

## ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΑΘΗΤΗ

### ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ – ΔΡΟΜΟΙ – ΔΡΟΜΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Άννα Ιωσηφίδου

Όνοματεπώνυμο :

Τμήμα:

Ημ/νια :

Μάθημα: ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Παρακολούθησε 3 σύντομα βίντεο σχετικά με τα αγωνίσματα δρόμων του κλασικού αθλητισμού (Δραστηριότητα 1) και τις δρομικές ασκήσεις (Δραστηριότητες 3,4) και μελέτησε το υλικό που αναφέρεται στη δραστηριότητα 2. Έπειτα λύσε το σταυρόλεξο (Δραστηριότητα 5) και τέλος, συμπλήρωσε το ερωτηματολόγιο (Δραστηριότητα 6). **Όλες οι δραστηριότητες να ολοκληρωθούν μέχρι την Παρασκευή 10 Απριλίου.**

#### **Δραστηριότητα 1.**

##### **Γνωριμία με τα αγωνίσματα του Κλασικού Αθλητισμού (Στίβος) - Δρόμοι**

Παρακολούθησε το Video «Γνωριμία με τα αγωνίσματα του Κλασικού Αθλητισμού (Στίβος) – Δρόμοι» που βρίσκεται στο Φωτόδεντρο στην ιστοσελίδα: <http://photodentro.edu.gr/video/r/8522/1066?locale=el>



Κάνε κλικ στην εικόνα και θα αρχίσει η προβολή του video. Μπορείς να το σταματήσεις και να το ξεκινήσεις οποιαδήποτε στιγμή καθώς και να το «γυρίσεις» σε οποιοδήποτε σημείο και να το παρακολουθήσεις πάλι.

#### **Δραστηριότητα 2.**

##### **Εκκινήσεις και διασκελισμός στους δρόμους ταχύτητας - Σκυταλοδρομίες**

Διάβασε τις πληροφορίες στις ενότητες «Εκκινήσεις και διασκελισμός στους δρόμους ταχύτητας» και «Σκυταλοδρομίες» στο ebook που θα βρεις στην ιστοσελίδα:

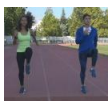
<http://digitalschool.minedu.gov.gr/modules/ebook/show.php/DSDIM-G100/156/1110,4041/>

#### **Δραστηριότητα 3.**

##### **Θεμελιώδεις δεξιότητες μετακίνησης**

Παρακολούθησε προσεκτικά το video «Θεμελιώδεις δεξιότητες μετακίνησης» που βρίσκεται στο Φωτόδεντρο στην ιστοσελίδα: <http://photodentro.edu.gr/video/r/8522/1068?locale=el>

Κάνε κλικ στην εικόνα



και θα αρχίσει η προβολή του video. Μπορείς να το σταματήσεις και να το ξεκινήσεις οποιαδήποτε στιγμή καθώς και να το «γυρίσεις» σε οποιοδήποτε σημείο και να το παρακολουθήσεις πάλι.

#### **Δραστηριότητα 4.**

##### **Δρομικές δεξιότητες**

Παρακολούθησε προσεκτικά το video «Δρομικές δεξιότητες» που βρίσκεται στο Φωτόδεντρο στην ιστοσελίδα <http://photodentro.edu.gr/video/r/8522/1065?locale=el>




Κάνε κλικ στην εικόνα

και θα αρχίσει η προβολή του video. Μπορείς να το σταματήσεις και να το ξεκινήσεις οποιαδήποτε στιγμή καθώς και να το «γυρίσεις» σε οποιοδήποτε σημείο και να το παρακολουθήσεις πάλι.

#### **Δραστηριότητα 5.**

Άνοιξε και λύσε το σταυρόλεξο στην ιστοσελίδα:

<https://crosswordlabs.com/embed/2020-03-31-899>

Κάνοντας κλικ στον ορισμό χρωματίζονται τα αντίστοιχα τετράγωνα στο σταυρόλεξο. Γράφεις τη λέξη χωρίς να χρειάζεται να μετακινήσεις το ποντίκι στα κουτάκια του σταυρόλεξου. Η σωστή απάντηση γίνεται πράσινη και ένα πράσινο  $\surd$  εμφανίζεται δίπλα στον ορισμό. Αν η απάντηση είναι λάθος η λέξη γίνεται κόκκινη και ένα κόκκινο  $\times$  εμφανίζεται δίπλα στον ορισμό. Μπορείς να ξαναπροσπαθήσεις κάνοντας κλικ στον ορισμό. Κάτω δεξιά εμφανίζονται τρεις παύλες  Κάνοντας κλικ στις παύλες ανοίγει ένα μικρό μενού όπου μπορείς να κάνεις zoom in (+), zoom out (-), να εκτυπώσεις (με το σύμβολο του εκτυπωτή) ή να σβήσεις ότι έχεις γράψει (clear puzzle).

#### **Δραστηριότητα 6.**

Συμπλήρωσε το ερωτηματολόγιο που θα βρεις στην ιστοσελίδα που ανοίγει με τον παρακάτω σύνδεσμο. Τοποθέτησε το ποντίκι πάνω στον σύνδεσμο και κάνε κλικ ή αλλιώς μπορείς να κάνεις αντιγραφή – επικόλληση, ώστε να «ανοίξει» η ιστοσελίδα για να συμπληρώσεις το ερωτηματολόγιο. Ακολούθησε τις οδηγίες που αναφέρονται στην αρχή του ερωτηματολογίου.

Σύνδεσμος ερωτηματολογίου:

<https://forms.gle/Fr7iBnyDTbxveeWD8>