



«Φυσική Αγωγή Α' Γυμνασίου» Βιβλίο Καθηγητή

**Γούδας Μάριος, Χασάνδρα Μαρία,
Παπαχαρίσης Βασίλης, Γεροδήμος Βασίλης**



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

- Γράφτηκε με βάση το αναλυτικό πρόγραμμα
- Εναλλακτικές προσεγγίσεις στη φυσική αγωγή
- Εναλλακτικές μέθοδοι διδασκαλίας
- Σύνδεση θεωρίας με πράξη



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

Γράφτηκε με βάση το αναλυτικό πρόγραμμα

- Διατηρήθηκαν τα διδακτικά αντικείμενα του αναλυτικού προγράμματος
- Συνολικά έμφαση δίνεται στη διδασκαλία κινητικών δεξιοτήτων



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου
Εναλλακτικές προσεγγίσεις στη ΦΑ

- Έμφαση στην ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων
- Έμφαση στην κατανόηση των αθλοπαιδειών
- Έμφαση στη συμμετοχή σε αθλήματα
- Έμφαση στη δια βίου άσκηση για υγεία
- Έμφαση στην ανάπτυξη της υπευθυνότητας
- Έμφαση στη διδασκαλία δεξιοτήτων ζωής



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

Εναλλακτικές προσεγγίσεις στη ΦΑ

Έμφαση στην κατανόηση των αθλοπαιδιών

- Στόχος αυτής της προσέγγισης είναι οι μαθητές να κατανοήσουν τη δομή των αθλοπαιδιών ώστε να μπορούν να χρησιμοποιήσουν κατάλληλα τις ατομικές δεξιότητες παίρνοντας σωστές αποφάσεις κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.
- Για να επιτευχθεί ο παραπάνω στόχος στην προσέγγιση αυτή:
 - α) εφαρμόζονται τροποποιημένες μορφές παιχνιδιού και
 - β) χρησιμοποιείται η διδακτική μέθοδος της καθοδηγούμενης ανακάλυψης.



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

Εναλλακτικές προσεγγίσεις στη ΦΑ

Έμφαση στη συμμετοχή σε αθλήματα

- Η εφαρμογή του μοντέλου περιλαμβάνει:
 - α) τη δημιουργία ομάδων στην τάξη,
 - β) τον καθορισμό αγωνιστικών συναντήσεων μεταξύ των ομάδων,
 - γ) τη διοργάνωση ενός τελικού αθλητικού γεγονότος και
 - δ) τη δημιουργία αρχείων



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

Εναλλακτικές προσεγγίσεις στη ΦΑ Έμφαση στη δια βίου άσκηση για υγεία

- Για να είναι αποτελεσματικό ένα πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής στο να κατευθύνει τους μαθητές στο σκοπό "δια βίου άσκηση για υγεία" θα πρέπει να τους επηρεάσει:
 - α) να κατανοήσουν τους λόγους για τους οποίους η συστηματική άσκηση είναι σημαντική για τη σωματική και ψυχική τους υγεία
 - β) να μάθουν πώς μπορούν να γυμνάζονται αποτελεσματικά μόνοι τους
 - γ) να μπορούν να εντάξουν και να διατηρήσουν ένα πρόγραμμα φυσικής δραστηριότητας στην καθημερινή τους ζωή
 - δ) να απολαμβάνουν τη φυσική δραστηριότητα σε οποιαδήποτε μορφή, η οποία μπορεί να είναι π.χ. ομαδικά αθλήματα, ατομική άσκηση, χορός, ή αθλήματα περιπέτειας, έτσι ώστε να επιδιώκουν τη συνέχιση και τη διαρκή ενασχόληση με τη δραστηριότητα αυτή.



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

Εναλλακτικές προσεγγίσεις στη ΦΑ

Έμφαση στην ανάπτυξη της υπευθυνότητας

- Για την επίτευξη του στόχου αυτού μπορούν να χρησιμοποιηθούν συγκεκριμένες τεχνικές όπως:
 - Η ανάθεση ρόλων με συγκεκριμένα καθήκοντα στους μαθητές και η συζήτηση μαζί τους για τη σημασία της συνέπειας, της δέσμευσης και της τήρησης υποσχέσεων.
 - Η παρουσίαση ηθικών διλημμάτων και η συζήτηση για θέματα, όπως η διάχυση ευθυνών σε ένα ομαδικό άθλημα, η ευθύνη που αναλογεί στον καθένα σε μια ομαδική προσπάθεια, και η απόδοση ευθυνών σε άλλους.
 - Η σύνδεση της υπευθυνότητας που εξασκούν στο μάθημα Φυσικής Αγωγής οι μαθητές με την υπευθυνότητα σε άλλους τομείς δράσης όπως πχ στην τάξη, στο σπίτι ή στις παρέες τους.



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

Εναλλακτικές προσεγγίσεις στη ΦΑ

Έμφαση στην διδασκαλία δεξιοτήτων ζωής

- Δεξιότητες ζωής (life skills) ονομάζονται οι δεξιότητες οι οποίες βοηθούν ένα άτομο να είναι αποτελεσματικό στο περιβάλλον το οποίο ζει.
- Καθορισμός στόχων
- Νοερή εξάσκηση
- Αυτοδιάλογος



Έμφαση στη Διδασκαλία Δεξιοτήτων Ζωής
Φόρμα Καθορισμού Στόχων

	Η επίδοσή μου στην 1η μέτρηση Ημερομηνία: _____	Ο στόχος μου για την επόμενη μέτρηση	Η επίδοσή μου στη δεύτερη μέτρηση Ημερομηνία: _____
Δοκιμασία 1			
Δοκιμασία 2			

Η ΔΕΣΜΕΥΣΗ ΜΟΥ ΝΑ ΠΕΤΥΧΩ ΤΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ ΜΟΥ

Για να πετύχω τους στόχους που έβαλα...	ΝΑΙ	ΟΧΙ
Θα πάρω μέρος σε όλα τα μαθήματα ως την επόμενη μέτρηση.		
Στα μαθήματα θα εκτελώ όλες τις προσπάθειες.		
Στα μαθήματα θα είμαι συγκεντρωμένος στις οδηγίες του καθηγητή.		
Θα εξασκηθώ και έξω από το σχολείο.		



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου
Εναλλακτικές μέθοδοι διδασκαλίας

- Η μέθοδος του παραγγέλματος
- Η πρακτική μέθοδος
- Η μέθοδος της αμοιβαίας διδασκαλίας
- Η μέθοδος του αυτοελέγχου
- Η μέθοδος της καθοδηγούμενης ανακάλυψης



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου
Εναλλακτικές μέθοδοι διδασκαλίας
Η μέθοδος της αμοιβαίας διδασκαλίας

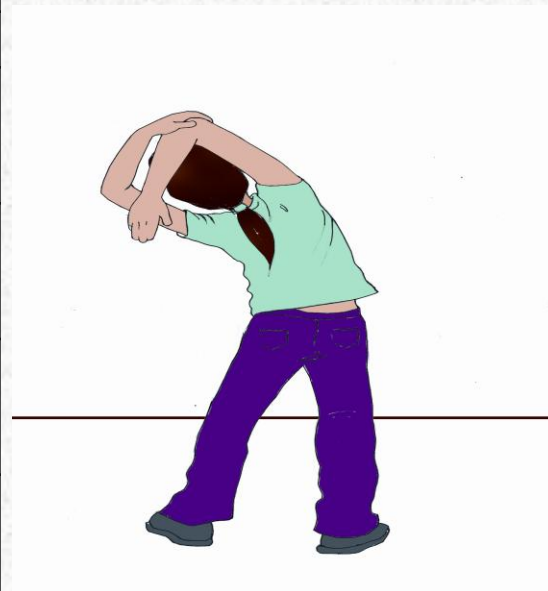
- Στόχος αυτής της μεθόδου είναι οι μαθητές να μάθουν να ασκούνται με ένα μαθητή-βοηθό.
- Ο βοηθός έχει το ρόλο του παρατηρητή και παρέχει ανατροφοδότηση στο συμμαθητή του που εκτελεί, σύμφωνα με τα κριτήρια που έχει προετοιμάσει ο καθηγητής.



Μέθοδος Αμοιβαίας Διδασκαλίας Παράδειγμα Κάρτας Αμοιβαίας Διδασκαλίας

Διάταση τρικεφάλου βραχιονίου και πλευρικής επιφάνειας του κορμού

Σημεία ελέγχου	Μαθητής Α		Μαθητής Β	
	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ
Είναι στην όρθια θέση με τα γόνατα λίγο λυγισμένα;				
Τραβά μαλακά με το ένα χέρι τον αγκώνα του άλλου χεριού πίσω από το κεφάλι;				
Κάμπτει τον κορμό πλάγια;				
Μένει σε αυτήν τη θέση για 10'';				
Εκτελεί στη συνέχεια από την άλλη πλευρά;				





Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

Εναλλακτικές μέθοδοι διδασκαλίας

Η μέθοδος του αυτοελέγχου

- Η μέθοδος του αυτοελέγχου χρησιμοποιείται όταν στόχος είναι να μάθουν οι μαθητές να εκτελούν μια άσκηση και να αξιολογούν οι ίδιοι την απόδοσή τους.
- Όταν χρησιμοποιείται η μέθοδος αυτή, οι μαθητές δουλεύουν μόνοι τους χρησιμοποιώντας κριτήρια τα οποία έχει προετοιμάσει ο καθηγητής



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου Εναλλακτικές μέθοδοι διδασκαλίας Η μέθοδος του αυτοελέγχου

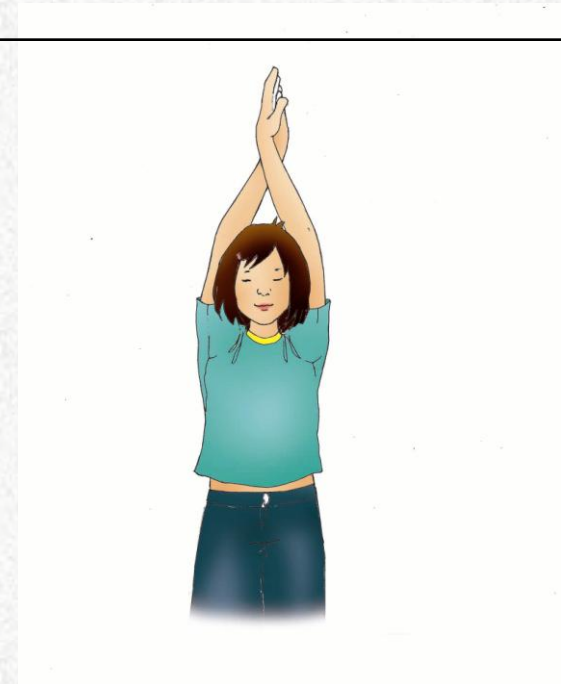
Διάταση τρικέφαλων βραχιονίων

Έλα στην όρθια θέση.

Από τη θέση αυτή σταύρωσε τον ένα καρπό πάνω στον άλλο και “δέσε” τα χέρια στην ανάταση.

Στη συνέχεια τέντωσε τα χέρια πάνω και πίσω από το κεφάλι.

Οι αγκώνες σου πρέπει να είναι πίσω από τα αυτιά.





Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου

Εναλλακτικές μέθοδοι διδασκαλίας

Η μέθοδος της καθοδηγούμενης ανακάλυψης

- Με αυτή τη μέθοδο διδασκαλίας ο καθηγητής, ακολουθώντας μια σειρά ερωτήσεων, προσπαθεί να βοηθήσει τους μαθητές να φτάσουν μόνοι τους στη σωστή απάντηση σ' ένα πρόβλημα.
- Με αυτόν τον τρόπο διδασκαλίας, οι μαθητές λαμβάνουν **ενεργό μέρος** στη διαπίστωση της ορθότητας της πληροφορίας που δέχονται.



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου Σύνδεση θεωρίας με πράξη

Κάθε μάθημα είναι διαμορφωμένο με μία μέθοδο διδασκαλίας και μία διδακτική προσέγγιση τα οποία σηματοδοτούνται

ΜΑΘΗΜΑ 4.8	Αγωνίσματα στίβου - Ρίψεις: Ακοντισμός Έμφαση στην: Ανάπτυξη της υπευθυνότητας Μέθοδος διδασκαλίας: Αμοιβαία
----------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου Σύνδεση θεωρίας με πράξη

- Σε κάθε διδακτική ενότητα (η οποία αφορά σε ένα αντικείμενο του Αναλυτικού Προγράμματος) υπάρχουν σχετικοί μαθησιακοί στόχοι και σύνδεση με το συγκεκριμένο σημείο των πλάνων μαθημάτων, στο οποίο θεωρούμε ότι επιδιώκεται η επίτευξη του συγκεκριμένου στόχου.

	Μετά τα μαθήματα αυτής της ενότητας, οι μαθητές θα:	Συγκεκριμένα μέρη των μαθημάτων που συντελούν στην επίτευξη του κάθε στόχου
Ψυχοκινητικοί	Μπορούν να εκτελούν σε ικανοποιητικό βαθμό τα κύρια στοιχεία της τεχνικής των αλμάτων	Μαθήματα 4.10 έως και 4.15, κύριο μέρος.



Τα χαρακτηριστικά του βιβλίου Σύνδεση θεωρίας με πράξη

- Σε κάθε πλάνο μαθήματος οι μαθησιακοί στόχοι εξειδικεύονται.

ΜΑΘΗΜΑ 1.4	Καλαθοσφαίριση: Η έννοια του χώρου στην άμυνα και στην επίθεση Έμφαση στην: Κατανόηση των αθλοπαιδιών Μέθοδος διδασκαλίας: Καθοδηγούμενη ανακάλυψη
Όργανα – Υλικά: 1. 2 μπάλες καλαθοσφαίρισης	Στο μάθημα αυτό οι μαθητές: <ul style="list-style-type: none">• Θα κατανοήσουν την έννοια του χώρου στην καλαθοσφαίριση.• Θα μάθουν τις διαστάσεις ενός γηπέδου καλαθοσφαίρισης