

# ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΝΕΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ 2010-2011

**ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ  
ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗ**

**ΕΚΠΟΝΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ:**

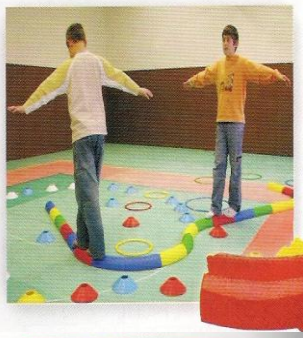

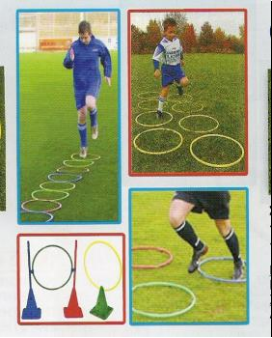
**ΓΙΩΡΓΟΣ ΑΧΝΙΩΤΗΣ, Καθηγητής Φυσικής Αγωγής**



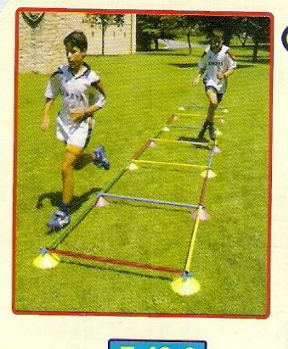
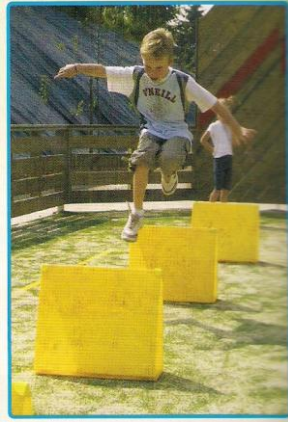
**ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΕ:**

**ΛΙΑΝΑ ΚΟΥΠΕΠΙΔΟΥ, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής**

# ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ


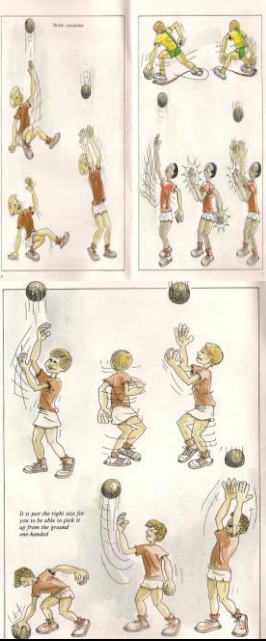
## Α΄ Γυμνασίου

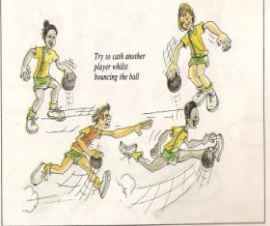


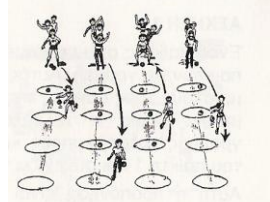

1 <sup>ος</sup> ΣΚΟΠΟΣ ( 1 <sup>ο</sup> μάθημα)		Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτών		
4 <sup>ος</sup> στόχος		<ul style="list-style-type: none"> <li>Συνδυασμός βασικών κινητικών δεξιοτήτων.</li> </ul>		
Επιδιώξεις	Περιεχόμενα	Χρόνος	Οργάνωση	
			Σημεία έμφασης	
<b>Κύρια επιδίωξη</b>  1. Να αποκτήσουν τη δυνατότητα κίνησης και ρυθμού σε απλή μορφή. 2. Να καλλιεργήσουν το ρυθμό τους.  <b>Επιμέρους επιδιώξεις</b>  1. Να μπορούν να κινούνται σε διάφορες κατευθύνσεις εναλλάσσοντας τον ρυθμό και τη μορφή της κίνησης. 2. Να μπορούν να εκτελούν αλματάκια, περάσματα, σταματήματα με τη χρήση ποικιλίας μέσων.  <b>ΜΕΣΑ</b>  Στίβος ή σχολική αυλή ή κλειστή αίθουσα αθλοπαιδιών, κώνοι, στεφάνια επίπεδα, εμπόδια από PVC, στρωματάκια, τούβλο πλαστικό ισορροπίας σχοινάκια ή μπάλες.	Συζητήστε για τη χρησιμότητα βασικών κιν. δεξιοτήτων τόσο στον αθλητισμό όσο και στην καθημερινότητα	3΄	<b>Προθέρμανση</b>  Οι μαθητές σε ημικύκλιο  Τονίστε τη σημαντικότητα της σωστής εκτέλεσης των κινητικών δεξιοτήτων.	
	Προθέρμανση με δρομικές ασκήσεις. Τρέξιμο σε ρυθμό προθέρμανσης	7΄		
	<b>Κύριο μέρος</b>  Οι μαθητές χωρίζονται σε μικρές ομάδες .    	Μικτές δρομικές ασκήσεις με εναλλαγές από περπάτημα, τρέξιμο, πλάγιες μετατοπίσεις αλματάκια και σταματήματα.	20΄	Οι ασκήσεις εκτελούνται χωρίς ανταγωνισμό. Καθορίζουμε την ένταση ανάλογα με το επίπεδο των μαθητών  

<p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ</b></p> <p>Να μπορούν να εκτελούν τις δεξιότητες με ρυθμό και καλή ισορροπία του σώματος, έχοντας σωστή αίσθηση του χώρου που κινούνται.</p> <p><b>Μέθοδος διδασκαλίας:</b> Παιδοκεντρική</p>	<p>Παιχνίδι σκυταλοδρομίας χρησιμοποιώντας τα μέσα που έχουν ήδη τα παιδιά γνωρίσει και εξασκηθεί σ' αυτά.</p>	<p>8'</p>	 	 
<b>Αποθεραπεία</b>				
	<p>Παθητικές διατάσεις και παράλληλα συζήτηση για τις εμπειρίες τους μέσα από το ασκησιολόγιο αναζητώντας μορφές εφαρμογής των κινητικών δεξιοτήτων στις οποίες εξασκήθηκαν.</p>	<p>5'</p>		<p>Δώστε στους μαθητές υλικό με φωτογραφίες από διάφορα αθλήματα εστιάζοντας την προσοχή σε κινητικές δεξιότητες που έχουν ήδη γνωρίσει.</p>

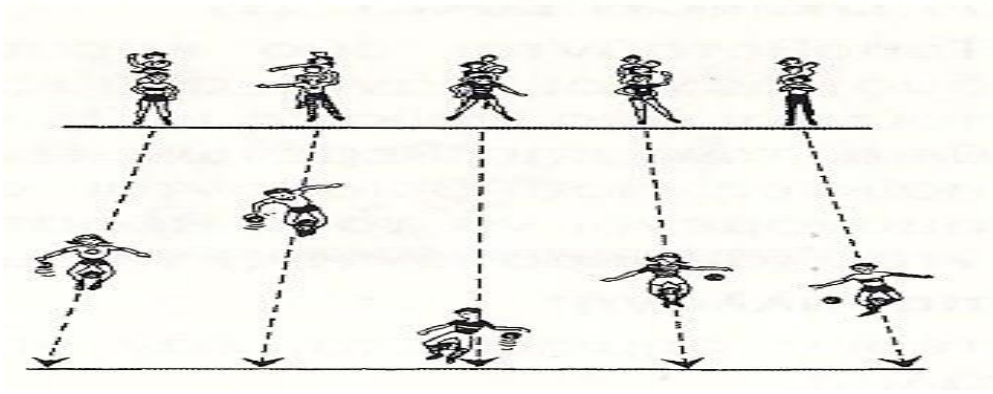
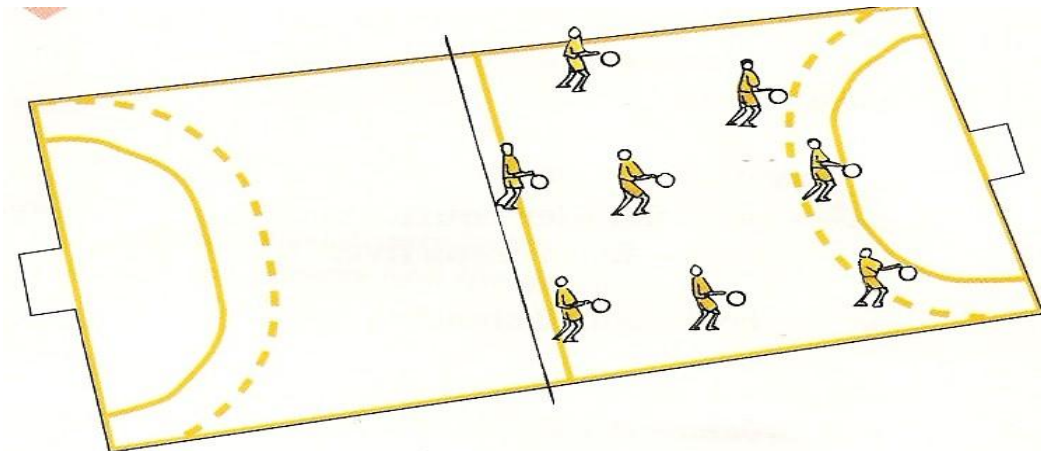
# ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

## Α Γυμνασίου

1 <sup>ος</sup> ΣΚΟΠΟΣ ( 2 <sup>ο</sup> μάθημα)		Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτών		
1 <sup>ος</sup> Στόχος		Γνώση της τεχνικής των αλμάτων, ρίψεων, προσποιήσεων διαφόρων αθλημάτων		
Επιδιώξεις	Περιεχόμενα	Χρόνος	Οργάνωση	Σημεία έμφασης
<p><b>Κύρια επιδίωξη</b> Οι μαθητές θα πρέπει να εκτελούν σωστά πάσα, υποδοχή και σουτ των ομαδικών παιχνιδιών ( Χειροσφαίριση ) παίζοντας με συμπαίκτη ή αντίπαλο.</p> <p><b>Επιμέρους επιδιώξεις</b></p> <p>3. Να μάθουν να χειρίζονται την μπάλα με τον σωστό τρόπο (κράτημα , υποδοχή)</p> <p>4. Να μπορούν να εκτελούν ντρίπλα στο χώρο και πάσες σε κίνηση.</p> <p><b>ΜΕΣΑ</b> Κλειστή αίθουσα αθλοπαιδιών, μπάλες, κώννοι μικροί και μεγάλοι , στεφάνια</p> <p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ</b> Έλεγχος της ικανότητας εκτέλεσης της ντρίπλας μέσα από διάφορα εμπόδια.</p>	<b>Προθέρμανση</b>			
	<p>Προθέρμανση με δρομικές ασκήσεις χρησιμοποιώντας την μπάλα ( κράτημα, μεταφορά γύρω από το σώμα, κύλισμα, πέταγμα και πιάσιμο κ.α. )</p> <p>Διατάσεις δυναμικές κρατώντας την μπάλα</p> 		Οι μαθητές σε ημικύκλιο	Ζητήστε να πουν οι μαθητές τι γνωρίζουν για τη Χειροσφαίριση.
	<b>Κύριο μέρος</b>		<b>Ατομικά</b>	
<p>➤ Εκτελούν ντρίπλα στο χώρο ελεύθερα σε διάφορες κατευθύνσεις</p> <p>➤ Το ίδιο προσπαθώντας</p>	<p>Ατομικά</p> 		<p>Γίνεται έλεγχος και διόρθωση πιθανών λαθών στο σπρώξιμο της μπάλας (όχι όπως της Καλοθόσφαιρας)</p> <p><b>Προσοχή στην ένταση!</b></p>	

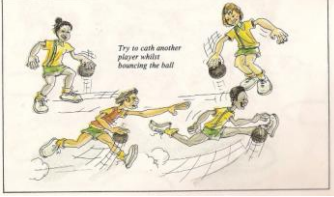
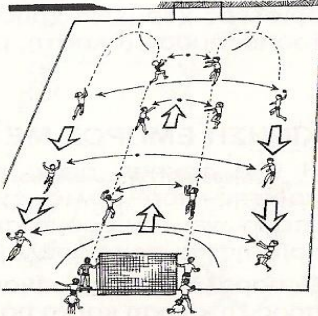
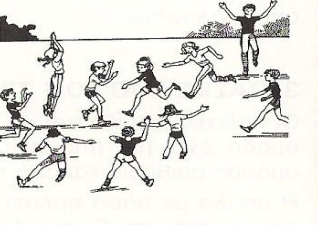
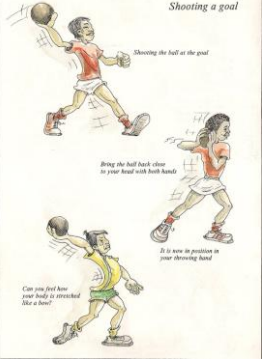
<p><b>Μέθοδος διδασκαλίας:</b> Παιδοκεντρική</p>	<p>να «κλέψουν» την μπάλα από τους συμμαθητές τους.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ντρίπλα – πάσα και αλλάζουν θέση</li> <li>➤ Το ίδιο ανάμεσα σε κώνους (σλάλομ)</li> <li>➤ Στεφάνια στο έδαφος, ντρίπλα, τοποθέτηση της μπάλας στο στεφάνι, τρέξιμο και πίσω. Μετά μάζεμα, ντρίπλα και πίσω.</li> <li>➤ <b>Παιχνίδι</b></li> </ul> <p>Τα παιδιά συνεργατικά προσπαθούν να φτάσουν στο στόχο, να αφήσουν την μπάλα στη περιοχή τέρματος.</p>	 <p><b>Σε σειρές</b></p>    	<p>Τονίζεται η σχέση γωνίας προώθησης της μπάλας με την ταχύτητα εκτέλεσης της προωθητικής ντρίπλας</p> <p><b>Προσοχή να μην γίνεται κατάχρηση της ντρίπλας.</b> Καθορίζονται τα τρία βήματα και αναφέρονται κάποιοι βασικοί κανονισμοί.</p>
<b>Αποθεραπεία</b>			
	<p>Παθητικές διατάσεις και παράλληλα συζήτηση για τη χρησιμότητα της σωστής εκτέλεσης της ντρίπλας και τη διαφορετικότητα της Χειροσφαίρισης με την Καλαθόσφαιρα σε σχέση</p>		<p>Δίνονται στους μαθητές οι βασικοί κανονισμοί του αθλήματος.</p>

	με τη δεξιότητα αυτή.			
--	-----------------------	--	--	--



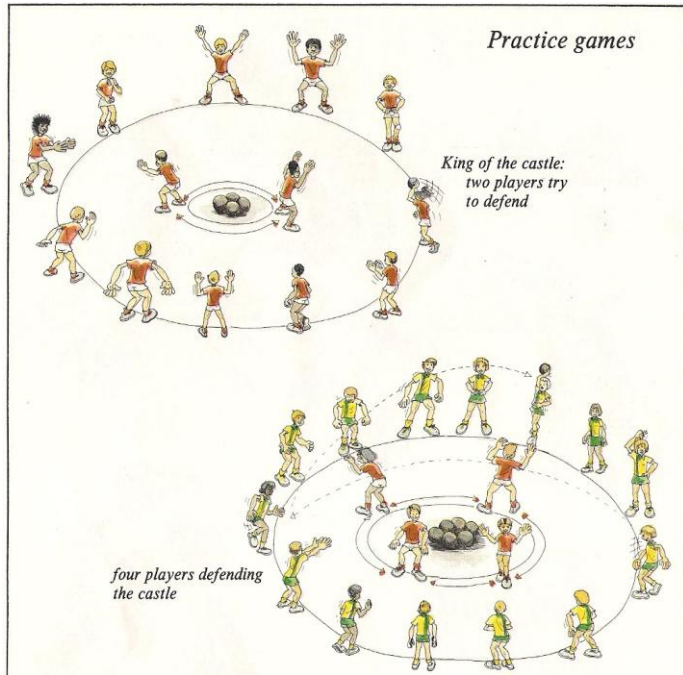
# ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

## Α Γυμνασίου

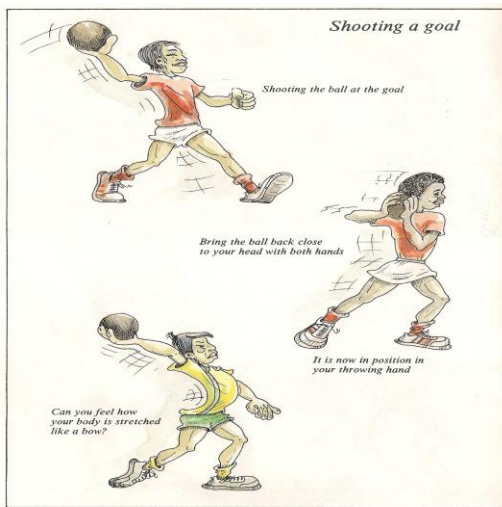
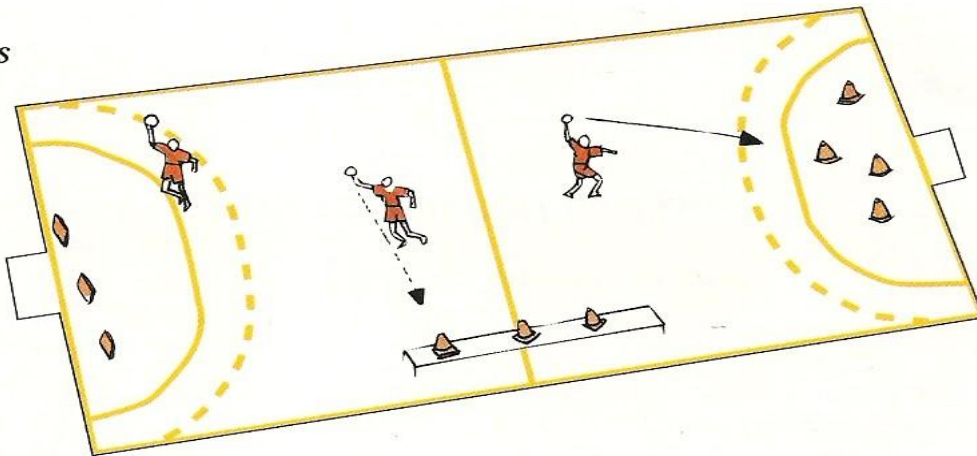
1 <sup>ος</sup> ΣΚΟΠΟΣ ( 3 <sup>ο</sup> μάθημα)			Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτών	
1 <sup>ος</sup> -2 <sup>ος</sup> -3 <sup>ος</sup> - 4 <sup>ος</sup> Στόχος			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Γνώση της τεχνικής των αλμάτων, ρίψεων, προσπονήσεων διαφόρων αθλημάτων</li> <li>• Ανάπτυξη και εφαρμογή επιθετικών και αμυντικών ενεργειών.</li> <li>• Αναπτυξη δεξιοτήτων φυσικής δραστηριότητας παιχνίδια περιπέτειας και επίλυση προβλήματος.</li> <li>• Συνδυασμός βασικών κινητικών δεξιοτήτων</li> </ul>	
Επιδιώξεις	Περιεχόμενα	Χρόνος	Οργάνωση	Σημεία έμφασης
<b>Κύρια επιδίωξη</b>		<b>Προθέρμανση</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Οι μαθητές θα πρέπει να εκτελούν σωστά πάσα, υποδοχή και σουτ των ομαδικών παιχνιδιών παίζοντας με συμπαίκτη ή αντίπαλο.</li> <li>2. Να μπορούν να εφαρμόζουν απλές προσπονήσεις των ομαδικών αθλημάτων παίζοντας με συμπαίκτη ή αντίπαλο.</li> <li>3. Να εφαρμόζουν ατομικές τακτικές σε παιχνίδια ένας εναντίον ενός π.χ. κλέψιμο της μπάλας και κατοχή της.</li> <li>4. Να συμμετέχουν σε παιχνίδια επίλυσης</li> </ol>		<p>Προθέρμανση με παιχνίδι (κυνηγητό), ελεύθερα στο χώρο εκτός της περιοχής τέρματος</p>	 <p>Try to catch another player while bouncing the ball</p>	Έλεγχος στη σωστή εκτέλεση της ντρίπλας.
		<b>Κύριο μέρος</b>		
		<b>Σε ζευγάρια</b>		
Κίνηση με πάσες (κοντινή και μακρινή)			<p>Ενθάρρυνση για συνεχή κίνηση.</p> <p>Τονίζεται η θέση του χεριού ρίψης.</p>	
Παιχνίδι με στόχο 10 πάσες.		<b>Σε ομάδες</b>		
			 <p>Shooting a goal</p> <p>Shooting the ball at the goal</p> <p>Bring the ball back close to your head with both hands</p> <p>It is now the position in your hand when shooting</p> <p>Can you feel how your hand is stretched like a bow?</p>	



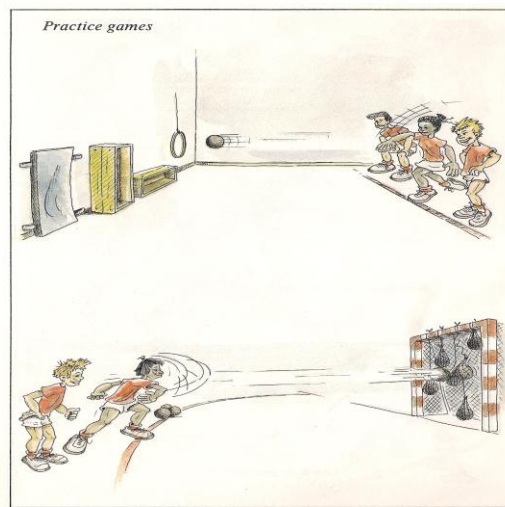




S



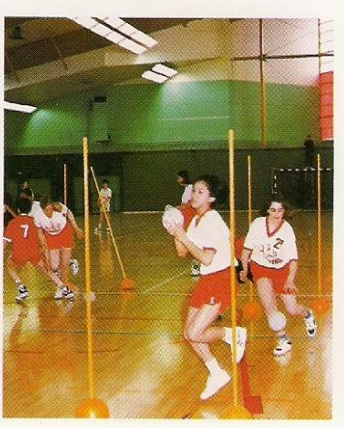
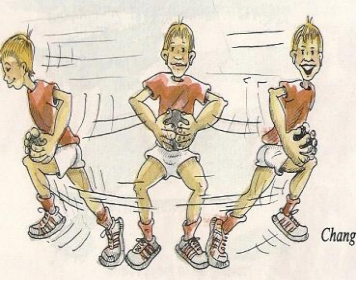
16



17

# ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

## Α Γυμνασίου

1 <sup>ος</sup> ΣΚΟΠΟΣ ( 4 <sup>ο</sup> μάθημα)		Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτών	
1 <sup>ος</sup> -2 <sup>ος</sup> -3 <sup>ος</sup> - 4 <sup>ος</sup> Στόχος		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Γνώση της τεχνικής των αλμάτων, ρίψεων, προσποίσεων διαφόρων αθλημάτων</li> <li>• Ανάπτυξη και εφαρμογή επιθετικών και αμυντικών ενεργειών.</li> <li>• Αναπτυξη δεξιοτήτων φυσικής δραστηριότητας, παιχνίδια περιπέτειας και επίλυσης προβλήματος.</li> <li>• Συνδυασμός βασικών κινητικών δεξιοτήτων</li> </ul>	
<b>Επιδιώξεις</b>	<b>Περιεχόμενα</b>	<b>Χρόνος</b>	<b>Οργάνωση</b>
			<b>Σημεία έμφασης</b>
<b>Κύρια επιδίωξη</b>		<b>Προθέρμανση</b>	
<p>6. Να μπορούν να εφαρμόζουν απλές προσποίσεις των ομαδικών αθλημάτων παίζοντας με συμπαίκτη ή αντίπαλο.</p> <p>7. Να εφαρμόζουν τις βασικές τεχνικές των ομαδικών αθλημάτων και σύνθετες προσποίσεις σε ορισμένες από αυτές. Π.χ. 3-3</p> <p>8. Να συμμετέχουν σε παιχνίδια επίλυσης προβλήματος με συνεργασία.</p> <p>9. Να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους.</p>		<p>Προθέρμανση με παιχνίδι (καθρέφτης)</p>	<p>Ελεύθερα στο χώρο εκτός της περιοχής τέρματος</p>
		<b>Κύριο μέρος</b>	
		<p>Αλλαγές κατεύθυνσης μπροστά σε κώνους ή άλλα εμπόδια που βρίσκονται διάσπαρτα στο χώρο.</p> <p>Ντρίπλα και ρίψη σε στόχο με προσποίηση .</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p>Ενθάρρυνση των παιδιών για συνεχή κίνηση και επιλογή διαφόρων προσποίσεων.</p> <p><b>Τονίζεται η χρησιμότητα των τριών βημάτων</b></p> <div style="text-align: center;">  </div>

## Επιμέρους επιδιώξεις

Οι μαθητές να βρίσκονται συνεχώς σε κίνηση .  
Να κατανοήσουν τη δυνατότητα χρήσης των τριών βημάτων.  
Να αναπτύξουν πρωτοβουλία για επίλυση αγωνιστικών θεμάτων όπως : Πώς θα ξεπεράσουμε τους αντιπάλους με στόχο την επίτευξη τέρματος;

## ΜΕΣΑ

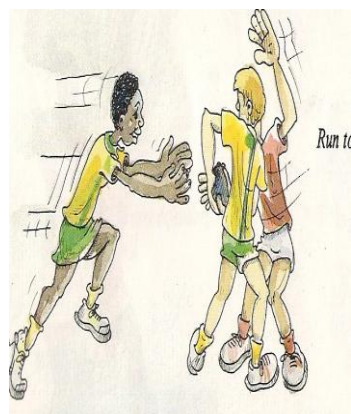
Κλειστή αίθουσα αθλοπαιδιών  
Μπάλες – στεφάνια – κώνοι – πάγκοι.

## ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Να συμμετέχουν με πάθος και να ανακαλύπτουν τρόπους για την επίτευξη των στόχων μέσα από τις δραστηριότητες.

**Μέθοδος διδασκαλίας:**  
Παιδοκεντρική

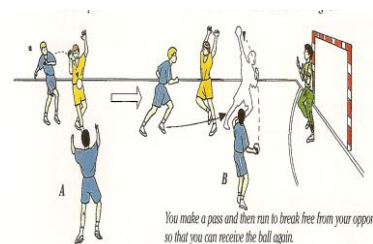
Δύο εναντίον ενός



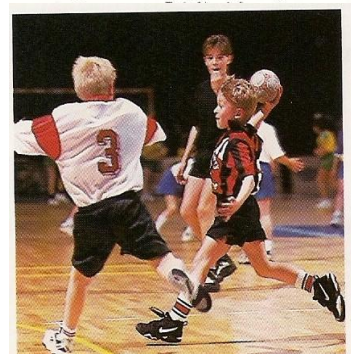
Τρεις εναντίον δύο



Στόχος στο τέρμα



Τροποποιημένο παιχνίδι σε καθορισμένο χώρο – μισό γήπεδο.

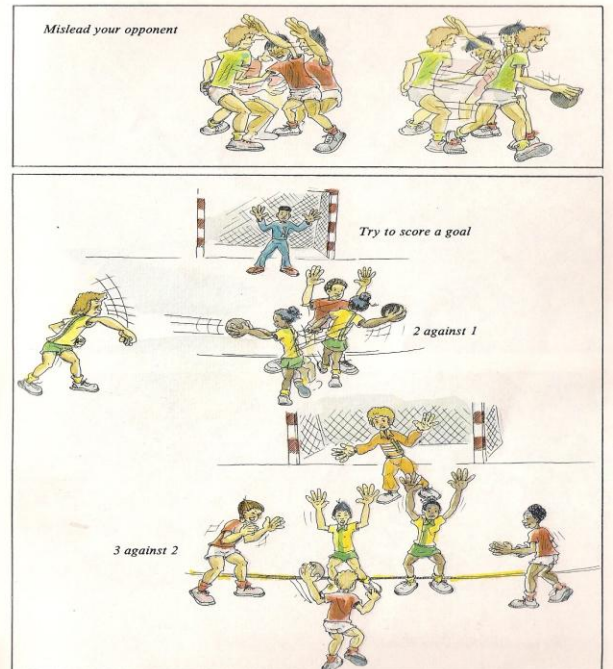
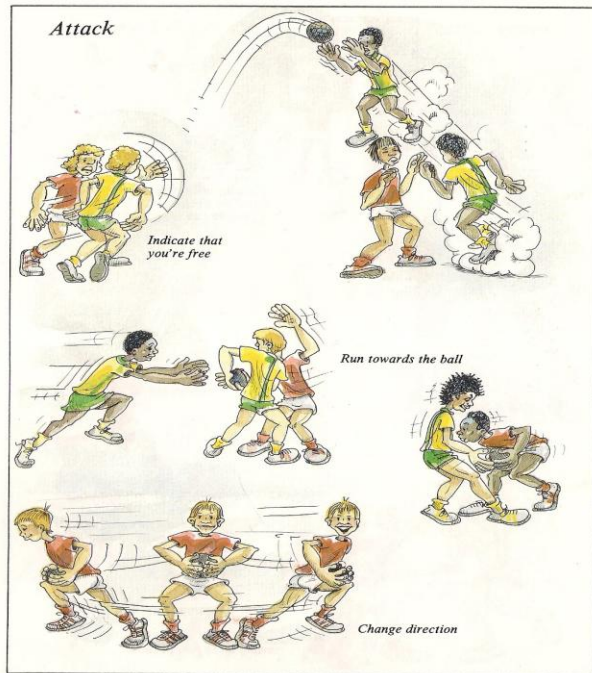
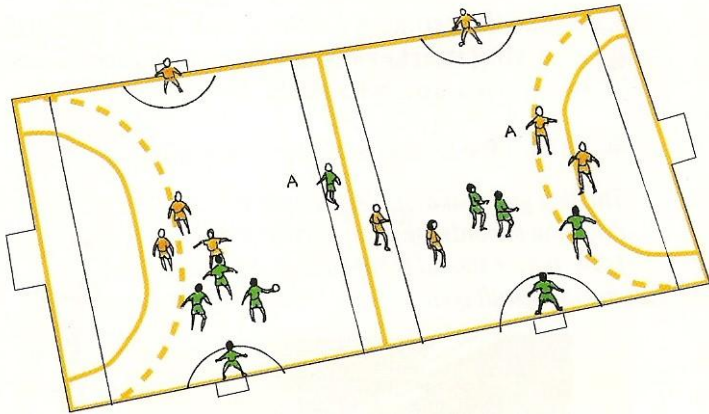
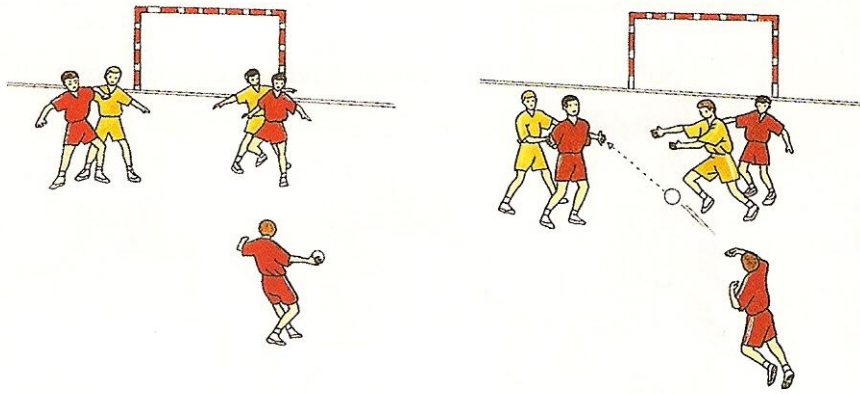


## Αποθεραπεία

Διατάσεις και συζήτηση για τις εμπειρίες και τα συναισθήματά τους μέσα από το μάθημα.

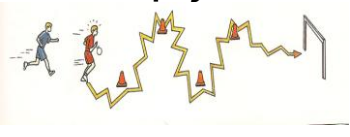
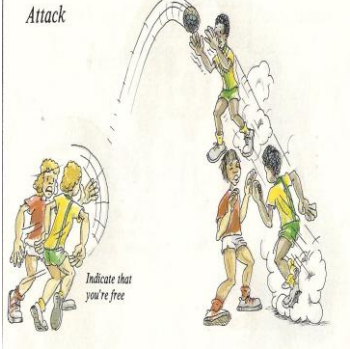


Περιορισμό στη ντρίπλα με στόχο την ομαδικότητα και τη συνεργασία

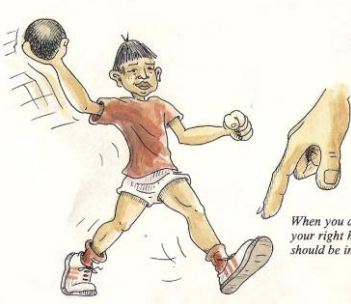
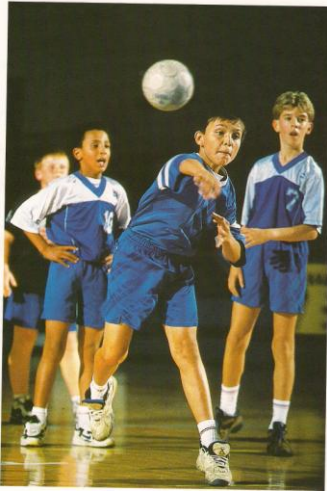
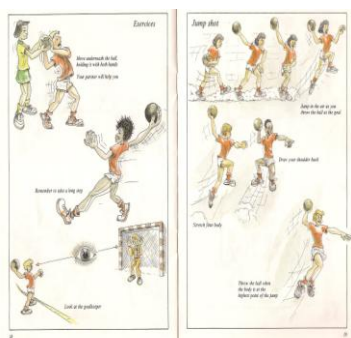
Ενθαρρύνονται να βρουν συνεργατικά τρόπους να φτάσουν στο τέρμα σε παιχνίδι 3 εναντίον 2 και να τους δοκιμάσουν.

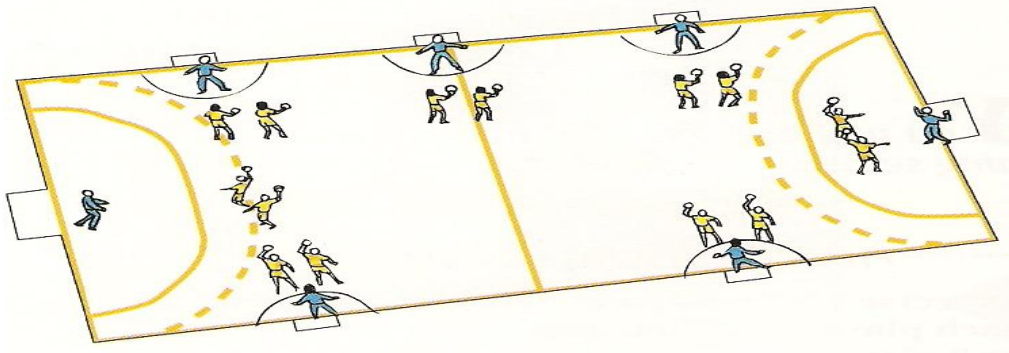


# ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

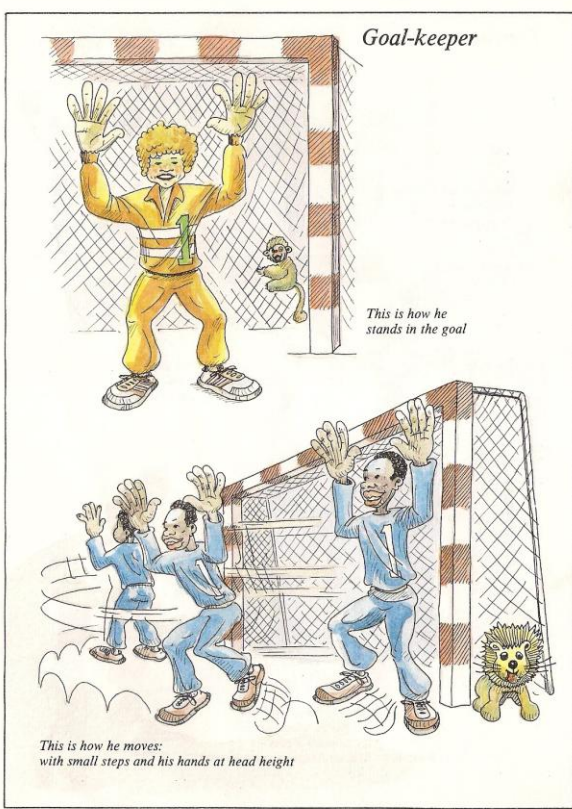
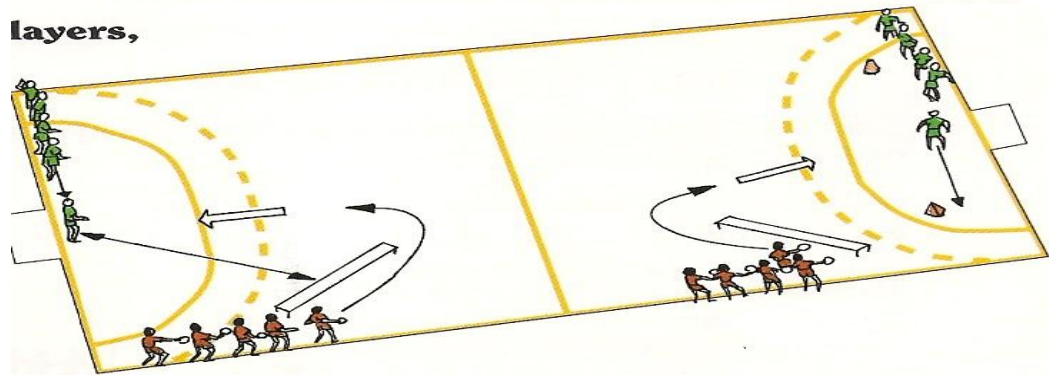
## Α Γυμνασίου

1 <sup>ος</sup> ΣΚΟΠΟΣ ( 5 <sup>ο</sup> μάθημα)		Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτών	
1 <sup>ος</sup> -2 <sup>ος</sup> -3 <sup>ος</sup> - 4 <sup>ος</sup> Στόχος		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Γνώση της τεχνικής των αλμάτων, ρίψεων, προσπονήσεων διαφόρων αθλημάτων</li> <li>• Ανάπτυξη και εφαρμογή επιθετικών και αμυντικών ενεργειών.</li> <li>• Ανάπτυξη δεξιοτήτων φυσικής δραστηριότητας, παιχνίδια περιπέτειας και επίλυσης προβλήματος.</li> <li>• Συνδυασμός βασικών κινητικών δεξιοτήτων</li> </ul>	
<b>Επιδιώξεις</b>	<b>Περιεχόμενα</b>	<b>Χρόνος</b>	<b>Οργάνωση</b>  <b>Σημεία έμφασης</b>
<b>Κύρια επιδίωξη</b> <b>10.</b> Να εκτελούν σωστά πάσα υποδοχή και σουτ της Χειροσφαίρισης παίζοντας με συμπαίκτη ή αντίπαλο. <b>11.</b> Να μπορούν να εφαρμόζουν απλές προσπονήσεις της Χειροσφαίρισης παίζοντας με συμπαίκτη ή αντίπαλο. <b>12.</b> Να έχει κατανοηθεί η κίνηση ξεμαρκαρίσματος. <b>13.</b> Να συμμετέχουν σε παιχνίδια επίλυσης προβλήματος με συνεργασία. <b>14.</b> Να αναπτύξουν την δημιουργικότητά	<b>Προθέρμανση</b>		
	Προθέρμανση με δρομικές ασκήσεις με μπάλα, κίνηση στο χώρο.	<b>Σε σειρές</b> 	
	<b>Κύριο μέρος</b>		
	Χωρίζουμε το γήπεδο και παίζουν  2 εναντίον 2 κατοχή μπάλας.  3 εναντίον 3  4 εναντίον 4 με στόχο	    	Ενθάρρυνση των παιδιών για συνεχή κίνηση και επιλογή διαφόρων προσπονήσεων.   <b>Έμφαση στην κίνηση και ξεμαρκαρίσμα από τον αντίπαλο .</b>

<p>ΤΟΥΣ. <b>Επιμέρους επιδιώξεις</b></p> <p>Οι μαθητές να βρίσκονται συνεχώς σε κίνηση . Να εκτελούν ρίψη από διάφορες θέσεις με στόχο το τέρμα. Μέσα από τις δραστηριότητες να αναπτύξουν ομαδικό πνεύμα και να συνεργάζονται. Να εξασκηθούν και να προβληματιστούν στην επιλογή των καλύτερων λύσεων (προσποίηση-πάσα – σουτ) <b>ΜΕΣΑ</b></p> <p>Κλειστή αίθουσα αθλοπαιδιών Μπάλες – στεφάνια – κώνοι – πάγκοι.</p> <p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ</b></p> <p>Να μπορούν να κινούνται σωστά στο χώρο και να προσπαθούν για την επίτευξη τέρματος</p> <p><b>Μέθοδος διδασκαλίας:</b> Παιδοκεντρική</p>	<p>Ελεύθερες ρίψεις μετά από πάσα στο τέρμα</p>	 <p>When you are your right hand should be in.</p>  	<p>Τονίζεται η θέση του σώματος στη φάση της ρίψης για καλύτερο αποτέλεσμα.</p>
<b>Αποθεραπεία</b>		<p>Διατάσεις και συζήτηση για τις εμπειρίες τους μέσα από το μάθημα.</p>	<p>Ζητείται να βρουν από διάφορες πηγές υλικό που αφορούν τη Χειροσφαίριση (φωτογραφίες, ιστορικά στοιχεία, ομάδες στη Κύπρο Κ.Ο.Κ.</p>



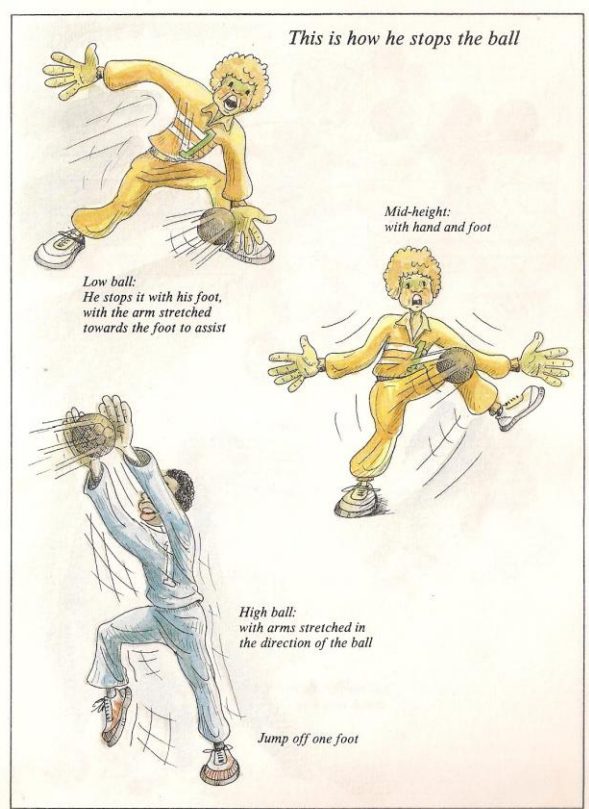
layers,



Goal-keeper

This is how he stands in the goal

This is how he moves: with small steps and his hands at head height



This is how he stops the ball

Low ball: He stops it with his foot, with the arm stretched towards the foot to assist

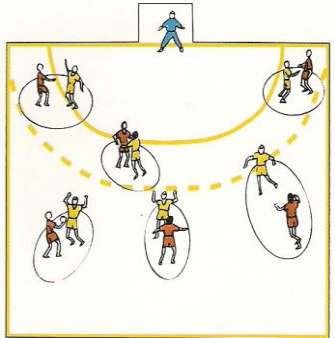
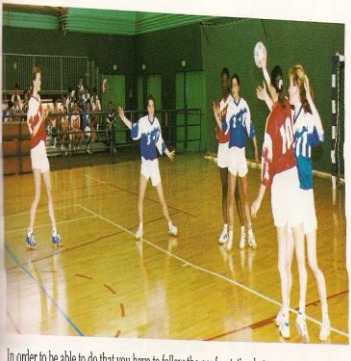
Mid-height: with hand and foot

High ball: with arms stretched in the direction of the ball

Jump off one foot

# ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

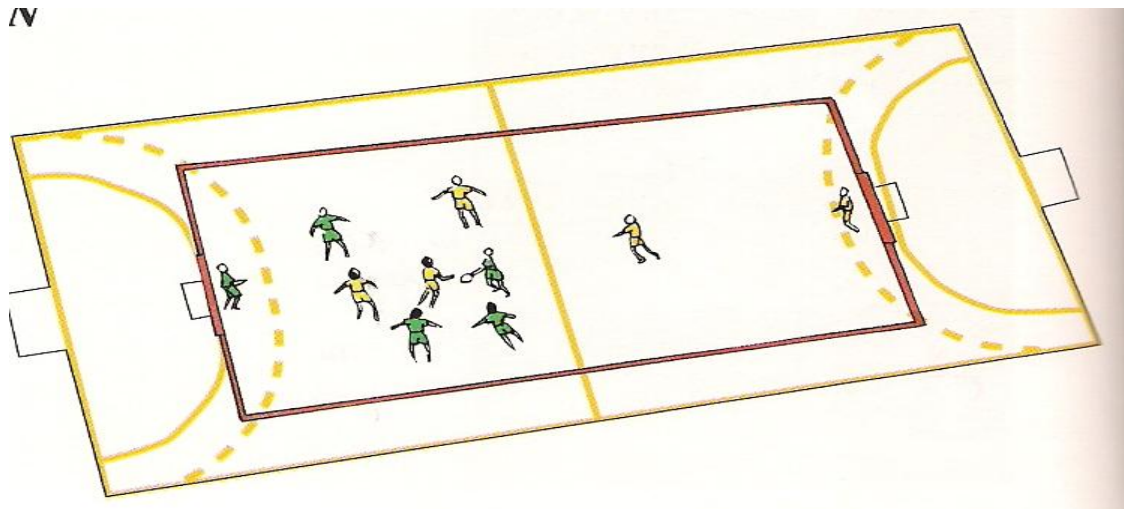
## Α Γυμνασίου

1 <sup>ος</sup> ΣΚΟΠΟΣ ( 6 <sup>ο</sup> μάθημα)		Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτών			
1 <sup>ος</sup> -2 <sup>ος</sup> -3 <sup>ος</sup> - 4 <sup>ος</sup> Στόχος		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Γνώση της τεχνικής των αλμάτων, ρίψεων, προσποίσεων διαφόρων αθλημάτων</li> <li>• Ανάπτυξη και εφαρμογή επιθετικών και αμυντικών ενεργειών.</li> <li>• Αναπτυξη δεξιοτήτων φυσικής δραστηριότητας, παιχνίδια περιπέτειας και επίλυσης προβλήματος.</li> <li>• Συνδυασμός βασικών κινητικών δεξιοτήτων</li> </ul>			
<b>Επιδιώξεις</b>	<b>Περιεχόμενα</b>	<b>Χρόνος</b>	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;"><b>Οργάνωση</b></td> <td style="width: 50%;"><b>Σημεία έμφασης</b></td> </tr> </table>	<b>Οργάνωση</b>	<b>Σημεία έμφασης</b>
<b>Οργάνωση</b>	<b>Σημεία έμφασης</b>				
<b>Κύρια επιδίωξη</b> 1. Να μπορούν να εφαρμόζουν τις βασικές τεχνικές της Χειροσφαίρισης σε κανονικές συνθήκες αγώνα.  2. Να συμμετέχουν σε παιχνίδια επίλυσης προβλήματος με συνεργασία.  3. Να μάθουν τις βασικές αρχές της άμυνας man to man.  4. Να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους.	<b>Προθέρμανση</b>				
	Προθέρμανση με κίνηση στο χώρο ανάμεσα σε στεφάνια (ντρίπλα) και κώνους (προσποίηση).		Ελεύθερα στο χώρο εκτός της περιοχής τέρματος		
	<b>Κύριο μέρος</b>				
	Παιχνίδι με όλες της κινητικές δεξιότητες που έχουν διδαχθεί σε κανονικές συνθήκες αγώνα.  <b>Άμυνα man to man</b>	  	Διόρθωση τυχών λαθών.  Αναφορά σε κανονισμούς .  Συνεχή επιβράβευση προς όλους τους μαθητές.		

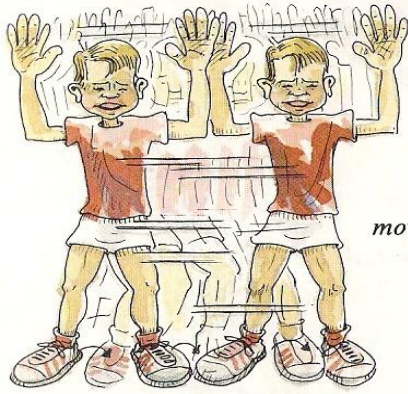


<p><b>Επιμέρους επιδιώξεις</b> Οι μαθητές να βρίσκονται συνεχώς σε κίνηση και να συμμετέχουν <b>όλοι ενεργά</b>.</p> <p>Να σέβονται τον αντίπαλο και να κατανοούν τους βασικούς κανόνες του παιχνιδιού.</p> <p><b>ΜΕΣΑ</b></p> <p>Κλειστή αίθουσα αθλοπαιδιών Μπάλες .</p> <p><b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ</b></p> <p>Να μπορούν να συμμετέχουν και να συνεργάζονται με πνεύμα ομαδικό και εφαρμόζοντας το <b>ΤΙΜΙΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ</b>.</p> <p><b>Μέθοδος διδασκαλίας:</b> Παιδοκεντρική</p>			
	<b>Αποθεραπεία</b>		
	<p>Διατάσεις και συζήτηση για τις εμπειρίες τους μέσα από το μάθημα.</p>		

IV



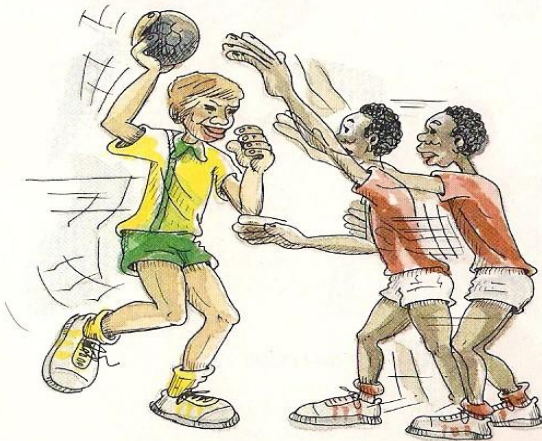
= *guarding an area*



*moving sideways*

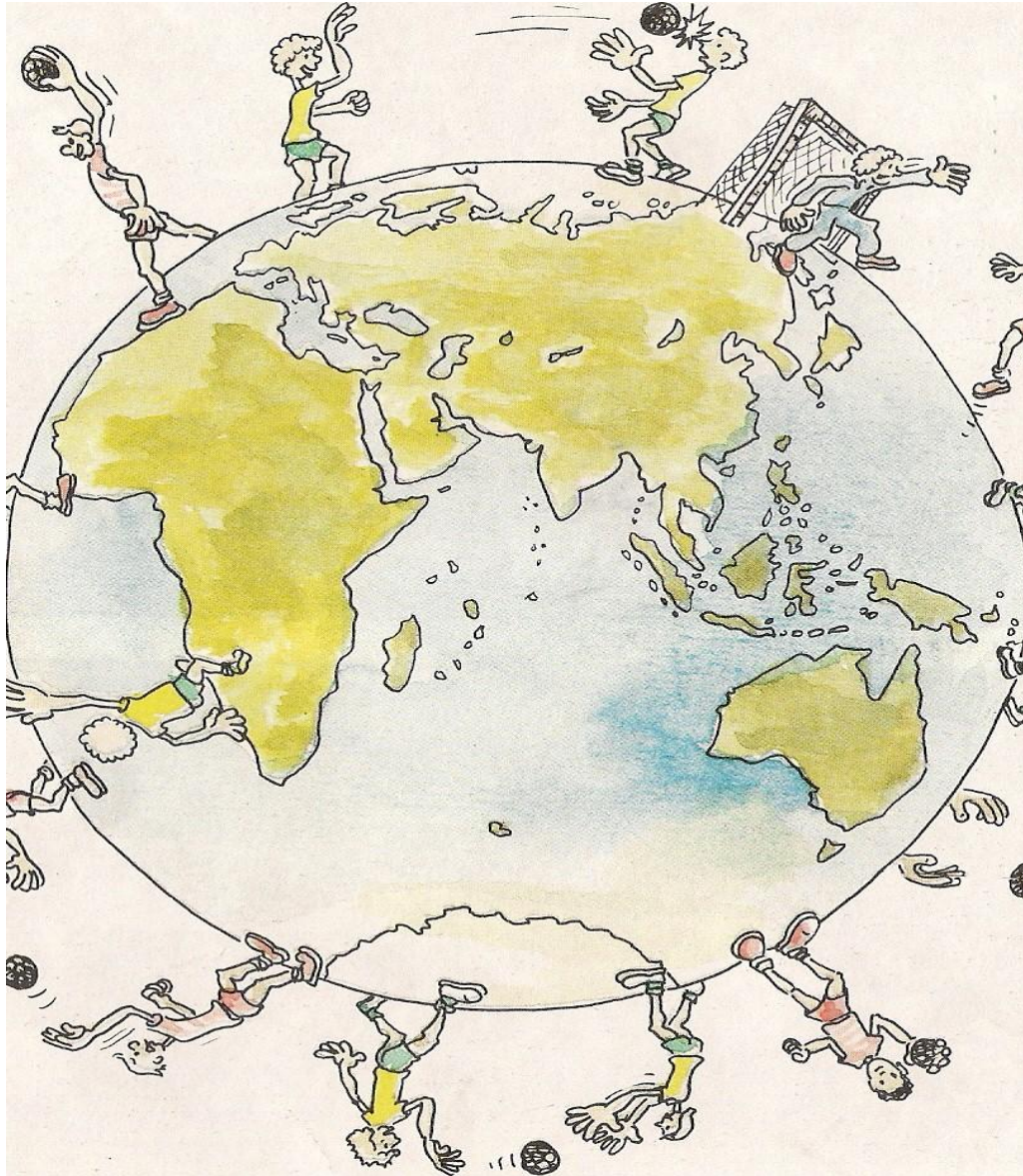


*moving forwards and backwards*



*running up to the opponent*

## Η χειροσφαίριση και ο αθλητισμός « αγκαλιάζουν » όλο το κόσμο!



ΓΙΩΡΓΟΣ ΑΧΝΙΩΤΗΣ –ΛΙΑΝΑ ΚΟΥΠΕΠΙΔΟΥ 2010