζατε το παιχνίδι;
- Ποιες οι διαστάσεις του X _ _ _ _;
- Υπήρχαν όρια; (π.χ. γραμμές)





λ _ _ _

- Χρησιμοποιήκατε κάποια
_ λ _ _ _ για να
παίξετε το παιχνίδι;



- Ποια _ λ _ _ _
χρησιμοποιήσατε;



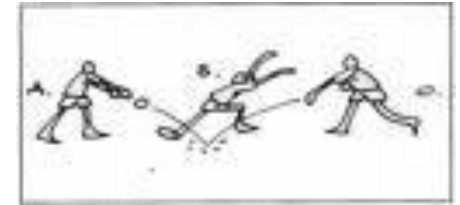
Δ_ά_ξ_ Υλικών



- Πώς τοποθετήσατε τα υλικά;
- Με ποιο τρόπο;
 1. Σε σειρά;
 2. Ζικ ζακ;
 3. Κλπ.



Ρ _ _ _ _ παικτών



- Τι έκανε ο κάθε παίκτης;
- Ποιους ρ _ _ _ _ _ ανέλαβαν οι παίκτες;



Δι_ _ _ α_ _ Παικτών



- Πού στέκονταν οι παίκτες;
- Πώς κινούνταν οι παίκτες;
- Υπήρχαν κανόνες μετακινήσεις;



Σ _ _ _ _ _ παιχνιδιού



- Πότε τελειώνει το παιχνίδι;
- Ποιος κερδίζει;



Β _ θ _ _ _ _ _



- Υπήρχε β _ θ _ _ _ _ _ ;
- Πότε κερδίζατε βαθμούς;
- Πότε χάνατε βαθμούς;

HOME	PERIOD	VISITOR
21	2	8

— ΟΙ — — —

- Υπήρχαν τιμωρίες όταν παραβιάζατε κάποιον κανόνα;
- Ποιες ήταν οι τιμωρίες ή οι —ΟΙ— — —;





Τα χαρακτηριστικά του παιχνιδιού είναι:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

- 5.
- 6.
- 7.
- 8

Γ.2.2.1 – Έντυπο Ανάλυσης Παιχνιδιού

Συστατικά Παιχνιδιού	Παραδείγματα	Το παιχνίδι που διάλεξες Όνομα παιχν. _____	Το δικό σας παιχνίδι Όνομα παιχν. _____
Χώρος	Κύκλος με διάμετρο 4μ. Γήπεδο καλαθόσφαιρας. Όλη η αυλή του σχολείου.		
Υλικά	Σχοινί 20μ. 2 μπάλες. 1 μαντήλι.		
Διάταξη Υλικών	6 -7 κεραμιδάκια το ένα πάνω στο άλλο. Στήνουν όλες τις μπίλιες στη σειρά.		
Ρόλοι	Σκατουλιέρης. Αρνάκι / λύκος. Μέλισσα με τα μελισσόπουλα.		
Διάταξη παικτών	Όλοι σε κύκλο. Φτιάχνουν μια γραμμή ο ένας πίσω από τον άλλο.		
Στόχος Παιχνιδιού	Όποιος φτάσει στη γραμμή πρώτος. Όποιος μένει ακίνητος.		
Ποινές /Βαθμολογία	Όποιος δε βάζει τη μπίλια του στη λακούβα βγαίνει από το παιχνίδι. Αν η μάγισσα πιάσει κάποιο παιδί, τότε αυτό γίνεται μάγισσα		



Γ.2.2.2 – Αξιολόγηση παιχνιδιών – Βαθμός Ικανοποίησης από το παιχνίδι

Σημειώνω αυτό που ταιριάζει καλύτερα για το κάθε παιχνίδι που έπαιξα: (χρησιμοποιώ διαφορετικό χρώμα για κάθε παιχνίδι)																												
Συμμετοχικότητα	Παίζουν όλοι μέχρι το τέλος				4				Σταδιακά βγαίνουν κάποιοι από το παιχνίδι				3				2				Βγαίνουν οι περισσότεροι γρήγορα από το παιχνίδι				1			
	5																											
Κινητικότητα	Εξουθενωμένος				4				Κάπως κουρασμένος				3				2				Δεν κουράστηκα καθόλου				1			
	5																											
Εύκολες Οδηγίες	Το κατάλαβα από την πρώτη				4				Μερικές από τις οδηγίες με δυσκόλεψαν				3				2				Δεν κατάφερα να καταλάβω το παιχνίδι				1			
	5																											
Ενθουσιασμός	Με ενθουσίασε. Θέλω πολύ να το ξαναπαιζω				4				Ήταν καλό				3				2				Ανιαρό				1			
	5																											
Βαθμολογίες	Συμμετοχικότητα				Κινητικότητα				Εύκολες Οδηγίες				Ενθουσιασμός				Συνολική Βαθμολογία											
	1ο	2ο	3ο	4ο	1ο	2ο	3ο	4ο	1ο	2ο	3ο	4ο	1ο	2ο	3ο	4ο	1ο	2ο	3ο	4ο	1ο	2ο	3ο	4ο				
Καλύτερο Παιχνίδι																												

Τι κάνω τον ελεύθερο μου χρόνο

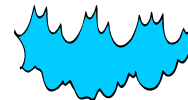
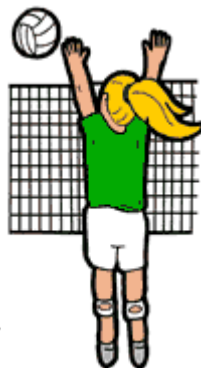
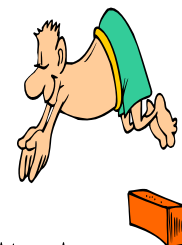
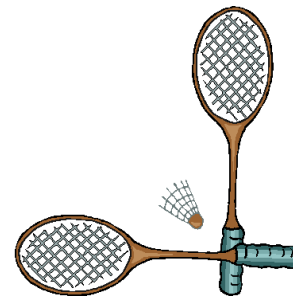
Βιβλίο Φυσική Αγωγή και Διαδίκτυο σελ. 55

Ιστοξερεύνηση

(Power point – Word- Διαδίκτυο)

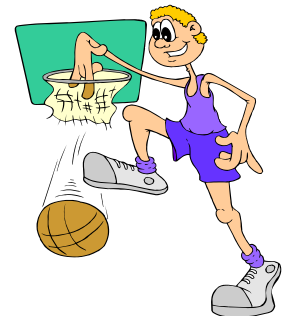
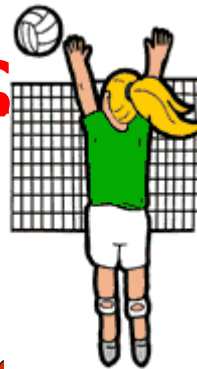
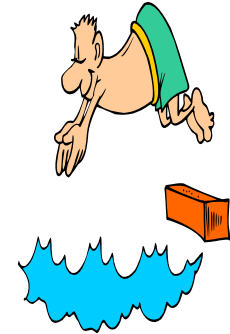
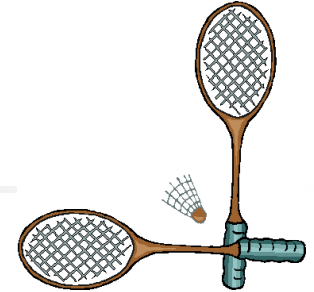
http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/fysiki_agogi/ypostiriktiko_yliko/fa_ep_iliko_dim_vivlia_diadiktio_01.pdf

Αθλητική Δραστηριότητα για μια ζωή



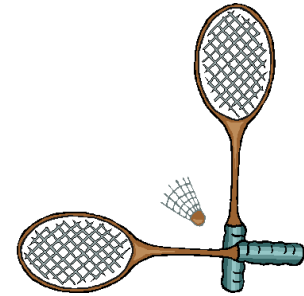
Περιεχόμενα

- ✿ Εισαγωγή
- ✿ Πρόβλημα
- ✿ Διαδικασία
- ✿ Πηγές αναφοράς
- ✿ Συμπέρασμα





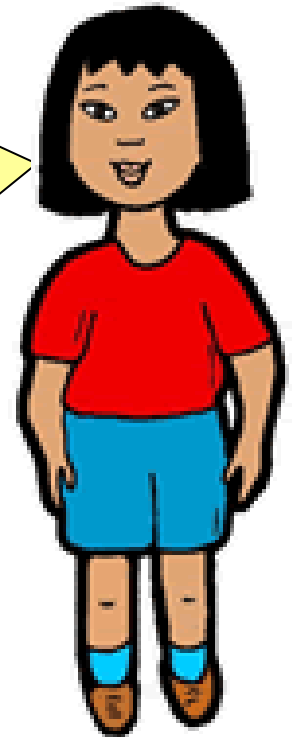
Εισαγωγή



Δεν μπορείτε να κάνετε το μάθημα της Φυσικής Αγωγής σήμερα:

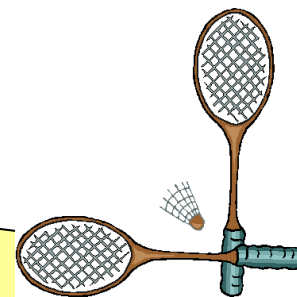
Τι κρίμα!!

Για τους πιο πολλούς μαθητές, η Φυσική Αγωγή είναι το αγαπημένο τους μάθημα. Φαντάζομαι και σεις την αγαπάτε και την επόμενη φορά θα συμμετέχετε κανονικά στο μάθημα!

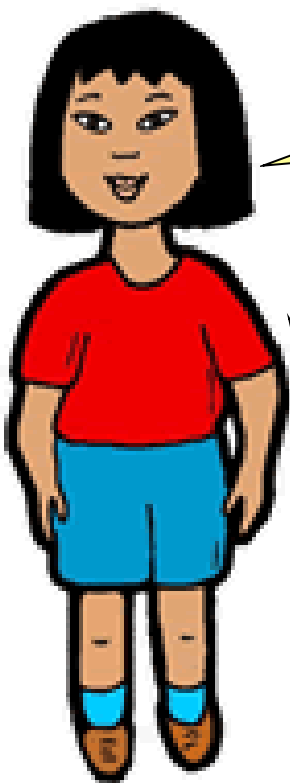




Πρόβλημα



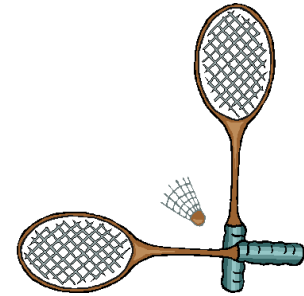
Τώρα λοιπόν... θα ήθελα να...
επιλέξεις μια αθλητική
δραστηριότητα που θα
ήθελες να κάνεις και μετά που
θα τελειώσεις το σχολείο.



Δυστυχώς, όταν μεγαλώνουμε και τελειώνουμε το σχολείο, δεν έχουμε τόσους φίλους για να παίζουμε πολλά παιχνίδια όπως κάνουμε στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής. Οι αθλητικές δραστηριότητες που κάνουν οι μεγάλοι δεν απαιτούν πολλά άτομα. Μερικά τέτοια παραδείγματα είναι: τροχάδην, κολύμβηση, τένις, καταδύσεις, κωπηλασία, κανό, περπάτημα. Υπάρχουν πολλές αθλητικές δραστηριότητες που μπορεί να επιλέξει κάποιος για να ασχοληθεί για μια ζωή.

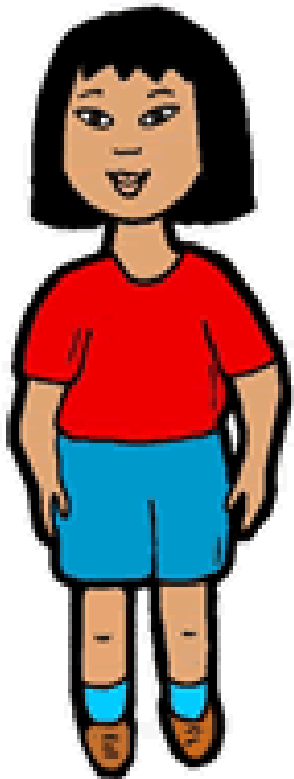


Διαδικασία



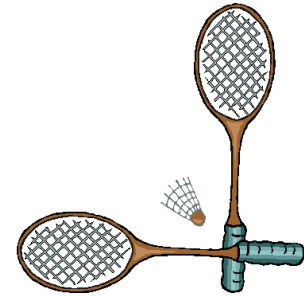
- Τύπωσε το φύλλο εργασίας.
- Δες τις ιστοσελίδες που αναφέρονται στις πηγές αναφοράς.
- Απάντησε στις ερωτήσεις του «φύλλου εργασίας».
- Επέστρεψε ολοκληρωμένο το φύλλο εργασίας στο/η δάσκαλο/λα σου.

Έχεις 30'! Καλή επιτυχία!





Πηγές αναφοράς

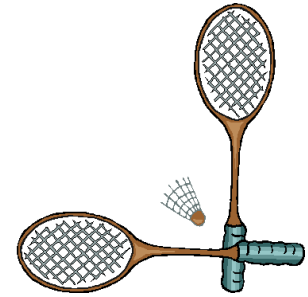


- <http://www.sportsnet.gr/3/g31.html>
- [Υγεία και Αθλητισμός](#)
- <http://www.sport-koa.org.cy/federations.shtm>
- <http://dir.forthnet.gr/698-0-gr.html>
- <http://www.e-child.gr/AthlitikesOmospondies.asp>





Συμπέρασμα



1. Κάποιος διατηρείται Υγιής όταν:

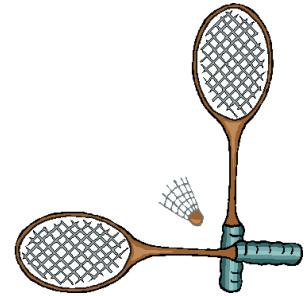
- **γυμνάζεται συστηματικά, σχεδόν καθημερινά**

2. Κάποιος επιλέγει αθλητικές δραστηριότητες:

- **ευχάριστες, που μας αρέσουν**
- **κατάλληλες**
- **προσιτές**
- **οικονομικές**

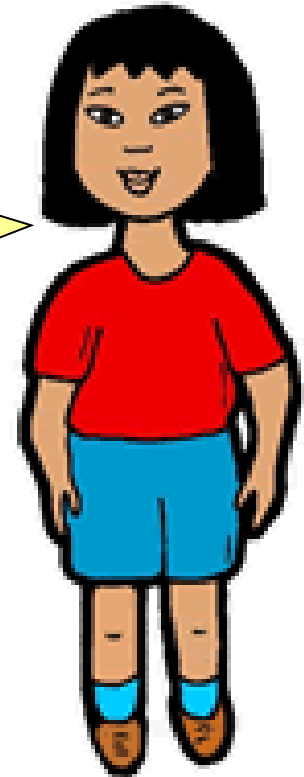


Συμπέρασμα



Μετά από το σημερινό μάθημα
εξερεύνησης του ίντερνετ,
έχεις επιλέξει μια
δραστηριότητα που μπορείς
και επιθυμείς να ακολουθήσεις!

Τι μπορείς να κάνεις τώρα για να
πραγματοποιήσεις την
απόφασή σου;



Γ.2.1.1 – Φύλλο Εργασίας: Αθλητική δραστηριότητα για μια ζωή



ΜΑΘΗΜΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Αθλητική δραστηριότητα για μια ζωή

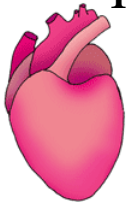


Όνομα: Τάξη:

Ημερομηνία:



Απαντήστε τις πιο κάτω ερωτήσεις.



1. Ποια αθλητική δραστηριότητα διάλεξες για να κάνεις στη μετέπειτα ζωή σου;

.....
.....
.....

2. Τι θα πετύχεις πραγματοποιώντας την αθλητική δραστηριότητα που διάλεξες;



.....
.....
.....

3. Πού, σε ποιο χώρο μπορείς να κάνεις αυτή τη δραστηριότητα; Υπάρχει κάποιο κόστος;



.....
.....
.....

4. Χρειάζεσαι κάποιο ειδικό εξοπλισμό; Έχει κάποιο κόστος;

.....
.....
.....

5. Θα χρειαστείς ειδικά μαθήματα προτού απολαύσεις την αθλητική δραστηριότητα που διάλεξες;

.....
.....
.....

