



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ  
ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

Αριστεία & Καινοτομία στην Εκπαίδευση 2010-2011

Έντυπο Ανάπτυξης Περιεχομένου Καινοτόμου Δράσης

1 – Γράψτε μία περίληψη της καινοτόμου δράσης (μέχρι 1 σελίδα).

### Η ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

#### ΣΤΑ ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ ΤΗΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ.

Σκοπός της παρούσας καινοτόμου δράσης είναι η εφαρμογή ενός προγράμματος κατά το οποίο η κολύμβηση διδάσκεται στοχευόμενα στους μαθητές της Γ', Δ' και κατά περίπτωση στην Ε' τάξη. Πιο συγκεκριμένα, επιμέρους σκοποί είναι η διερεύνηση της δυνατότητας πραγματοποίησης του προγράμματος και η διερεύνηση της κατεύθυνσης των προσεγγίσεων της διδασκαλίας του συγκεκριμένου προγράμματος σε σχέση με τις νέες τάσεις, όπως ορίζει το ΑΠΣ/ ΔΕΠΠΣ της Φυσικής Αγωγής. Το πρόγραμμα εφαρμόστηκε για πρώτη φορά τη σχολική χρονιά 2008 – 2009 στα Δημοτικά Σχολεία του Δήμου Κατερίνης και σήμερα εφαρμόζεται για τρίτη συνεχόμενη χρονιά. Κατά την εφαρμογή του προγράμματος την πρώτη χρονιά συμμετείχαν μαθητές από τις Δ, Ε και Στ τάξεις δυο **σχολικών μονάδων** από το 7<sup>ο</sup> και το 13<sup>ο</sup> Δ. Σ. Κατερίνης. Την επόμενη σχολική χρονιά, **2009-2010**, συμμετείχαν μαθητές από τρεις σχολικές μονάδες (7<sup>ο</sup>, 12<sup>ο</sup> και 13<sup>ο</sup> Δ.Σ. Κατερίνης), συνολικά έλαβαν μέρος 19 τμήματα από Γ έως Στ' τάξη. Τη φετινή χρονιά **2010-2011** το πρόγραμμα διδασκαλίας της κολύμβησης επεκτάθηκε και εφαρμόζεται σε **7 σχολικές μονάδες** (2<sup>ο</sup>, 7<sup>ο</sup>, 9<sup>ο</sup>, 12<sup>ο</sup> και 13<sup>ο</sup> Δημοτικά Κατερίνης καθώς και τα Δημοτικά σχολεία του Σβορώνου Κατερίνης και της Περίστασης Κατερίνης. Οι μαθητές που συμμετέχουν παρακολουθούν ένα διετή κύκλο μαθημάτων, ο οποίος διαρκεί ένα τρίμηνο κάθε έτος και περιλαμβάνει 12 διδακτικές ενότητες των 60'. Στο τέλος κάθε κύκλου διδασκαλίας υπάρχει γνωστική και πρακτική αξιολόγηση της διδακτέας ύλης

καθώς και γιορτή επίδειξης των κολυμβητικών ικανοτήτων των παιδιών.

## 2 – Περιγράψτε το πώς προέκυψε η καινοτόμος δράση (μέχρι 2 σελίδες).

Εμπνευστές αυτής της δράσης ήταν οι διδάσκοντες εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής με ειδικότητα στη Κολύμβηση και μεγάλη εμπειρία στη διδασκαλία της Κολύμβησης: κ.κ. Νταμπάκης Βασίλειος & Μισαηλίδης Κώστας αρχικά οι οποίοι σε συνεργασία με το σχολικό σύμβουλο Φυσικής Αγωγής: κ. Παπαργυρίου Αλέξανδρο, την έθεσαν σε εφαρμογή. Την ομάδα συμπλήρωσε από το σχολικό έτος 2009-2010 ο εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής Νικοδέλης Θωμάς. Η ομάδα έχει από το 2009-2010 την αρωγή του κ. Παπαχαρίση Βασίλειου Διευθυντή του Πανεπιστημιακού Γυμναστηρίου του Α.Π.Θ. που συμμετέχει ως επιστημονικός συνεργάτης. Η δράση είναι απόρροια του προβληματισμού τους για την αναγκαιότητα της εκμάθησης της κολύμβησης στους μαθητές των δημοτικών της Κατερίνης και την ένταξη της στο πρόγραμμα του δημόσιου σχολείου.

Πρέπει να επισημανθεί ότι η Πιερία είναι μια περιοχή με μεγάλη ακτογραμμή και εύκολη πρόσβαση στη θάλασσα, συνεπώς είναι σημαντικό οι κάτοικοι της και κυρίως οι μαθητές να γνωρίζουν κολύμβηση σε μικρή ηλικία ώστε να μπορούν να χαίρονται τη θάλασσα με γνώση των βασικών κανόνων ασφαλούς κολύμβησης. Πέρα από την παραπάνω γενική διαπίστωση, στην τοπική κοινωνία της Κατερίνης υπάρχουν γονείς που δεν έχουν τη οικονομική άνεση να προσφέρουν στα παιδιά τους τη δυνατότητα να μάθουν σωστά τη δραστηριότητα της κολύμβησης εκτός ωραρίου σχολείου. Η εφαρμογή της δράσης σε σχολεία αυτών των περιοχών αποτέλεσε ένα επιπλέον κίνητρο, ώστε να δοθεί η ευκαιρία σε μεγάλο αριθμό παιδιών να έρθουν ουσιαστικά για πρώτη φορά σε επαφή με το υγρό στοιχείο μέσα από μια προοπτική διδασκαλίας της κολύμβησης την οποία ίσως να μην είχαν ποτέ.

Όλες οι παραπάνω ανησυχίες βρήκαν σημείο αφετηρίας την έστω απλή αναφορά των ΑΠΣ/ΔΕΠΠΣ στην διδασκαλία της κολύμβησης. Στηριζόμενοι πάνω σε αυτό το δεδομένο οι φορείς υλοποίησης του προγράμματος, εκπαιδευτικοί και αρμόδιοι προϊστάμενοι συνεργάστηκαν με το Δήμο και τη διοίκηση του τοπικού αθλητικού κέντρου για τη παραχώρηση του κολυμβητηρίου, καθώς και με τα αστικά λεωφορεία για τη μεταφορά των μαθητών.

Κατά τη δεύτερη χρονιά λειτουργίας, το πρόγραμμα διδασκαλίας της κολύμβησης πήρε την τελική του μορφή όσον αφορά τις διαδικασίες αξιολόγησης, οριοθέτησης και μεθοδολογικής προσέγγισης της ύλης.

Επιπλέον πέρα από τους προβληματισμούς και τις ιδιαιτερότητες της τοπικής

κοινωνίας, τα στοιχεία του Υπουργείου Εμπορικής Ναυτιλίας (ΕΛ.ΣΤΑΤ. 2010) ενίσχυσαν την αίσθηση των συντελεστών του προγράμματος για την αναγκαιότητα ανάληψης της δράσης.

Στην Ελλάδα από το 1987 μέχρι το 2008, υπάρχει μέσος όρος πνιγμών 329 ανά έτος σε σύνολο 7247. Από το σύνολο των ανθρώπων που έχασαν τη ζωή τους στη θάλασσα περισσότεροι από 6007 ήταν Έλληνες. Μεταξύ 2004-2008 οι πνιγμοί παρουσίασαν αύξηση 17,6% και μεταξύ 2006-2007 το ποσοστό ανέβηκε κατά 21,1%.

Στην Ευρώπη και σε χώρες με πολύ λιγότερες ακτές από ότι στην Ελλάδα δίνουν ιδιαίτερη έμφαση στην εκμάθηση της κολύμβησης από τη σχολική ηλικία. Στην Αγγλία, διδάσκεται από το 1914 (Green, Smith & Roberts 2005; Carney & Armstrong 1996) στις ηλικίες 3-6 ετών. Στη Σκανδιναβικές χώρες, διδάσκεται μέχρι τα 11 (Green, Smith & Roberts 2005; Marshall & Hardman 2000; Dencker, Thorsson, Karlsson et al. 2005). Στην Γερμανία και στην Αυστρία το κολύμπι είναι μέρος του πρωτοβάθμιου αναλυτικού προγράμματος (Green & Hardman 2005). Στην Γαλλία το κολύμπι διδάσκεται στην Β΄ και Γ΄ τάξη του δημοτικού σχολείου, (Marshall & Hardman 2000). Τέλος σε όλες τις περιπτώσεις υπάρχουν ξεκάθαροι στόχοι αξιολόγησης οι οποίοι, πέρα από την κολυμβητική ικανότητα, αφορούν τη γνώση και ικανότητα χειρισμού έκτακτων καταστάσεων μέσα στο νερό (Green & Hardman 2005). Στην χώρα μας αντίθετα, αν και είναι αυταπόδεικτη η αναγκαιότητα της διδασκαλίας της κολύμβησης εντούτοις δεν είναι ακόμη εφαρμοσμένα ενταγμένα στην εκπαίδευση. Τα δραματικά παραπάνω στατιστικά, αλλά και οι πρακτικές που έχουν υιοθετήσει άλλες χώρες της Ευρώπης αναδεικνύουν τη χρησιμότητα της κολύμβησης και το ρόλο του σχολείου στη πρόληψη αλλά και τη καθοδήγηση και αποτέλεσαν τις αιτίες υλοποίησης της συγκεκριμένης δράσης.

Η μορφή της διδασκαλίας αποτέλεσε έναν ακόμη προβληματισμό, ώστε μέσα από τη διαδικασία εκμάθησης της κολύμβησης οι μαθητές/τριες να ωφεληθούν μαθαίνοντας και μια σειρά άλλων δεξιοτήτων οι οποίες θα τους είναι χρήσιμες τόσο στο σχολείο όσο και στη ζωή τους γενικότερα. Δεξιότητες όπως η ασφαλή χρήση των κολυμβητηρίων, ο σεβασμός των κανόνων ασφαλείας γενικότερα αλλά και ειδικότερα σε πισίνες και παραλίες, ο σεβασμός στους άλλους, η υπομονή, η ασφαλή μετακίνηση εκτός σχολείου, κ.α.

**3 – Περιγράψτε αναλυτικά την καινοτόμο δράση και τη διαδικασία εφαρμογής στο σχολικό πρόγραμμα ή στη σχολική κοινότητα (μέχρι 12 σελίδες).**

Καινοτόμος δράση

Για το σχεδιασμό του προγράμματος η ομάδα σχεδιασμού έλαβε υπόψη της τα παρακάτω:

α) Το ΑΠΣ/ΔΕΠΠΣ της Φυσικής Αγωγής για το δημοτικό σχολείο. Ο σχεδιασμός του προγράμματος έπρεπε να εκφράζει τις επιδιώξεις του αναλυτικού προγράμματος για το Δημοτικό Σχολείο. Υπό το πρίσμα αυτό υπήρχε ξεχωριστή μέριμνα για τη σύνδεση της διδασκαλίας με τους στόχους του αναλυτικού προγράμματος. Πιο συγκεκριμένα:

- *Ο ψυχοκινητικός στόχος :* για την εκπλήρωση του υπήρχε επαρκής χρόνος φυσικής δραστηριότητας στο καθημερινό πλάνο μαθήματος, η φυσική δραστηριότητα είχε την ένταση και τη μορφή που συνάδει με την ηλικία των μαθητών/τριων έτσι ώστε να είναι σε θέση:

- να εισπνέουν και να εκπνέουν μέσα στο νερό.
- να επιπλέουν και να προωθούνται στο νερό σε πρηνή και ύπτια θέση με και χωρίς βοηθητικά μέσα.
- να βυθίζονται μέσα στο νερό από την επιφάνεια του αλλά και από ύψος.
- να παίζουν και να διασκεδάζουν με το νερό.

- *Ο γνωστικός στόχος:* σε ότι αφορά το γνωστικό κομμάτι οι μαθητές/τριες θα έπρεπε αφού πρώτα εξοικειωθούν με το νερό να μάθουν:

- τη λειτουργία της ανθρώπινης αναπνοής (συνειδητή εισπνοή - εκπνοή από τη μύτη και το στόμα)
- βασικές αρχές της προώθησης του ανθρώπου μέσα στο νερό (η προώθηση στο νερό γίνεται με το σώμα σε οριζόντια θέση)
- την έννοια της βύθισης του ανθρώπου μέσα στο νερό (επίδραση της πίεσης του νερού στο σώμα)
- βασικές αρχές προσωπικής υγιεινής και ασφάλειας σε χώρους κολυμβητικών δεξαμενών
- βασικές αρχές ναυαγοσωστικής διάσωσης

- *Ο συναισθηματικός στόχος:* το πρόγραμμα σχεδιάστηκε με

τέτοιο τρόπο ώστε να προάγει την ολοκλήρωση της προσωπικότητας των μαθητών. Πιο συγκεκριμένα αποσκοπούσε στο να ενισχυθεί:

- η αυτοπεποίθηση των μαθητών μέσα στο νερό.
- η ανάληψη πρωτοβουλιών από τους μαθητές στα πλαίσια του μαθήματος.
- το αίσθημα της ασφάλειας των μαθητών στο υγρό στοιχείο.
- η κοινωνικότητα των μαθητών

Η διδασκαλία της κολύμβησης στο πρόγραμμα για την επίτευξη των παραπάνω στόχων στηρίχθηκε σε δυο παράγοντες: πρώτον ότι η εκμάθηση της κολύμβησης δεν απαιτεί σωματική υπεροχή και δεύτερον ότι η κολύμβηση διδάσκεται με τη γλώσσα του σώματος, ώστε όλοι οι μαθητές να έχουν ίσες ευκαιρίες μάθησης. Με το παιχνίδι επιδιώχθηκε η εμπειρία της συμμετοχής των μαθητών στο μάθημα να είναι ευχάριστη και διασκεδαστική, με απώτερο σκοπό να επιλεγεί η κολύμβηση ως μια από τις δραστηριότητες δια βίου άσκησης στο μέλλον. Οι τρεις άξονες στους οποίους στηρίχθηκε η διδακτική προσέγγιση της κολύμβησης για τη μελλοντική χρήση της ως δια βίου άσκηση για υγεία ήταν:

- η εκμάθηση της κολύμβησης είναι διασκεδαστική.
- η γνώση της κολύμβησης μπορεί να σώσει μια ζωή.
- η κολύμβηση είναι η ιδανική άσκηση για το σώμα.

Τα παραπάνω διδάχθηκαν με στόχο την αυτονομία των μαθητών μέσα στο νερό και όχι την εκμάθηση των αγωνιστικών κολυμβητικών τεχνικών. Η εμπέδωση της ύλης αξιολογήθηκε πρακτικά κατά το μάθημα της αξιολόγησης αλλά και θεωρητικά με κριτήριο αξιολόγησης ερωτήσεων γνωστικού περιεχομένου.

Εκτός από τους παραπάνω στόχους, στο σχεδιασμό του προγράμματος λήφθηκαν υπόψη οι αναφορές που γίνονται στα νέα ΑΠΣ/ΔΕΠΠΣ (Παιδαγωγικό Ινστιτούτο 2003) για τη διαθεματικότητα και τη διαπολιτισμική εκπαίδευση. Επιδιώχθηκε, η διδασκαλία να αποτελέσει πηγή δραστηριοτήτων κατάλληλων να επιφέρουν τις επιδιωκόμενες διασυνδέσεις της γνώσης και της μάθησης. Επίσης το μάθημα σχεδιάστηκε κατά τρόπο τέτοιο ώστε να προάγει αξίες που προωθούν τον επαναπροσδιορισμό της θέσεως των μαθητών από άλλες χώρες. Το μάθημα συνέβαλλε στο να βιώσουν οι μαθητές με έναν διασκεδαστικό τρόπο, τις πολιτιστικές

διαφορές στον αθλητισμό, στην αντίληψη του σώματος και στην κίνηση, προάγοντας το σεβασμό, την ανοχή και τη διαπολιτισμική κατανόηση.

β) Τις ιδιαίτερες συνθήκες – ανάγκες του κάθε σχολείου που συμμετείχε στο πρόγραμμα.

Το ενδιαφέρον των σχολικών μονάδων για συμμετοχή στο πρόγραμμα ήταν μεγάλο, όμως για πρακτικούς λόγους, δηλαδή έλλειψη εξειδικευμένου προσωπικού και επάρκεια χώρου, την πρώτη σχολική χρονιά συμμετείχαν δυο σχολεία και κατόπιν ο αριθμός σχολείων αυξήθηκε σταδιακά. Την πρώτη χρονιά εφαρμογής του προγράμματος επελέγησαν οι σχολικές μονάδες που βρίσκονταν κοντά στο κολυμβητήριο καθώς η μετακίνηση των μαθητών μπορούσε να γίνει με τα πόδια. Την επόμενη σχολική χρονιά για την επιλογή του τρίτου σχολείου λήφθηκε υπόψη το κοινωνικό – βιοτικό επίπεδο της περιοχής και επιλέχθηκε ένα σχολείο από περιφερειακή συνοικία του Δήμου Κατερίνης και οι μαθητές μετακινήθηκαν με λεωφορείο.

Το πρόγραμμα διδασκαλίας της Κολύμβησης, αναπτύχθηκε ύστερα από ανασκόπηση σχετικών προγραμμάτων και αφού για κάθε άσκηση και κάθε μαθησιακό στόχο ελήφθησαν υπόψη κατά κύριο λόγο τα αναπτυξιακά χαρακτηριστικά των παιδιών που πήραν μέρος στο πρόγραμμα και η ιδιαιτερότητα των ασκήσεων σε σχέση με το υγρό στοιχείο (νερό). Το μάθημα της κολύμβησης διδάχθηκε σε συνεχόμενο δίωρο, την 5η & 6η ώρα του ωρολογίου προγράμματος. Η διάρκεια των μαθημάτων ήταν τρίμηνη για κάθε τμήμα και περιλάμβανε 12 διδακτικές ενότητες των 60'. Για την υλοποίηση των μαθημάτων καταρτίστηκαν αντίστοιχα πλάνα μαθήματος συνοδευόμενα από φύλλα εργασίας, καθώς και κριτήριο αξιολόγησης του γνωστικού επιπέδου των μαθητών για την αντίστοιχη διδακτέα ύλη αλλά και πλάνο μαθήματος πρακτικής αξιολόγησης. Την περίοδο διδασκαλίας της κολύμβησης στη σχολική μονάδα γίνεται τροποποίηση του ωρολογίου προγράμματος, ώστε κάθε τμήμα να μην υπερβαίνει τις 2 ώρες Φυσικής Αγωγής ανά εβδομάδα. Έτσι για ένα τρίμηνο στις ώρες της φυσικής αγωγής το τμήμα που συμμετείχε στο πρόγραμμα διδάχθηκε αποκλειστικά κολύμβηση. Σε όλα τα μαθήματα τουλάχιστον δύο εκπαιδευτικοί βρισκόταν πάντα μέσα στην πισίνα διδάσκοντας το ίδιο αντικείμενο.

Ο βαθμός δυσκολίας των ασκήσεων άλλαζε ανάλογα με το επίπεδο των μαθητών και τις ανάγκες του κάθε τμήματος και κατά περίπτωση υπήρχε

εξατομίκευση της διδασκαλίας. Επίσης χρησιμοποιήθηκε συστηματικά η μέθοδος της καθοδηγούμενης ανακάλυψης, κατά την οποία οι διδάσκοντες θέτουν για τους μαθητές κινητικά προβλήματα μέσα στο νερό και παρέχουν διαφορετικούς τρόπους επίλυσης. Επιπλέον εφαρμόστηκε η ομαδοσυνεργατική διδασκαλία κατά την οποία οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες, συνεργαζόμενοι όλοι μαζί ή εναλλάσσοντας μεταξύ τους, τους ρόλους μαθητή και δάσκαλου. Στόχος όλων των παραπάνω ήταν οι μαθητές/τριες να γνωρίσουν, εκτός από τις κινητικές δεξιότητες της κολύμβησης, να συνεργάζονται, να αποκτήσουν θετική κοινωνική συμπεριφορά και υπευθυνότητα, καθώς και να αποδεχθούν τη διαφορετικότητα του άλλου. Ο γενικότερος στόχος του προγράμματος ήταν να αγαπήσουν οι μαθητές/τριες την κολύμβηση και να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση μέσα στο νερό. Η αξιολόγηση της δράσης έγινε σε τρία επίπεδα.

Για την αξιολόγηση του προγράμματος από του μαθητές/τριες δόθηκαν τρία διαφορετικά ερωτηματολόγια πριν και μετά την εφαρμογή του προγράμματος. Τα ερωτηματολόγια αυτά αξιολογούσαν σε σχέση με τα περιεχόμενα του προγράμματος: α) τις γνώσεις των παιδιών, β) την εσωτερική τους παρακίνηση και γ) τις στάσεις σε σχέση με το μάθημα της κολύμβησης. Επιπλέον αξιολογήθηκαν οι στάσεις των γονέων και των δασκάλων σε σχέση με την εφαρμογή του μαθήματος της κολύμβησης στο δημοτικό σχολείο.

Στο τέλος του σχολικού έτους 2009-2010 πραγματοποιήθηκε η γιορτή κολύμβησης όπου όλα τα παιδιά που συμμετείχαν στα μαθήματα έκαναν επίδειξη των κολυμβητικών τους ικανοτήτων, αλλά και της κολυμβητικής παιδείας που απέκτησαν στο μάθημα της κολύμβησης, παίρνοντας μέρος σε παιχνίδια νερού τα οποία πέρα από τη διασκέδαση είχαν ως σκοπό και την ανάδειξη των γνώσεων τους στο αντικείμενο. Επίσης δόθηκε στους μαθητές αναμνηστικό δίπλωμα κολυμβητικής επάρκειας αντίστοιχο με τα αντικείμενα διδασκαλίας και την επίδοση τους στην αξιολόγηση αυτών των αντικειμένων.

#### Διαδικασίες για την εφαρμογή της δράσης

Την πρώτη χρονιά (2008-2009) για την έναρξη του προγράμματος τηρήθηκαν οι νόμιμες διαδικασίες έγκρισης του από τις αρμόδιες υπηρεσίες, φορείς και συμβούλια. Καταρχήν ενημερώθηκε το παιδαγωγικό ινστιτούτο, το οποίο και ήταν



θετικό καθώς η δράση προβλέπεται από τα αναλυτικά προγράμματα Φυσικής Αγωγής. Για την υλοποίηση και την επιτυχία του προγράμματος έπρεπε επιπλέον να συνηγορήσει μεγάλος αριθμός στελεχών της εκπαίδευσης και άλλων εμπλεκόμενων ομάδων και φορέων. Αυτοί ήταν ο Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής, ο αρμόδιος Σχολικός Σύμβουλος της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, ο Διευθυντής Εκπαίδευσης, τα μέλη του ΠΥΣΠΕ, ο Διευθυντής, ο Σύλλογος Διδασκόντων και ο Σύλλογος Γονέων & Κηδεμόνων του κάθε σχολείου και τέλος ο Δήμος για τη παραχώρηση των εγκαταστάσεων του Κολυμβητηρίου. Το ΠΥΣΠΕ διέθεσε αποκλειστικά με συμπλήρωση του ωραρίου, για την υλοποίηση της δράσης την πρώτη χρονιά (2008-2009) δύο Καθηγητές Φυσικής Αγωγής με οργανική θέση, τη δεύτερη (2009-2010) διέθεσε ένα αποσπασμένο Καθηγητή Φυσικής Αγωγής επιπλέον αυτών και τη τρίτη χρονιά (2010-2011) ακόμη ένα αποσπασμένο, φθάνοντας συνολικά τους τέσσερις εκπαιδευτικούς με ειδικότητα στην κολύμβηση που εργάζονται για την υλοποίηση της δράσης.

Από τη δεύτερη χρονιά και έπειτα σε κάθε σχολείο που εκδηλώνει ενδιαφέρον για να ενταχθεί στο πρόγραμμα ενημερώνεται αρχικά ο σύλλογος διδασκόντων από τους αρμόδιους εκπαιδευτικούς που διδάσκουν το μάθημα της κολύμβησης. Έπειτα έχοντας καταρχήν τη σύμφωνη γνώμη του συλλόγου γονέων και του συλλόγου διδασκόντων, υποβάλλει σχετική αίτηση προς το σχολικό σύμβουλο ΦΑ, προς το Σχολικό Σύμβουλο Α/θμιας Εκπ/σης αρμοδιότητας του σχολείου και προς το ΠΥΣΠΕ και η συμμετοχή του αποφασίζεται από το σχολικό σύμβουλο Φυσικής Αγωγής και τους διδάσκοντες στο πρόγραμμα.

Κατόπιν σε κάθε σχολείο που επιλέγεται, γίνεται ενημέρωση των γονέων που πρόκειται να συμμετέχουν τα παιδιά τους καθώς και των γονέων των μικρότερων τάξεων που θα συμμετέχουν μελλοντικά. Συγκεντρώνονται υπεύθυνες δηλώσεις συμμετοχής από τους γονείς και εφόσον τα επιλεγμένα τμήματα δηλώσουν ενδιαφέρον σε ποσοστό μεγαλύτερο των  $\frac{3}{4}$  των μαθητών, τότε παίρνουν μέρος στη διδασκαλία της κολύμβησης. Η διδασκαλία είναι στοχευόμενη στην Γ' και Δ' τάξη σύμφωνα με όσα αναπτύχθηκαν παραπάνω, όμως όσα σχολεία συμμετέχουν για πρώτη χρονιά στο πρόγραμμα συμμετέχουν και με την Δ' τάξη η οποία ολοκληρώνει τη διδασκαλία την επόμενη χρονιά στην Ε' τάξη.

**4 – Περιγράψτε τρόπους δυνατής διεύρυνσης της εφαρμογής και σε άλλους τομείς/αντικείμενα της σχολικής μονάδας (μέχρι 2 σελίδες).**

Από την έναρξη της καινοτόμου δράσης μέχρι σήμερα έχει δημιουργηθεί ένα οργανωμένο και δοκιμασμένο πλαίσιο εφαρμογής του μαθήματος που περιλαμβάνει τις διαδικασίες εφαρμογής του, διδακτικούς στόχους, διδακτέα ύλη και μεθοδολογίες διδασκαλίας στοχευόμενες και εφαρμοσμένες στις Γ' Δ' Ε' & Στ' τάξεις του δημοτικού. Συνεπώς σε πρώτη φάση η παρούσα δράση μπορεί να εφαρμοστεί στα νέα σχολεία(800) για τις ίδιες τάξεις. Μάλιστα για τη τρέχουσα χρονιά 2010-2011 πέντε (5) από τα σχολεία της Κατερίνης που συμμετέχουν στη διδασκαλία της κολύμβησης είναι μέσα στα 800. Στη προκειμένη περίπτωση το ωράριο μπορεί να χρειαστεί διαφοροποίηση καθώς το πρόγραμμα τελειώνει στις 14:00 και είναι καθιερωμένο το 7ώρο, άρα είναι πιο δόκιμο το μάθημα της κολύμβησης να γίνει την 6<sup>η</sup> & 7<sup>η</sup> ώρα του προγράμματος. Βέβαια, ειδικά για τις Γ' και Δ' τάξεις οι ώρες τις Φυσικής Αγωγής έχουν αυξηθεί σε 4 την εβδομάδα και αυτό επιτρέπει τη διδασκαλία του μαθήματος της κολύμβησης σε συνεχόμενο τρίωρο 5<sup>η</sup> -6<sup>η</sup> & 7<sup>η</sup> ώρα ώστε να υπάρχει επαρκής χρόνος (60'λεπτά) μαθήματος για την διδασκαλία της προγραμματισμένης ύλης και την εκπλήρωση των στόχων του μαθήματος. Το τελευταίο μπορεί να είναι ζήτημα ειδικότερα για τα σχολεία που βρίσκονται μακριά από το κολυμβητήριο και απαιτείται περισσότερη ώρα για τη μετακίνησή τους, καθώς οι τελευταίες ώρες είναι μικρότερες και με μικρότερα διαλείμματα. Κατά τη φετινή υλοποίηση της δράσης (2010-2011) εφαρμόζονται και οι δύο παραπάνω λύσεις ενώ τα αντίστοιχα σχολεία έχουν προβεί σε ανάλογες τροποποιήσεις των προγραμμάτων τους. Σε κάποιες περιπτώσεις μάλιστα η τρίτη συνεχόμενη ώρα διδασκαλίας έχει ενταχθεί στην ευέλικτη ζώνη.

Είναι σημαντικό να ληφθεί υπόψη ότι η διδασκαλία της κολύμβησης είναι μια ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα δραστηριότητα που μπορεί να αναπτυχθεί στα πλαίσια του ολοήμερου σχολείου με την προϋπόθεση ότι μπορεί να διευθετηθεί το θέμα του φαγητού. Με δεδομένο αυτό το πρακτικό αλλά σημαντικό ζήτημα προτείνεται να οριστεί μια μέρα η οποία θα είναι αφιερωμένη στο κολύμπι και το τμήμα που θα συμμετέχει θα επιστρέφει στο σχολείο για φαγητό την τελευταία ώρα του προγράμματος. Μια τέτοια δράση θα μπορούσε να καλυφθεί από εξειδικευμένους διδάσκοντες (ΚΦΑ με ειδικευση στην κολύμβηση) οι οποίοι με βάση το κολυμβητήριο θα κάλυπταν κάθε μέρα και άλλο τμήμα για όλες τις ώρες του

ολοήμερου.

Τα πιλοτικά ολοήμερα αποτελούν μια άλλη μορφή σχολικής μονάδας που μπορεί να εφαρμοστεί το πρόγραμμα. Μάλιστα την τρέχουσα χρονιά συμμετέχει στη δράση το 9<sup>ο</sup> Δημοτικό σχολείο Κατερίνης με τα τμήματα της Δ' τάξης, το οποίο είναι πιλοτικό ολοήμερο. Η ιδιαιτερότητα είναι πάλι το φαγητό το οποίο όμως γίνεται νωρίς από τις (12:00 μέχρι τις 13:00 κατά τμήματα ανάλογα με το πλήθος των μαθητών του κάθε σχολείου). Για το λόγο αυτό προτείνεται να γίνει διαφοροποίηση στο ωράριο και οι μαθητές να έρχονται στο κολυμβητήριο μετά το πρώτο δίωρο των μαθημάτων (10:00) ώστε να είναι εγκαίρως πίσω στο σχολείο τους για το φαγητό.

Με γνώμονα τα αναπτυξιακά χαρακτηριστικά και κατάλληλη τροποποίηση των διδακτικών αντικειμένων αλλά και του ωφέλιμου χρόνου διδασκαλίας το μάθημα της κολύμβησης προτείνεται να επεκταθεί στην Β' και Α' τάξη του δημοτικού καθώς και στο νηπιαγωγείο. Το αξιοσημείωτο είναι ότι ενώ τα παιδιά σε αυτές τις ηλικίες πρέπει να συμμετέχουν για λιγότερο χρόνο και με πιο εύκολα διδακτικά αντικείμενα, είναι πιο δεκτικά στη μάθηση της κολύμβησης καθώς δεν έχουν την αίσθηση του φόβου για το νερό στο βαθμό που έχει εδραιωθεί στα μεγαλύτερα παιδιά.

Υπάρχει ακόμη η προοπτική επέκτασης του προγράμματος στις επόμενες βαθμίδες εκπαίδευσης (Γυμνάσιο και Λύκειο). Στη συγκεκριμένη περίπτωση όμως υπάρχουν σημαντικές αλλαγές στα αναπτυξιακά χαρακτηριστικά, την προσωπικότητα αλλά και τον τρόπο ζωής των παιδιών (εφηβεία, σωματικές αλλαγές, υψηλότερο νοητικό επίπεδο και διαφορετικές μαθησιακές ανησυχίες, αλλαγές στην αυτοεκτίμηση, πίεση και άγχος). Οι κατευθύνσεις που θα πρέπει να έχει η δράση είναι η εκπαίδευση των μαθητών στην ασφαλή κολύμβηση και τις βασικές αρχές αυτοδιάσωσης και παροχής ναυαγοσωστικής βοήθειας, ο προβληματισμός των μαθητών σε μαθησιακά, διαθεματικά και περιβαλλοντικά θέματα με αφορμή τη κολύμβηση και το νερό και τέλος η εκτόνωση τους μέσα από το παιχνίδι στο νερό για το οποίο θα πρέπει να υπάρχει ειδικός σχεδιασμός και επένδυση σε υλικοτεχνική υποδομή ώστε να είναι ασφαλές, ελκυστικό, να προάγει με έμμεσο τρόπο τους μαθησιακούς στόχους και να προσφέρει διασκέδαση, εκτόνωση και συναισθηματική κάλυψη στα παιδιά.

Στα τμήματα που συμμετέχουν στο πρόγραμμα της κολύμβησης υπάρχουν παιδιά με ειδικές ικανότητες και κινητικά προβλήματα τα οποία είναι ως ένα βαθμό

ενταγμένα στη κανονική τάξη. Στο μάθημα της κολύμβησης οι πιο σοβαρές περιπτώσεις αυτών των παιδιών, εννιά(9) στο αριθμό μέχρι σήμερα στα τρία έτη διδασκαλίας της κολύμβησης, τυγχάνουν εξατομικευμένης διδασκαλίας καθώς δεν μπορούν να κινηθούν αυτόνομα με ασφάλεια ακόμη και στη μικρή πισίνα. Όμως καθώς το νερό αναιρεί πολλούς από τους περιορισμούς που συναντούν αυτά τα παιδιά στην αυλή του σχολείου, η εμπειρία της διδασκαλίας έχει δείξει ότι μπορούν να πετύχουν ένα ικανοποιητικό επίπεδο εξοικείωσης με το νερό και μάθησης των διδακτικών αντικειμένων βελτιώνοντας μέσα από αυτές τις διαδικασίες τη θέση τους στη κοινωνία της τάξης. Με γνώμονα τις εμπειρίες αυτού του προγράμματος προτείνεται να λειτουργήσει πιλοτικά κάτι αντίστοιχο σε σχολεία ειδικής αγωγής με τις προϋποθέσεις ότι τηρούνται αυστηρά οι κανόνες ασφάλειας, (επάρκεια εξειδικευμένου προσωπικού), οι κανόνες υγιεινής (ειδική κολυμβητική ενδυμασία κατά της ακράτειας) και έχουν τεθεί προσαρμοσμένοι εκπαιδευτικοί στόχοι (αυτοεξυπηρέτηση, εξοικείωση με το νερό).

Το μάθημα της κολύμβησης προσφέρεται για διαθεματικές δράσεις. Διαθεματικά μπορούν να το προσεγγίσουν οι θετικές επιστήμες. Οι έννοιες της άνωσης, της πίεσης, της μεταφοράς της θερμοκρασίας, της αντίστασης και της προώθησης στο υγρό στοιχείο μπορούν εύκολα να εμπεδωθούν από τους μαθητές. Επίσης προσφέρεται και για δραστηριότητες της ευέλικτης ζώνης. Για παράδειγμα στις 13 Ιανουαρίου ένα από τα σχολεία που συμμετέχουν στο πρόγραμμα, στα πλαίσια της θεατρικής αγωγής δραματοποίησε μια σκηνή διάσωσης από πνιγμό σε κολυμβητήριο.

Το σχολικό έτος 2009-10 δόθηκε η δυνατότητα σε όλα τα σχολεία του νομού να πραγματοποιήσουν, κατά τη διάρκεια του Γ' τριμήνου, εκπαιδευτικές επισκέψεις των τάξεων Γ', Δ' και Ε' στο κολυμβητήριο Κατερίνης και να κάνουν ένα μάθημα κολύμβησης, ώστε οι μαθητές να έρθουν σε επαφή με το αντικείμενο της κολύμβησης.

**5 – Γράψτε τις προϋποθέσεις που θεωρούνται απαραίτητες για την καλύτερη ανάπτυξης της στο σχολείο (μέχρι 2 σελίδες).**

Για την καλύτερη ανάπτυξη της δραστηριότητας στο σχολείο με βάση την εμπειρία εφαρμογής της είναι απαραίτητες κάποιες ενέργειες για την επιτυχία της δράσης και την ασφάλεια των συμμετεχόντων μαθητών. Καταρχήν τα ενδιαφερόμενα σχολεία πρέπει να διασφαλίσουν την διάθεση και την χρήση της πισίνας του πλησιέστερου κολυμβητηρίου, να ζητήσουν έγγραφη άδεια από τους γονείς των μαθητών για την συμμετοχή τους στο μάθημα και να ρυθμίσουν την ασφαλή μετακίνηση των μαθητών σε συνεργασία με το Δήμο τη σχολική επιτροπή και τα τοπικά μέσα μαζικής μεταφοράς, την ευθύνη της οποίας πρέπει να την έχει ο εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής του οικείου σχολείου. Ακόμη πρέπει να πραγματοποιηθεί η διδασκαλία μόνο σε τμήματα που συμμετέχουν τα  $\frac{3}{4}$  των μαθητών τους ώστε να είναι αποτελεσματική η δράση, ενώ όσοι δεν μπορούν να συμμετάσχουν στο μάθημα πρέπει να απασχολούνται, στις εγκαταστάσεις του κολυμβητηρίου - γυμναστηρίου από τον συνοδό εκπαιδευτικό Φυσικής Αγωγής με άλλες δραστηριότητες που προβλέπει το ΑΠΣ της Φυσικής Αγωγής. Είναι σημαντικός ο ρόλος του οικείου ΠΥΣΠΕ καθώς μεταξύ άλλων πρέπει να αναθέσει τις ώρες διδασκαλίας σε εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής με ειδίκευση στην Κολύμβηση. Επίσης είναι πολύ σημαντικό να υπάρχει μικρή πισίνα εκμάθησης στο κολυμβητήριο. Οι διδάσκοντες εκπαιδευτικοί πρέπει να καταγράψουν κανόνες ασφαλείας για τους συμμετέχοντες μαθητές και να φροντίσουν για τη τήρησή τους. Η αναλογία μαθητών – εκπαιδευτικού να είναι το ανώτερο 10:1. Σε κάθε μάθημα πρέπει να βρίσκονται εντός της πισίνας τουλάχιστον δύο εκπαιδευτικοί. Το μάθημα της κολύμβησης είναι προτιμότερο να διδάσκεται σε συνεχόμενο δίωρο, ενώ για να θεωρηθεί επαρκής η διδασκαλία κάθε τμήμα πρέπει να συμπληρώσει έναν κύκλο 10 -12 μαθημάτων για κάθε περίοδο διδασκαλίας. Το ελάχιστο της φοίτησης πρέπει να είναι δύο περίοδοι διδασκαλίας οι οποίες είναι καλό να κατανεμηθούν σε δύο συνεχόμενες χρονιές. Τέλος είναι σημαντικό για την απρόσκοπτη λειτουργία του σχολείου, κάθε τμήμα, την περίοδο που διδάσκεται κολύμβηση, να κάνει τροποποίηση του ωρολογίου προγράμματος ώστε το πρόγραμμα του να μην υπερβαίνει τις 2 ώρες Φυσικής Αγωγής ανά βδομάδα αλλά και να μην διαταράσσεται το ωράριο των υπολοίπων μαθημάτων.

Εξίσου σημαντικό είναι να εξασφαλιστεί η δυνατότητα τόσο για τα σχολεία

που δεν μπορούν να μετακινηθούν προς το κολυμβητήριο και συνεπώς να συμμετέχουν στο πρόγραμμα όσο και για αυτά που έχουν ολοκληρώσει τη περίοδο διδασκαλίας, για τη πραγματοποίηση εναλλακτικών δράσεων στη θάλασσα για τους μήνες Μάιο – Ιούνιο.

Ειδικότερα για τη περιοχή της Περίας που έχει θάλασσα αλλά και βουνό σε κοντινή απόσταση, πρέπει να γίνει συνδυασμός μιας θεωρητικής προσέγγισης της διδασκαλίας και των εναλλακτικών δράσεων στη θάλασσα, για τα σχολεία των ορεινών χωριών για παράδειγμα. Με την υλοποίηση αυτού του σχεδιασμού όλα τα σχολεία του νομού θα μπορούν να συμμετέχουν ενεργά στη δράση.

## 6 – Γράψτε γενικότερα συμπεράσματα που εξήχθησαν (μέχρι 3 σελίδες).

Οι διαδικασίες αξιολόγησης της δράσης αφορούσαν τις στάσεις των μαθητών ως προς το μάθημα της κολύμβησης, την εσωτερική τους παρακίνηση και το γνωστικό τους επίπεδο και εφαρμόστηκαν πριν και μετά το κάθε κύκλο μαθημάτων.

Τα συμπεράσματα που εξήχθησαν από την ποσοτική αξιολόγηση έδειξαν ότι οι μαθητές/τριες, που συμμετείχαν στο πρόγραμμα βελτίωσαν τις γνώσεις τους σε ότι αφορά την ασφαλή κολύμβηση. Γεγονός που δημιουργεί προσδοκίες για μεταφορά αυτή της γνώσης στη καθημερινή τους ζωή σε σχέση με την κολύμβηση. Επιπλέον, το διασκέδασαν και συμμετείχαν υψηλά παρακινημένοι από την αρχή έως το τέλος. Ακόμη βελτίωσαν σημαντικά τις στάσεις τους απέναντι στη συγκεκριμένη δραστηριότητα. Βρήκαν την δραστηριότητα χρήσιμη, ενδιαφέρουσα, ελκυστική και όχι επικίνδυνη.

Οι ΚΦΑ και οι εκπαιδευτικοί των σχολικών μονάδων που συμμετείχαν και συμμετέχουν στο πρόγραμμα κατέγραψαν θετικές στάσεις απέναντι στην εφαρμογή του προγράμματος και σε πολλές περιπτώσεις δήλωσαν γραπτώς τα ακόλουθα:

Εκπαιδευτικός Α: «Το πρόγραμμα είναι χρήσιμο για κάθε παιδί και μπορεί να αποδειχθεί και σωτήριο στην μετέπειτα ζωή του κάθε μαθητή/τριας.»

Εκπαιδευτικός Β: «Πιστεύω ότι το μάθημα της κολύμβησης δεν είναι απλώς ένα μάθημα που τα παιδιά μαθαίνουν κολύμπι. Το παιδί μαθαίνει μέσα από το κολύμπι πειθαρχία και ενισχύει την αυτοπεποίθησή του. Αυτό έχει αντίκτυπο και στην επίδοσή του στο σχολείο καθώς και στο τρόπο που λειτουργεί μέσα στην ομάδα της τάξης.»

Καθοριστική σημασία στην επιτυχή εφαρμογή του προγράμματος έπαιξε ο ρόλος των εκπαιδευτικών που το εφάρμοσαν και η συμμετοχή τους στη φάση του σχεδιασμού. Στην πραγματικότητα, ήταν αυτοί που σχεδίασαν και ανέπτυξαν το πρόγραμμα με αφορμή και αιτία τις ανάγκες της τοπικής κοινωνίας και των συγκεκριμένων σχολείων. Άλλωστε η συμμετοχή εκπαιδευτικών, που διδάσκουν στο σχολείο, ιδιαίτερα στην αναμόρφωση – βελτίωση αλλά και εκπόνηση αναλυτικών προγραμμάτων από πολλούς επιστήμονες θεωρείται απαραίτητη (Ξωχέλης, 2003). Το υπόλοιπο εκπαιδευτικό προσωπικό των σχολείων που συμμετείχαν στο πρόγραμμα, όπως καταγράφηκε από τις στάσεις τους, εκτίμησαν την χρησιμότητα του σε μεγαλύτερο βαθμό από ότι οι μαθητές/τριες, θεωρώντας όμως το αντικείμενο

δύσκολο στην εφαρμογή του. Αυτό εξηγείται από το γεγονός ότι έχουν γνώσεις και βιωματικές εμπειρίες περισσότερες σχετικά με την αναγκαιότητα της κολύμβησης αλλά από την άλλη πλευρά τους προβλημάτισε η εφαρμογή ενός τέτοιου προγράμματος, τόσο στην πράξη όσο στο σχεδιασμό κατάλληλων διδακτικών καταστάσεων. Αυτό λοιπόν που πρέπει να διασφαλιστεί στο σχεδιασμό και αναπαραγωγή της δράσης είναι οι προϋποθέσεις. Οι προϋποθέσεις έχουν να κάνουν με την υλικοτεχνική υποδομή αλλά κατά κύριο λόγο με την επιμόρφωση των εκπαιδευτικών που θα διδάξουν τη δραστηριότητα ώστε το μάθημα να είναι ασφαλές και αποτελεσματικό. Συνοψίζοντας, η πρωτοβουλία του εγχειρήματος από τη βάση, δηλαδή τους ίδιους τους εκπαιδευτικούς των σχολικών μονάδων και η εξαιρετικά θετική στάση των συναδέλφων τους ως προς το πρόγραμμα, αποτελούν δύο ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που σε συνδυασμό με το τελικό αποτέλεσμα δικαιολογούν τη χρησιμότητα του προγράμματος και αποδεικνύουν ότι πέρα από τις όποιες δυσκολίες (έλλειψη αυστηρού διοικητικού – οργανωτικού πλαισίου, αναλυτικών διδακτικών οδηγιών, συγκεκριμένου διδακτικού αντικείμενου, σχεδίων μαθήματος και διαδικασιών αξιολόγησης), μπορεί να υλοποιηθεί.

Σε επίπεδο σχολικών συμβούλων το πρόγραμμα με τις συγκεκριμένες πρακτικές υιοθετήθηκε ως μια καινοτόμα προσπάθεια η οποία αναπαράγεται πλέον σε μικρότερη κλίμακα και σε άλλες περιφέρειες. Άλλωστε η ανταπόκριση της εκπαιδευτικής κοινότητας από τις δράσεις διάχυσης (παρουσιάσεις σε συνέδρια, σε ΠΕΚ, άρθρα σε επιστημονικά περιοδικά) ήταν θετική, με αποτέλεσμα το πλαίσιο της καινοτόμου δράσης να υιοθετηθεί καθ' ολοκληρία από το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο στην επανεξέταση και επικαιροποίηση των Αναλυτικών Προγραμμάτων και Οδηγιών των νέων διδακτικών αντικείμενων που εισήχθησαν στα Ολοήμερα Δημοτικά Σχολεία (ΕΑΕΠ), (ΦΕΚ 1139/28-07-2010).

Ίσως από τα πλέον ουσιαστικά σημεία ήταν ότι οι γονείς αγκάλιασαν το πρόγραμμα εκφράζοντας εγκωμιαστικά σχόλια και καταγράφοντας πιο θετικές στάσεις τόσο από τα παιδιά όσο και από τους εκπαιδευτικούς. Το αίσθημα ασφάλειας, που καλλιεργήθηκε από τους υπεύθυνους του προγράμματος, σε συνδυασμό με τη προβολή της δράσης μέσα από τη γιορτή κολύμβησης, αλλά και την οργάνωση και πρωτοτυπία του περιεχομένου της διδασκαλίας, μετέδωσαν μέσω των παιδιών αυτή τη θετική στάση και στους πλέον προβληματισμένους γονείς.



Τα γενικότερα συμπεράσματα από τη πορεία της δράσης ήταν ότι τελικά η ελληνική πραγματικότητα επιτάσσει την υλοποίηση του μαθήματος της κολύμβησης σε ευρεία κλίμακα ως αναγκαιότητα (συνεχώς αυξανόμενος αριθμός σχολείων, κανένα σχολείο δεν διέκοψε), καθώς η κολύμβηση είναι εφόδιο που παρέχει ασφάλεια στο υδάτινο περιβάλλον και προάγει με το καλύτερο δυνατό τρόπο την υγεία. Η υλοποίηση βέβαια δεν μπορεί να έχει την ίδια μορφή σε όλες τις περιπτώσεις αλλά και οι εναλλακτικές δράσεις εφαρμογής είναι αναγκαίες. Έστω και σε θεωρητικό επίπεδο, το μάθημα της κολύμβησης μπορεί να προσφέρει εφόδια και προπαντός να δημιουργήσει νοοτροπίες που θα συμβάλουν στη ασφάλεια των μαθητών στο υγρό στοιχείο και θα αυξήσουν τις πιθανότητες κάποια στιγμή στη ζωή τους να μάθουν κολύμπι. Ακόμη, η εισαγωγή της κολύμβησης ως αυτόνομης δραστηριότητας στο Δημοτικό Σχολείο, είτε μέσα από το αναλυτικό πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής όπως παρουσιάστηκε στην παρούσα μελέτη, είτε σαν αυτόνομο πρόγραμμα στο πλαίσιο των δράσεων του ολοήμερου σχολείου, μπορεί να αποτελέσει μια καινοτομία για τα ελληνικά δεδομένα της εκπαίδευσης. Καινοτομία που θα προσφέρει στους μαθητές/τριες την ευκαιρία απόκτηση κολυμβητικής παιδείας μέσα από το σχολικό πρόγραμμα, η οποία βρίσκεται εδώ και χρόνια ψηλά στις προτεραιότητες εκπαιδευτικών προγραμμάτων άλλων χωρών.

## 7. Τεκμηριώστε σε ό,τι αφορά:

(μέχρι 3 σελίδες)

### 7.1 - τον καινοτόμο χαρακτήρα του υποβαλλόμενου έργου σε σχέση με την:

- ✓ παραγωγή μιας νέας προσέγγισης στην εκπαιδευτική διαδικασία που στηρίζεται σε θεωρητική τεκμηρίωση

Η δραστηριότητα της Κολύμβησης προσφέρει συνθήκες μάθησης και ευκαιρίες για μια μάθηση αποτελεσματική, ουσιαστική και ευέλικτη. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι ο κεντρικός άξονας του προγράμματος στηρίζεται στο περιεχόμενο του, συνδέεται με τη διδακτική προσέγγιση που εφαρμόζεται και επηρεάζεται από τις βασικές θεωρίες μάθησης, την Μάθηση μέσω της Ενίσχυσης (Behaviorism), την Μάθηση μέσω της Κατανόησης (Cognitivism) και τη Μάθηση μέσω της Εμπειρίας και της Ερμηνείας (Constructivism).

- **Η Μάθηση μέσω της Ενίσχυσης** επιτυγχάνεται επειδή, η ύλη η οποία διδάσκεται στηρίζεται στην ιδέα, ότι ο μαθητής έχει τη δυνατότητα να επαναλαμβάνει το περιεχόμενο του μαθήματος που διδάχθηκε, αυτό επιτυγχάνεται/προάγεται/διευκολύνεται με τη βοήθεια των φύλλων εργασίας που διανέμονται στους μαθητές και με τις υποδείξεις που είναι καταγεγραμμένες σ' αυτά.

- **Η Μάθηση μέσω της Κατανόησης** κατορθώνεται επειδή ο εκπαιδευτικός ΦΑ λειτουργεί ως πρότυπο και προσανατολίζει τον μαθητή για να κάνει μια αρχική διερεύνηση του θέματος μέσα σε πραγματικές καταστάσεις. Το μάθημα διδάσκεται στο φυσικό του χώρο (πισίνα) και ο μαθητής δοκιμάζει να επιλέξει τις λύσεις στα Κινητικά Προβλήματα που υποβάλει ο καθηγητής σύμφωνα με βασική πληροφόρηση που έχει και ανάλογα με τις ικανότητες, δυνατότητες και την επιθυμία του.

- **Η Μάθηση μέσω της Εμπειρίας και της Ερμηνείας** επιτυγχάνεται επειδή ο εκπαιδευτικός ΦΑ λειτουργεί ως καθοδηγητής μέσα σ' ένα περίπλοκο περιβάλλον και ο μαθητής με τη βοήθειά του αποκτά τις Γνώσεις, τις Δεξιότητες και τις Συμπεριφορές. Με τα κατάλληλα ερεθίσματα που παρέχει κατά τη διάρκεια των μαθημάτων ο

εκπαιδευτικός ΦΑ και μέσα από τις αυθεντικές καταστάσεις που παρουσιάζει στους μαθητές, δια μέσου της δοκιμής ή της λαθεμένης εκτέλεσης, δίνει την ευκαιρία για αποτελεσματικότερη μάθηση μέσα από πραγματικές καταστάσεις.

- ✓ εισαγωγή για πρώτη φορά στο σχολείο μιας καθιερωμένης πρακτικής ή παιδαγωγικής προσέγγισης

Το μάθημα της κολύμβησης στο δημοτικό, όπως περιγράφηκε και στη κλίμακα που υλοποιήθηκε στη παρούσα δράση, εφαρμόστηκε για πρώτη φορά στην Ελλάδα. Η ανάδειξη του ως καθιερωμένη πρακτική και παιδαγωγική προσέγγιση έγινε μέσα από δράσεις διάχυσης σε επιστημονικά περιοδικά, σε επιστημονικά συνέδρια και σε εκδηλώσεις της τοπικής κοινωνίας. Υπηρεσιακά έγγραφα όπως εκθέσεις προς το Υπουργείο, πρακτικά σχολείων και ωρολόγια προγράμματα κατοχυρώνουν και αποδεικνύουν την εφαρμογή του και το καινοτόμο χαρακτήρα του προγράμματος. αναμόρφωση/ανασχεδιασμό μιας καθιερωμένης διδακτικής προσέγγισης.

Το μάθημα της Φυσικής Αγωγής αναμορφώθηκε ριζικά. Η καθιερωμένη διδακτική προσέγγιση άλλαξε. Οι ώρες της Φυσικής Αγωγής ενοποιήθηκαν, το μάθημα έγινε εκτός σχολείου, το μάθημα έγινε με συνδιδασκαλία (περισσότεροι του ενός εκπαιδευτικοί για ένα τμήμα), για ένα τρίμηνο διδάχθηκε αποκλειστικά το αντικείμενο της κολύμβησης το οποίο ενώ είναι στο αναλυτικό πρόγραμμα δεν διδάσκονταν μέχρι τότε συστηματικά σε κανένα σχολείο της χώρας. Ακόμη το πρόγραμμα προβάλλεται διαδικτυακά με τη δική του σελίδα που φιλοξενείται στους ιστότοπους των σχολείων που μετέχουν σε αυτό. Μια καινοτόμα πρακτική η οποία προάγει την βελτίωση και αναπαραγωγή της δράσης.

## **7.2 –τη συμβολή του έργου στη βελτίωση της διδακτικής πράξης όπως:**

- ✓ επιτυχή αποτελέσματα μάθησης,

Οι καταγεγραμμένες και δημοσιευμένες διαδικασίες αξιολόγησης του μαθήματος, με το πρακτικό μάθημα αξιολόγησης αλλά και τη θεωρητική αξιολόγηση του γνωστικού αντικείμενου έδειξαν ότι οι μαθητές /τριες που συμμετείχαν έμαθαν με επιτυχία το διδακτικό αντικείμενο. Ακόμη η αυξημένη εσωτερική παρακίνηση και η θετική στάση των μαθητών προς το μάθημα που διατηρήθηκαν ψηλά σε όλη τη διάρκεια των μαθημάτων, όπως αυτές αξιολογήθηκαν από τα σχετικά ερωτηματολόγια,

αποτελούν θετικό υπόβαθρο και διευκολύνουν τη μάθηση του διδακτικού αντικειμένου.

- ✓ προώθηση της συμμετοχής των εκπαιδευόμενων,

Τα ποσοστά συμμετοχής των τμημάτων όπως προκύπτει και από τις εκθέσεις προς το υπουργείο ήταν πάντα υψηλότερα από το απαιτούμενο ποσοστό για την υλοποίηση του μαθήματος (75%). Ακόμη η προώθηση της συμμετοχής των εκπαιδευομένων είναι εμφανής καθώς στη τριετία που υλοποιείται το πρόγραμμα η συμμετοχή έχει αυξηθεί καθώς φέτος συμμετέχουν οκτώ σχολεία σε σχέση με τα δύο που συμμετείχαν τη πρώτη χρονιά. Αξίζει να σημειωθεί ότι κανένα σχολείο δεν έχει σταματήσει από το πρόγραμμα μέσα στη τριετία, ενώ υπάρχει μεγάλη ζήτηση από επιπλέον σχολεία, την οποία πλέον δεν μπορεί να καλύψει ο σχεδιασμός του προγράμματος και την αντισταθμίζει με εκπαιδευτικές επισκέψεις των ενδιαφερομένων σχολικών μονάδων και ένα εισαγωγικό μάθημα στο κολυμβητήριο.

- ✓ εκπόνηση εκπαιδευτικού υλικού προσαρμοσμένου στις τοπικές συνθήκες και στις ανάγκες των μαθητών.

Η ομάδα των εκπαιδευτικών που υλοποιεί το πρόγραμμα μαζί με τους συνεργάτες της έχει καταγράψει τους στόχους της δράσης και έχει εκπονήσει εγχειρίδιο με ολοκληρωμένα σχέδια μαθήματος και φύλλα αξιολόγησης σύμφωνα με τις ανάγκες αλλά και τις ιδιαιτερότητες των μαθητών της Πιερίας (εύκολη πρόσβαση σε θάλασσα). Ακολουθεί ένα παράδειγμα ενός σχεδίου μαθήματος

#### **ΜΑΘΗΜΑ: 1 – ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΝΟΝΩΝ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ**

**Σκοπός:** Να μάθουν οι μαθητές να συμπεριφέρονται και να κινούνται με ασφάλεια στους χώρους του Κολυμβητηρίου

**Περίληψη:** Συζήτηση για την αξία του μαθήματος και τους κανόνες συμπεριφοράς κατά τη διεξαγωγή του. Γνωριμία με τους χώρους του κολυμβητηρίου. Πρακτική εφαρμογή των βασικών κανόνων υγιεινής και ασφάλειας.

**Υλικό:** δεν απαιτείται

**Εναλλακτικές δραστηριότητες:**

Οι μαθητές μπορούν να συμπληρώσουν το φύλλο εργασίας

Οι μαθητές να εντοπίσουν ποιοί από τους κανόνες

	<p>που διδάχθηκαν τηρούνται στο σπίτι τους.</p> <p>Συζητήστε με τους μαθητές σας γιατί πρέπει να μάθουμε κολύμπι;</p>	
Περιεχόμενα	Περιγραφή ασκήσεων - Οργανωτικές και μεθοδικές οδηγίες	Διάρκεια
<b>Γνωριμία – ενημέρωση</b>	<p>Περπατήστε την διαδρομή: ΕΙΣΟΔΟΣ – ΑΠΟΔΥΤΗΡΙΑ – ΝΤΟΥΣ – ΠΙΣΙΝΑ – ΚΕΡΚΙΔΕΣ.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Δείξτε στους μαθητές τους χώρους του κολυμβητηρίου.</li> <li>• Ζητήστε από τους μαθητές να ανακαλύψουν τον ασφαλή τρόπο μετακίνησης στους χώρους του κολυμβητηρίου.</li> <li>• Οι μαθητές συζητούν και καταγράφουν τις εντυπώσεις τους.</li> </ul>	5΄
	<p>Συγκεντρωθείτε στην κερκίδα για ενημέρωση.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Χρησιμοποιήστε τις λέξεις κλειδιά του μαθήματος για να διευκολύνετε τη συζήτηση.</li> <li>• Συζητήστε με τους μαθητές για την αξία της κολύμβησης, τις ιδιότητες του νερού και την υγιεινή στους χώρους του κολυμβητηρίου.</li> </ul>	10΄
<b>Χρήση αποδυτηρίων και ντους</b>	<p>Περπατήστε την διαδρομή: ΚΕΡΚΙΔΕΣ – ΠΙΣΙΝΑ – ΝΤΟΥΣ – ΑΠΟΔΥΤΗΡΙΑ και ετοιμαστείτε για το μάθημα.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Δείξτε στους μαθητές το σωστό τρόπο με τον οποίο πρέπει να ντύνονται και να ξεντύνονται στο κολυμβητήριο.</li> </ul>	5΄
	<p>Περπατήστε στα ντους.</p> <p>Κάντε την πρώτη επαφή με το νερό.</p> <p>Ρυθμίστε τη θερμοκρασία του νερού, ανοίξτε πρώτα το κρύο και μετά το ζεστό.</p>	5΄

	<p>Αφήστε το νερό να πέσει πάνω στα διάφορα μέρη του σώματος. Κλείστε τα ντους.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Επίδειξη της χρήσης των ντους από τον εκπαιδευτικό ή από μαθητές κολυμβητές.</li> <li>• Δημιουργήστε ρουτίνα χρήσης των ντους (κοιλιά – πλάτη – μπούτια – μασχάλες – πρόσωπο).</li> </ul>	
<b>Πρώτη επαφή με την πισίνα εκμάθησης</b>	<p>Περπατήστε προς την ΠΙΣΙΝΑ χωρίς να τρέχετε. Μπείτε και βγείτε από την πισίνα από εδραία θέση γλιστρώντας πάνω στους γλουτούς με τη βοήθεια των χεριών και των ποδιών.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Επίδειξη του τρόπου εισόδου – εξόδου στην πισίνα από τον εκπαιδευτικό ή από μαθητές κολυμβητές</li> </ul>	5'
<b>Εξουκείωση με το νερό</b>	<p>Πλύνετε το πρόσωπο σας Περπατήστε μέσα στη πισίνα Πιάστε με το χέρι σας το πάτωμα της πισίνας Κάντε ισορροπία στο ένα πόδι</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ζητήστε από τους μαθητές να κάνουν τις ασκήσεις χωρίς να τις επιδεικνύετε</li> </ul>	10'
<b>Δραστηριότητες με παιχνίδια</b>	<p>Κοτούλες</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Αφήστε τους μαθητές να επιλέξουν τον τρόπο εκτέλεσης χωρίς επίδειξη (... κάντε τις κοτούλες...)</li> </ul> <p>Τρέξιμο επιτόπου σε διαφορετικά βάθη</p>	5'
<b>Έξοδος από τη πισίνα – ντύσιμο στα αποδυτήρια, φρούτο</b>	<p>Βγείτε έξω από την ΠΙΣΙΝΑ και περπατήστε προς τα αποδυτήρια</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Επίδειξη του τρόπου εξόδου (επανάληψη)</li> <li>• Ζητήστε από τα παιδιά να μην τρέχουν</li> </ul>	5'
	<p>Περπατήστε στα ΝΤΟΥΣ, λουστείτε και ντυθείτε στα αποδυτήρια</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Δημιουργήστε ρουτίνα ντυσίματος</li> </ul>	10'

	<p>μετά το μάθημα της κολύμβησης (εσώρουχα-παντελόνι -κάλτσες παπούτσια.....).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Φάτε ένα φρούτο μαζί με τα παιδιά (μετά το μάθημα πάντα τρώμε το φρούτο μας)</li> </ul>	
<b>ΣΗΜΕΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΗΣ</b>	<p>Πότε κινδυνεύουμε να τραυματιστούμε στους χώρους του κολυμβητηρίου;</p> <p>Τι συμβαίνει όταν το νερό πέφτει στο πρόσωπο με ανοιχτά τα μάτια;</p> <p>Γιατί πρέπει να κάνουμε ντους πριν και μετά το μάθημα;</p> <p>Γιατί κάνουμε οικονομία στο νερό;</p>	
<b>ΑΣΦΑΛΕΙΑ</b>	<p>Το μάθημα γίνεται με αναλογία ένας εκπαιδευτικός /10 μαθητές</p> <p>Οι διδάσκοντες είναι μαζί με τους μαθητές μέσα στο νερό.</p> <p>Το συγκεκριμένο μάθημα γίνεται στα ρηχά της μικρής πισίνας.</p> <p>Οι μαθητές πρέπει να φορούν κολυμβητικό μαγιώ και σκουφάκι</p> <p>Οι μαθητές συνοδεύονται σε όλες τις μετακινήσεις τους στους χώρους του κολυμβητηρίου από τους εκπαιδευτικούς</p>	
<b>ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ</b>	Νερό – Υγιεινή – ντους – ντύσιμο – φρούτο	
<b>Φύλλο εργασίας Κολύμβησης</b>		
<b>ΜΑΘΗΜΑ: 1 – ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΝΟΝΩΝ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ</b>		
ΣΚΕΨΟΥ:		

Γιατί ανοίγουμε πρώτα το **κρύο νερό** και μετά το **ζεστό νερό**;

Γιατί περπατάμε πάντα αργά και προσεκτικά στους χώρους του κολυμβητηρίου;

ΣΗΜΕΙΩΣΕ:(βάλε στη σωστή σειρά τις λέξεις)

Με τι σειρά φοράμε τα ρούχα;

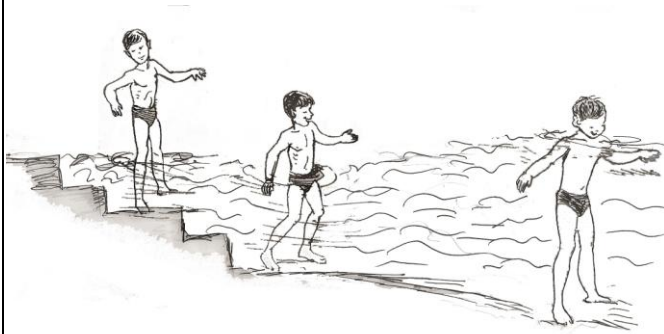
παντελόνι - εσώρουχα- παπούτσια - κάλτσες

Με τι σειρά κάνουμε ντους;

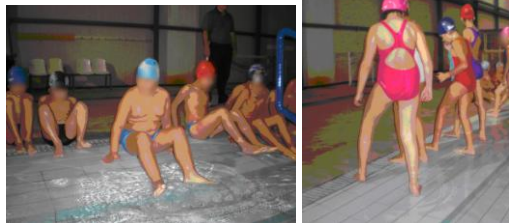
πλάτη – μπούτια - πρόσωπο – μασχάλες - κοιλιά

ΓΝΩΡΙΖΕΙΣ;

πότε αισθάνεσαι ότι ισορροπείς καλύτερα μέσα στο νερό;



ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος να βγεις από την ΠΙΣΙΝΑ;



### 7.3 – την παιδαγωγική αξία του έργου όπως:

- ✓ συμβολή στην προσωπική, κοινωνική, πολιτιστική ανάπτυξη των μαθητών,

Η μετρημένη εσωτερική παρακίνηση των μαθητών ήταν εξαιρετικά υψηλή και διατηρήθηκε σε υψηλά επίπεδα μέχρι το τέλος των μαθημάτων. Η στάση των μαθητών προς το μάθημα ήταν ιδιαίτερα θετική αρχικά και βελτιώθηκε ακόμη περισσότερο κατά τη διάρκεια των μαθημάτων. Το μάθημα λοιπόν συνέβαλλε στην ανάπτυξη των θετικών



στοιχείων της προσωπικότητας των μαθητών και άρα στην προσωπική, κοινωνική, και πολιτιστική τους ανάπτυξη.

- ✓ κίνητρα για την επίτευξη υψηλότερων προσδοκιών,

Η εκμάθηση της κολύμβησης από μόνη της αποτελεί σημαντικό κίνητρο γιατί δεν έχει διδαχθεί ξανά στο σχολείο, είναι ευχάριστο και συναρπαστικό αντικείμενο, μπορούν να χρησιμοποιήσουν τη δεξιότητα το καλοκαίρι στη θάλασσα, έχει έντονο διαθεματικό χαρακτήρα κ.α. Επίσης η γιορτή κολύμβησης με τα διπλώματα πιστοποίησης κολυμβητικών δεξιοτήτων καθώς και οι διαδικασίες μετάγνωσης που κινητοποιούνται μέσα από τα φύλλα εργασίας και τη δομή του μαθήματος προάγουν τη συμμετοχή των παιδιών και τη συνειδητή μάθηση.

- ✓ επικέντρωση στις ανάγκες των μαθητών,

Το περιεχόμενο του μαθήματος δεν έχει το χαρακτήρα της αγωνιστικής κολύμβησης αλλά είναι επικεντρωμένο στην εκμάθηση της ασφαλούς συμπεριφοράς και μετακίνησης στο νερό, με τον ευκολότερο και πιο ξεκούραστο τρόπο. Επιπλέον, καθώς το αντικείμενο μπορεί να είναι τελείως άγνωστο για ορισμένα παιδιά, μιας και υπάρχουν μαθητές που δεν έχουν πάει ποτέ στη θάλασσα, γίνεται εξατομικευμένη διδασκαλία ορισμένων παιδιών, σχεδόν σε κάθε τμήμα.

- ✓ καλύτερη κατανόηση/εμβάθυνση στο γνωστικό αντικείμενο/περιοχή,

Οι διαδικασίες γνωστικής αξιολόγησης (γνωστικό τεστ, πρακτική αξιολόγηση), έδειξαν ότι οι μαθητές βελτιώθηκαν γνωστικά και ότι ανέπτυξαν κολυμβητικές δεξιότητες που δεν είχαν. Επίσης η επανάληψη της ύλης των βασικών δεξιοτήτων στο δεύτερο έτος με πιο σύνθετα διδακτικά σενάρια βοηθάει στη καλύτερη εμπέδωση της. Καθώς το αντικείμενο της διδασκαλίας περιορίζεται μόνο στις βασικές αρχές κολύμβησης και ναυαγοσωστικής είναι δυνατή η εμβάθυνση στο γνωστικό αντικείμενο.

- ✓ διευκόλυνση στη διαδικασία «μαθαίνω πώς να μαθαίνω».

Τα φύλλα εργασίας με τη δομή τους, «σκέψου, σημείωσε, γνωρίζεις;» καθώς και οι μέθοδοι διδασκαλίας που ακολουθούνται στο μάθημα (συνεργατικότητα, αυτοδιδασκαλία, ανακάλυψη) προάγουν τη παραγωγική σκέψη του μαθητή, τη βιωματική μάθηση και τις διαδικασίες μετάγνωσης.

#### 7.4 – τη συμβολή στη λειτουργία της σχολικής τάξης/μονάδας όπως:

- ✓ ευκολία εφαρμογής στο σχολείο,

Το πρόγραμμα ξεκίνησε από τις σχολικές μονάδες και όχι κεντρικά από το Υπουργείο, έτσι υπήρξε η ευελιξία, η γνώση της πραγματικότητας και η δηλωμένη θέληση των εκπαιδευτικών ώστε να εφαρμοστεί χωρίς να δημιουργηθούν προβλήματα στα σχολεία.

- ✓ διαμόρφωση θετικού κλίματος στις σχέσεις της σχολικής κοινότητας και στις σχέσεις με τους γονείς,

Όλοι οι φορείς και ιδιαίτερα οι γονείς πρέπει να είναι ενεργοί συμμετέχοντες για την επιτυχή υλοποίηση της δράσης. Για το λόγο αυτό πριν την έναρξη του πρώτου κύκλου μαθημάτων γίνεται ενημέρωση γονέων από τους διδάσκοντες στο πρόγραμμα και τον υπεύθυνο σχολικό σύμβουλο σε συνεργασία με τη διεύθυνση του κάθε σχολείου, για τη συμμετοχή του σχολείου ζητείται η συγκατάθεση των γονέων, επίσης τα αποτελέσματα αξιολόγησης των στάσεων των γονέων ήταν ιδιαίτερα ενθαρρυντικά σχετικά με το πώς αντιμετωπίζουν τη δραστηριότητα κάτι το οποίο αποτυπώθηκε και από τη παρουσία γονέων στη τελική γιορτή.

- ✓ συνεργασία των εκπαιδευτικών της Σχολικής Μονάδας.

Πριν την ενημέρωση των γονέων έγινε ενημέρωση για τη δράση στο σύλλογο διδασκόντων του κάθε ενδιαφερομένου σχολείου ζητήθηκε η γνώμη των εκπαιδευτικών και αξιολογήθηκε η στάση τους ως προς το πρόγραμμα. Η συμμετοχική αυτή διαδικασία αλλά και το ίδιο το αντικείμενο της δράσης, όπως φάνηκε από τις στάσεις των εκπαιδευτικών, εξασφάλισε για τους συντελεστές της δράσης τη συνεργασία των εκπαιδευτικών της κάθε σχολικής μονάδας που συμμετείχε στο πρόγραμμα.

**8 – Γράψτε βασικές βιβλιογραφικές αναφορές (μέχρι 1 σελίδα).**

Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών Φ.Α., Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (ΦΕΚ 209/10 – 10-1995 τ. Α' σελ. 6224).

Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών/ Διαθεματικό Πλαίσιο Προγράμματος Σπουδών(ΑΠΣ/ΔΕΠΠΣ) , Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (ΦΕΚ 304/13-3-2003 τ. Β').

Γούδας, Μ., & Παπαχαρίσης, Β. (2005). Περιγραφή και οδηγίες χρήσης της Ελληνικής Προσαρμογής του Ερωτηματολογίου Εσωτερικών Κινήτρων. Intrinsic Motivation Inventory (Ryan, 1982, McAuley, Dancan & Tammen, 1989) Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας: Εργαστήριο Ψυχολογίας της Άσκησης.

Carney, C., & Armstrong, N. (1996). The provision of physical education in primary initial teacher training courses in England and Wales. *European Physical Education Review*

Dencker, M., Thorsson, O., Karlsson, M. K., et al. (2005). Daily physical activity in Swedish children aged 8–11 years. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 16, 252-257

Ελληνική Στατιστική Αρχή (2010). Πνιγμοί στην Ελλάδα, [www.statistics.gr](http://www.statistics.gr) προσπελάστηκε 5/09/2010.

Green, K., Smith A., & Roberts, K. (2005). Young people and lifelong participation in sport and physical activity: a sociological perspective on contemporary physical education programmes in England and Wales, *Leisure Studies*, 24, 27-43.

Green, K., & Hardman, K. (2005). *Physical education: Essential issues*. London: Sage Publications Company.

Νικοδέλης Θ., Μισαηλίδης Κ., Νταμπάκης Β., Παπαργυρίου Α., Παπαχαρίσης Β. (2010). Η διδασκαλία της κολύμβησης στο δημοτικό σχολείο: Πιλοτική εφαρμογή προγράμματος εκμάθησης. *Εκηβόλος* 7, 23-25

Ξωχέλης, Π., (2003). *Σχολική Παιδαγωγική*. Θεσσαλονίκη: Κυριακίδης

Marshall, J., & Hardman, K. (2000). The State and Status of Physical Education in Schools in International Context. *European Physical Education Review*, 6, 203-229.