

ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Γενικός Σκοπός κατά τάξη/συνδυασμό τάξεων, ανάλογα με το πώς αναπτύχθηκαν μέχρι τώρα οι Δείκτες.

A', B', Γ' Γυμνασίου και A' Λυκείου:

Οι μαθητές/τριες με το τέλος του προγράμματος πρέπει να είναι σε θέση:

- να εκτελούν με ποιότητα ανεπτυγμένα πρότυπα κινητικών δεξιοτήτων ομαδικών και ατομικών αθλημάτων,
- να εκτελούν σύνθετους επιθετικούς και αμυντικούς συνδυασμούς σε διάφορα αθλήματα,
- να αναγνωρίζουν την αξία της σωστής διατροφής και να υιοθετούν τη σωστή διατροφή και άσκηση ως τρόπο ζωής,
- να αναγνωρίζουν, ως μέσο εξασφάλισης καλής φυσικής κατάστασης και υγείας, την αερόβια άσκηση, τη δύναμη, την ευκινησία και την ευλυγισία και να τις καλλιεργούν,
- να αναγνωρίζουν τη σημασία καθορισμού στόχων και το ρόλο της συνεχούς εξάσκησης για τη βελτίωση της απόδοσης,
- να αναγνωρίζουν τις διαφορές μεταξύ των ατόμων και να συνεργάζονται μεταξύ τους εντός και εκτός σχολικού περιβάλλοντος,
- να αναγνωρίζουν τους όρους «Ευ Αγωνίζεσθαι», «δίκαιο παιγνίδι», «ολυμπιακά ιδεώδη» και να τα ενσωματώνουν κατάλληλα εντός και εκτός σχολικού περιβάλλοντος,
- να συμπεριφέρονται κατάλληλα ως θεατές/φίλαθλοι εντός και εκτός σχολικού περιβάλλοντος.

Επιπρόσθετα, στην A' Λυκείου το πρόγραμμα σπουδών εστιάζεται και στη διερεύνηση και αξιοποίηση των θεμελιακών-πυρηνικών γνώσεων και δεξιοτήτων που αποκτήθηκαν στο Γυμνασιακό κύκλο.

B' και Γ' Λυκείου:

Δίνεται έμφαση στην ικανότητα σύνθεσης νέων κινητικών προτύπων με βάση τις αρχές της αθλητικής επιστήμης, για την αποτελεσματική συμμετοχή των μαθητών/τριών σε φυσικές δραστηριότητες αναλόγως των ενδιαφερόντων τους και ικανότητα προσαρμογής σε διαφορετικά περιβάλλοντα. Καθώς επίσης και ανάπτυξη ατομικών προγραμμάτων εκγύμνασης που να εξυπηρετούν τις προσωπικές ανάγκες τους (ψυχαγωγία – ελεύθερος χρόνος – δια βίου ενασχόληση με φυσική δραστηριότητα) .

Στη B' και Γ' Λυκείου δίδεται έμφαση στην Ολυμπιακή Παιδεία ως ένας τρόπος συμπεριφοράς, μια νοοτροπία ζωής. Η βίωση των Αρχών και Αξιών του Ολυμπισμού μέσα από τη συμμετοχή σε διάφορες αθλητικές δραστηριότητες, καθιστά τους μαθητές ικανούς να ενστερνιστούν τις παναθρώπινες αξίες που πρεσβεύει ο αθλητισμός.

Επιπρόσθετα, στη Β΄ Λυκείου η θεματική ενότητα «Πρώτες Βοήθειες» προετοιμάζει τους μαθητές/τριες για την αντιμετώπιση της κατάστασης ενός ανθρώπου που τραυματίσθηκε ή υπέστη κάκωση ή παρουσίασε άλλο πρόβλημα με την υγεία του.