

ΦΥΣΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ

Αντώνιος Σ. Δαλάκης
Καθηγητής Φυσικής Αγωγής

Βιωματικές Δράσεις-Συνθετικές Δημιουργικές Εργασίες – Project

Τοπική Ιστορία

Περιβάλλον και Εκπαίδευση για την Αειφόρο Ανάπτυξη (Π.Ε.Α.Α)

Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός (Σ.Ε.Π.)

Φύση και Άσκηση

Πολιτισμός και Δραστηριότητες Τέχνης

Σχολική και Κοινωνική Ζωή (Σ.Κ.Ζ.)

Α' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ 1 ΩΡΑ, Β' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ 1 ΩΡΑ, Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ 2 ΩΡΕΣ

Το πρόγραμμα που μπορεί κάποιος-α
Κ.Φ.Α. να πραγματοποιήσει στα
πλαίσια του παραπάνω μαθήματος
μπορεί να περιλαμβάνει:

- ΔΡΑΣΕΙΣ ΕΝΤΟΣ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΪΟΥ,
- ΔΡΑΣΕΙΣ ΕΚΤΟΣ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΪΟΥ,
- ΚΑΘΩΣ ΚΑΙ ΣΥΝΔΥΑΣΜΟ.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΕΝΤΟΣ ΣΧΟΛΕΙΟΥ

Ομαδικά κινητικά παιχνίδια (εύκολα, δύσκολα).

Δραστηριότητες όπως **τοξοβολία**, **αθλητική σκοποβολή**, ποδήλατο, **κανώ-καγιάκ**, **αναρρίχηση-καταρρίχηση**, flying-fox.

ΔΡΑΣΕΙΣ ΕΚΤΟΣ ΣΧΟΛΕΙΟΥ

Επιλέγουμε την περιοχή που θέλουμε να πραγματοποιήσουμε τις δραστηριότητες:

1. Λίμνη Βιστωνίδα,
2. Ποταμός Νέστος,
3. Οροσειρά της Ροδόπης.

1. Στην λίμνη Βιστωνίδα μπορούν να πραγματοποιηθούν:
 - Κανώ-καγιάκ
 - Μ.Τ.Β.
- Περπάτημα δίπλα στην λίμνη με παρατήρηση πουλιών.
 - Αθλητική σκοποβολή.
 - Τοξοβολία.
- Πρόγραμμα πολλαπλών δραστηριοτήτων.



2. Στον ποταμό Νέστο μπορούν να πραγματοποιηθούν:

- Κανώ-καγιάκ
- Μ.Τ.Β.
- Περπάτημα δίπλα στην όχθη του ποταμού.
 - Αθλητική σκοποβολή.
 - Τοξοβολία.
 - Αναρρίχηση ή Καταρρίχηση.
 - Flying-fox.
- Πρόγραμμα πολλαπλών δραστηριοτήτων.





3. Στην οροσειρά της Ροδόπης μπορούν να πραγματοποιηθούν:

- Μ.Τ.Β.
- Περπάτημα σε χαραγμένα μονοπάτια.
 - Αθλητική σκοποβολή.
 - Τοξοβολία.
- Αναρρίχηση ή Καταρρίχηση.
 - Flying-fox.
- Πρόγραμμα πολλαπλών δραστηριοτήτων.





Τα παραπάνω προγράμματα μπορεί να έχουν

A. εκπαιδευτικό χαρακτήρα (μάθηση των αντικειμένων, πιθανή παρακίνηση για αθλητικούς συλλόγους κ.τ.λ.) καθώς και

B. διασκέδαση (διοργάνωση αγώνων εντός του σχολικού περιβάλλοντος, αγώνες μεταξύ των σχολείων).

ΟΙ ΑΓΩΝΕΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΑΠΟ ΜΟΝΟΙ
ΤΟΥΣ ΑΙΤΙΑ ΥΠΑΡΞΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΛΟΓΗ
ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΟΣΟ ΑΦΟΡΑ ΤΟ
ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ.

Το κόστος των δράσεων εντός του σχολείου είναι από **1-3€** κατά δράση κατ' άτομο που συμμετέχει.

Στην τιμή περιλαμβάνεται ο εξοπλισμός, ο εξειδικευμένος άνθρωπος που θα υλοποιήσει την δράση και ο φόρος.

Το κόστος των δράσεων εκτός σχολείου είναι από **5-15€** κατ' άτομο για το σύνολο της εκδρομής.

Στην τιμή περιλαμβάνεται ο εξοπλισμός, ο εξειδικευμένος άνθρωπος που θα υλοποιήσει την δράση, σνακ, φόρος και ασφάλιση σε ιδιωτική ασφαλιστική εταιρία.

σας εΥχαριστώ