



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



Καρνές, 42100 Τρίκαλα

e-mail: g-pe@pe.uth.gr

Παιδαγωγική της Φυσικής Αγωγής Ι

Γοροζίδης, Γ., Τζιουμάκης, Ι., Κρομμύδας, Χ., & Παπαϊωάννου, Α.

5^ο Μάθημα



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



Καρνές, 42100 Τρίκαλα

e-mail: g-pe@pe.uth.gr

Δίκτυο Συνεργασίας Εκπαιδευτικών Φυσικής Αγωγής (ΣΥΝ.Ε.Φ.Α)

ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΟ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

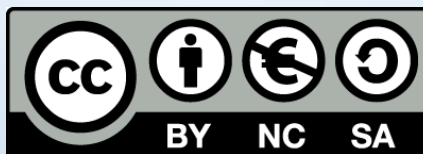


DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION & SPORT SCIENCE • UNIVERSITY OF THESSALY

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

5. Ανατροφοδότηση-επικοινωνία Εκπαιδευτικού - Μαθητή

ΣΥΝ.Ε.Φ.Α
2018-19



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





Ανατροφοδότηση

είναι...

**όλα τα μηνύματα (λεκτικά και μη) που λαμβάνει ο μαθητής από τον εκπαιδευτικό,
κάθε πληροφορία που παρέχεται στο άτομο
είτε κατά την διάρκεια της εκτέλεσης της κίνησης/άσκησης, είτε μετά το τέλος της**

Πρέπει να είναι

- θετική και ενθαρρυντική
- συχνή
- να στοχεύει στη καλή επικοινωνία, στη συμμετοχή
- στη βελτίωση της απόδοσης των μαθητών



Ανατροφοδότηση

Για να δίνουμε σωστή ανατροφοδότηση χρειάζεται εξάσκηση

- 1. Δίνεται γρήγορα, σε απλή γλώσσα και είναι σύντομη**
- 2. Δίνει έμφαση σε ένα ή δύο κύρια σημεία**
- 3. Παρέχεται στο μαθητή ιδιαιτέρως και με ευγενικό τρόπο**
- 4. Εστιάζει στην τεχνική εκτέλεση - επίδοση & σε αυτά που μπορεί να ελέγξει ο μαθητής**
- 5. Είναι σαφής και συγκεκριμένη & βεβαιωνόμαστε ότι έγινε κατανοητή**



Ενδυναμωτική Ανατροφοδότηση

- Οι πληροφορίες που τους δίνουμε πρέπει να είναι **επικοινωνητικές και θετικές**, ώστε οι μαθητές να ενθαρρύνονται στην προσπάθειά τους.
 - Η **θετική και ενθαρρυντική** ανατροφοδότηση μπορεί να δημιουργήσει ένα **θετικό κλίμα** στο μάθημα, που έχει σα συνέπεια τη **συμμετοχή, παρακίνηση και προσπάθεια** των μαθητών.
- Εκπαιδευτικός ΦΑ:** *Μπράβο, έβαλες ένα στόχο για να βελτιώσεις την απόδοσή σου και τον πέτυχες!*
- Η κατάλληλη και **σχετική με τους στόχους** του μαθήματος ανατροφοδότηση συμβάλλει στη **μεγιστοποίηση του ενεργού χρόνου μάθησης** και στη **βελτίωση της απόδοσης** των μαθητών.



Ενδυναμωτική & Θετική Ανατροφοδότηση



- ❖ Χρησιμοποιήστε **Θετική Ανατροφοδότηση**
 - για να επιβραβεύσετε την πρόοδο των μαθητών σας ενώ προσπαθούν να πετύχουν τους προσωπικούς τους στόχους.
 - για να επιβραβεύσετε τα θετικά αποτελέσματα της προσπάθειάς τους να επιτύχουν αυτό που θέλουν αυτοί/ές, όχι αυτό που θέλετε εσείς, όχι αυτό που πρέπει να κάνουν.

Μην πείτε: «Επιτέλους, το κάνατε καλά»



Ενδυναμωτική Ανατροφοδότηση



μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε την ακόλουθη τεχνική:

- ★ ξεκινάμε με ένα **θετικό σχόλιο** (ενίσχυση) για το *τι ήταν καλό*
- ★ στη συνέχεια κάνουμε ένα **εποικοδομητικό σχόλιο** για το *τι μπορεί να βελτιωθεί &*
- ★ μετά από **υποδείξεις** (οδηγίες σχετικές με στόχο) για το *πώς αυτό θα επιτευχθεί*
- ★ φροντίζουμε πάντα να **ενθαρρύνουμε** (παρότρυνση) ξανά το μαθητή



Ενδυναμωτική Επικοινωνία



- Ένα δικό μας αίτημα προς τους μαθητές μπορεί να προκαλέσει αρνητικές αντιδράσεις, αντίσταση ή/και σύγκρουση.
- Συχνά χρειάζεται να δώσουμε εξηγήσεις που βοηθούν τους μαθητές να καταλάβουν γιατί να προσπαθήσουν
- Δώστε στους μαθητές/τριες σας το χρόνο και το χώρο που χρειάζονται κατά τη διάρκεια του μαθήματος για να μάθουν, να πειραματιστούν, να προσπαθήσουν να πάνε προς τη δική τους κατεύθυνση, να εργαστούν με το δικό τους ρυθμό





Ενδυναμωτική Επικοινωνία



- **Χρήση του λόγου χωρίς να γινόμαστε πειστικοί**

Λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία που ελαχιστοποιεί την αίσθηση πίεσης

(«πρέπει να...», «θα έπρεπε να...», «είσαι υποχρεωμένος να...», «θα κάνεις αυτό που σου λέω...»)

Αντίθετα, εκφράσεις του τύπου «μπορείς να...», «καλό θα ήταν...» κτλ. θα ήταν προτιμότερες

- **Επικοινωνία με σαφείς μαθησιακούς στόχους**

Αφού προσδιορίσουμε με σαφήνεια τους μαθησιακούς στόχους, χρειάζεται να τους εξηγήσουμε

ξεκάθαρα στους μαθητές, έτσι ώστε να τους βοηθήσουμε να κατανοήσουν τι θα μάθουν στη Φυσική

Αγωγή

- **Δίνοντας οδηγίες για να βοηθήσουμε τους μαθητές/τριες να βελτιωθούν**

Ο εκπαιδευτικός ΦΑ προσφέρει την κατάλληλη καθοδήγηση κατά τη διάρκεια των μαθημάτων,

παρέχοντας οδηγίες βήμα προς βήμα (όπου χρειάζεται), ακολουθώντας τον ρυθμό των μαθητών



Προσέγγιση με επίκεντρο το μαθητή



- ❖ Ο εκπαιδευτικός επιδεικνύει την προσοχή και επενδύει χρόνο και ενέργεια για να ακούει, να βοηθά και να υποστηρίζει τους μαθητές, αφιερώνει χρόνο στον διάλογο και είναι ευαίσθητος στις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα των μαθητών του.
- ❖ Είναι δίκαιος σε κάθε περίπτωση (π.χ. δίκαιη αξιολόγηση), χρησιμοποιώντας λεκτική ή/και μη λεκτική ανατροφοδότηση με τρόπο που δείχνει ότι ενδιαφέρεται για την πρόοδο του κάθε μαθητή

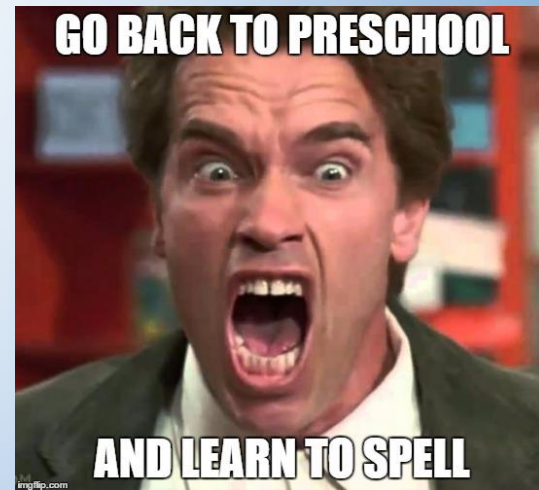




Χρήση ανοικτού διαλόγου



- Ο εκπαιδευτικός μπορεί να είναι ένα θετικό πρότυπο για τους μαθητές
- Μερικές φορές, μια σύντομη κουβέντα με τους μαθητές σας είναι αρκετή για να καταλάβετε τι μαθαίνουν, πόσο καλά διδάσκετε και ταυτόχρονα να συμβάλετε στη δημιουργία ενός θετικού κλίματος παρακίνησης
- Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το χιούμορ για να βελτιώσετε τις θετικές σχέσεις, να συζητήσετε με τους μαθητές ή να μαθαίνετε για τη ζωή τους





Χρησιμοποιήστε γλώσσα που ελαχιστοποιεί την πίεση

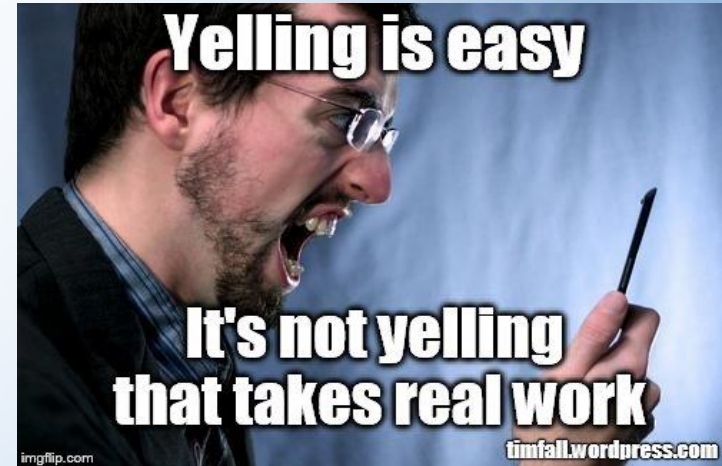


Αποφύγετε λέξεις ή φράσεις, όπως

«Πρέπει», «πρέπει να», «θέλω να κάνετε»,

«οπωσδήποτε θα γίνει...», «σε ρώτησα γιατί» κλπ.

& μεταφέρετε μια αίσθηση επιλογής και ευελιξίας



Αποφύγετε τις οδηγίες που δίνουν έμφαση στον **«Έλεγχο»**



Ενδυναμωτική επικοινωνία εκπαιδευτικού-μαθητή



- Αναγνωρίζει & Αποδέχεται τα αρνητικά συναισθήματα
- Παρέχει ουσιαστικές επεξηγήσεις όταν ο μαθητής αντιδρά
- Προσφέρει Επιλογές
- Συμμερίζεται τις απόψεις και ανάγκες των μαθητών/ τριών
- Επιδεικνύει Υπομονή





Ενδυναμωτική επικοινωνία (ABC)

Υποστήριξη αυτονομίας - ανήκειν - ικανότητας



→ Παράδειγμα για να ενεργοποιήσετε την αίσθηση της Αυτονομίας (A=Autonomy)

Εκπαιδευτικός ΦΑ: Ποια φυσική δραστηριότητα θα θέλατε να κάνετε μετά το σχολείο;

→ Παράδειγμα για να ενεργοποιήσετε την αίσθηση του Ανήκειν (B=Belongingness)

Εκπαιδευτικός ΦΑ: Μαρία, τι θα μπορούσες να κάνεις για να βοηθήσεις την Κατερίνα, ώστε και οι δύο να πετύχετε τους στόχους σας την επόμενη εβδομάδα;

Εκπαιδευτικός ΦΑ: Η φυσική δραστηριότητα μετά το σχολείο σας δημιούργησε κάποιο πρόβλημα στις άλλες σας δραστηριότητες;

→ Παράδειγμα για να ενεργοποιήσετε την αίσθηση της Ικανότητας (C=Competence)

Εκπαιδευτικός ΦΑ: Μπράβο σου, βελτίωσες την επίδοσή σου!



Γιατί είναι σημαντικό να αποφεύγουμε την έμφαση στον **Έλεγχο** «Το πρέπει να...», όταν διδάσκουμε;



Μειώνει την:

- Εσωτερική παρακίνηση
- Συμμετοχή
- Αυτο-ρύθμιση
- Επιμονή
- Δημιουργικότητα
- Απόδοση
- Ποιότητα ζωής

(Reeve, 2009)



Γιατί είναι σημαντικό να υποστηρίξουμε την **αυτονομία** των μαθητών όταν διδάσκουμε;

Αυξάνει την:

- Εσωτερική παρακίνηση
- Συμμετοχή
- Μάθηση
- Ανάπτυξη ικανοτήτων/ δεξιοτήτων
- Προτίμηση σε προκλητικές δραστηριότητες
- Ακαδημαϊκές Επιδόσεις
- Ποιότητα ζωής

(Su & Reeve, 2011; Reeve & Cheon, 2016)





**KEEP
CALM**

**IT'S
PHYSICAL EDUCATION
NOT THE OLYMPICS**

Πηγές - Βιβλιογραφία

- ❑ http://www.pe.uth.gr/cms/images/stories/entypa/epeaek/mathimata_morfi_omadikwn_ergasiwn/praktiki_askisi_sta_sxoleia_b/3_Practicum_winter.pdf
- ❑ http://www.pe.uth.gr/cms/phocadownload/epeaek/eidikotita_sxoliki_fysiki_agogi_KE1301_xasandra/dialekseis/7.pdf
- ❑ https://opencourses.auth.gr/modules/document/file.php/OCRS254/Παρουσιάσεις_Μαθήματος/332Chatzopoulos02-ApotelesmatikiDidaskalia.pdf
- ❑ <http://www.oxyzoglou.com/images/stories/seminaria/xatzopoulos.pdf>
- ❑ Schmidt, R. (1993). **Κινητική Μάθηση και Απόδοση. Μετάφραση: Πολλάτου Ε., Επιμέλεια: Κιουμουρτζόγλου Ε. Αθλότυπο, Αθήνα.**
- ❑ Magill R. (1989). **Motor Learning , WCB Publishers, Iowa**
- ❑ Reeve, J., & Cheon, S. H. (2016). **Teachers become more autonomy supportive after they believe it is easy to do. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 178-189**
- ❑ Reeve, J. (2009). **Why teachers adopt a controlling motivating style toward students and how they can become more autonomy supportive. *Educational Psychologist*, 44(3), 159-175.**
- ❑ Su, Y. L., & Reeve, J. (2011). **A meta-analysis of the effectiveness of intervention programs designed to support autonomy. *Educational Psychology Review*, 23(1), 159-188.**



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



Καρνές, 42100 Τρίκαλα

e-mail: g-pe@pe.uth.gr

Δίκτυο
Συνεργασίας Εκπαιδευτικών Φυσικής Αγωγής
(ΣΥΝ.Ε.Φ.Α)



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

