

# Πρόγραμμα Φύση και Άσκηση

## Γυμνάσιο Πολυσίου

- Θέμα : Ορειβασία - Πεζοπορία
- Υπεύθυνοι Καθηγητές :  
Γρηγοριάδης Γιώργος  
Παρλίτση Τάνια
- Τμήματα : Β1- Β2- Β3



# Πρόγραμμα Φύση και Άσκηση

## ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός του προγράμματος ήταν η επαφή των μαθητών με τη φύση, η δυνατότητα σωματικής δραστηριότητας σε αυτό το περιβάλλον, η βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης και η σύσφιξη των σχέσεων μεταξύ τους και με τους καθηγητές του σε χώρο διαφορετικό από αυτόν του Σχολείου.

## ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ

Το πρόγραμμα υλοποιήθηκε με πεζοπορίες σε κοντινή στο σχολείο περιοχή, στο ποτάμι και δάσος κατά τη διάρκεια των διδακτικών ωρών.  
Επίσης και εκτός αυτών τις Κυριακές με ανάβαση στα βουνά της γύρω περιοχής.



## Δάσος- Ποτάμι



# Bouvó



## Επίλογος

Το πρόγραμμα κρίνεται επωφελές και θεωρούμε ότι ο αρχικός σκοπός του εκπληρώθηκε.

Ελπίζουμε να συνεχιστούν παρόμοιες δράσεις σχετιζόμενες με τη φύση και την άσκηση και στην επόμενη σχολική χρονιά.

