

# Νέο Αναλυτικό Πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής Λυκείου

Ιωάννης Σύρμπας, PhD

# Αναλυτικό πρόγραμμα Λυκείου (1990)

Η Φυσική Αγωγή στο Λύκειο έχει σκοπό, με τις γυμναστικές, αθλητικές και άλλες κινητικές δραστηριότητες να αναπτύξει ισόρροπα κι αρμονικά τις σωματικές και ψυχικές, και πνευματικές δυνάμεις των μαθητών και να τους καταστήσει ικανούς να ενταχθούν αρμονικά στο κοινωνικό σύνολο.

Οι επί μέρους στόχοι της Φυσικής Αγωγής είναι:

- ▶ **Βιωματικός,**
- ▶ **Βιολογικός- Υγιεινός,**
- ▶ **Κινητικός-Εκφραστικός,**
- ▶ **Κοινωνικός-Ηθικός,**
- ▶ **Πνευματικός Γνωστικός**

## Μειονέκτημα του Α.Π. ΦΑ 1990

- ▶ Ωστόσο, ενώ στο αναλυτικό πρόγραμμα του 1990 δεν λήφθηκαν υπόψιν οι προκλήσεις για την επίτευξη αυτού του σκοπού.
- ▶ Ένα σύγχρονο αναλυτικό πρόγραμμα χρειάζεται να λαμβάνει υπόψη τις προκλήσεις που συναντά ο έφηβος στο Λύκειο αλλά και στην υπόλοιπη ζωή του ως ενήλικας. Γιατί οι προκλήσεις πιθανόν να καθιστούν δύσκολη την υιοθέτηση της άθλησης ως τρόπου ζωής. Γεγονός που έχει ως συνέπεια να μην

# Χαρακτηριστικά ενός αποτελεσματικού μαθήματος ΦΑ

- ▶ Έχει βιωματικό χαρακτήρα,
- ▶ Διδάσκεται υιοθετώντας μαθητοκεντρικές διδακτικές μεθόδους
- ▶ Αναπτύσσει τις ικανότητες συνεργασίας των μαθητών/τριων
- ▶ Περιλαμβάνει δραστηριότητες μέτριας-έντονης έντασης
- ▶ Αξιοποιεί το χρόνο του διαλείμματος για να αυξήσει τη φυσική δραστηριότητα των μαθητών/τριών,

# Χαρακτηριστικά ενός αποτελεσματικού μαθήματος ΦΑ

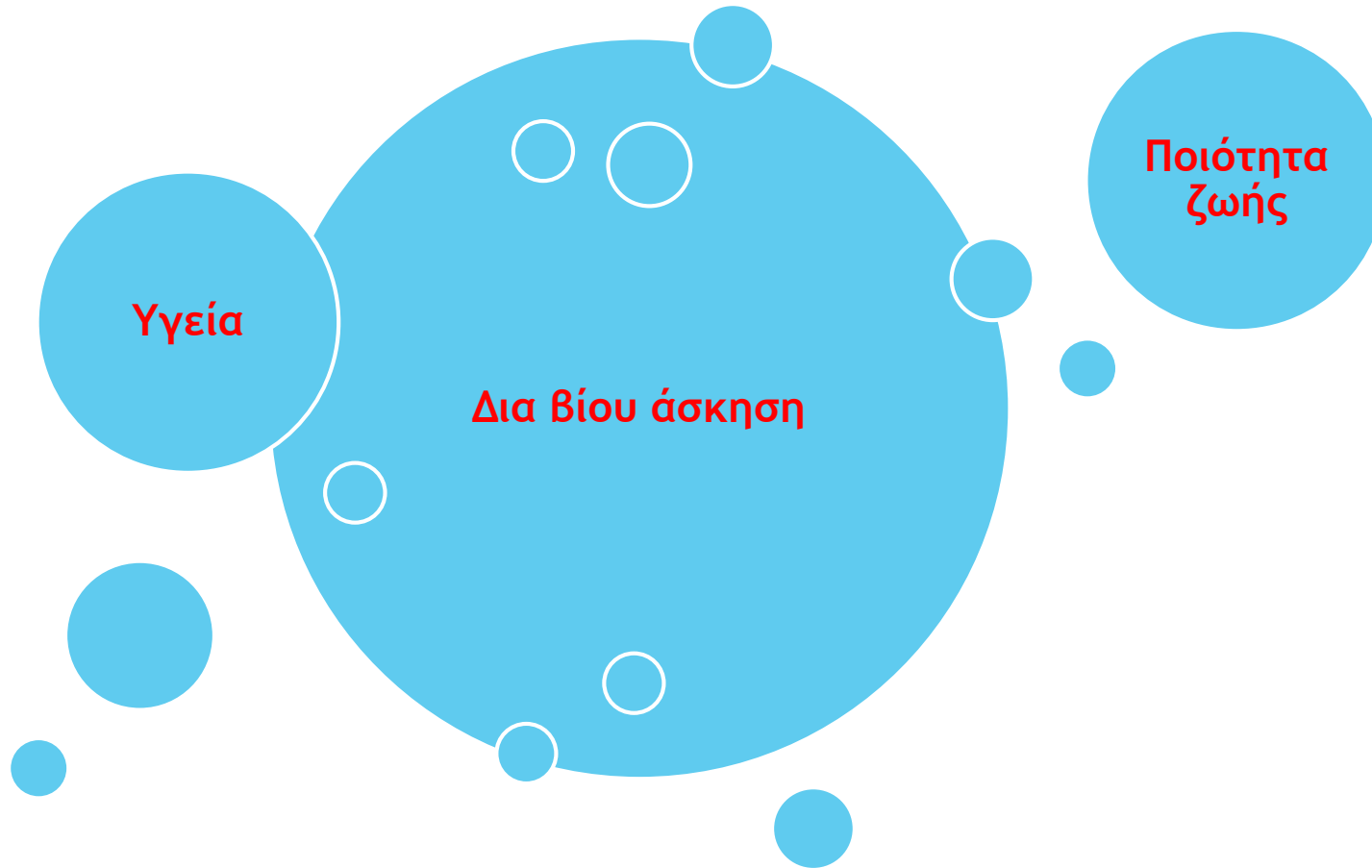
- ▶ Παρακινεί τους μαθητές/τριες να χρησιμοποιούν τον εξωσχολικό χρόνο για να αυξήσουν τη φυσική δραστηριότητα τους
- ▶ Παρέχει γνώσεις στους μαθητές/τριες: για την άσκηση (ένταση διάρκεια, συχνότητα, ποσότητα, διάλειμμα), να αξιολογούν τη φυσική τους κατάσταση, να σχεδιάζουν και να υλοποιούν τα δικά τους προγράμματα άσκησης, παρέχει γνώσεις και ερεθίσματα στους μαθητές να συμμετέχουν σε εκτός σχολείου σε ΦΔ, να ξιολογεί την αποτελεσματικότητά του από την Α΄ στη Γ΄ Λυκείου σε δείκτες κριτήρια (δεξιότητες, γνώσεις, συμπεριφορές) σχετικούς με τη «δια βίου άσκηση για υγεία και ποιότητα ζωής».

# Φυσικός/Σωματικός εγγραμματισμός

- Διαθέτει σιγουριά και αυτοπεποίθηση
- Επιδεικνύει συναρμογή και έλεγχο
- Προσαρμόζεται στις απαιτήσεις ενός μεταλλασσόμενου περιβάλλοντος
- Απολαμβάνει την εξερεύνηση νέων δραστηριοτήτων
- Εκτιμά την αξία της ΦΑ & την συνεισφορά της στην υγεία-ποιότητα ζωής
- Υιοθετεί την ΦΑ ως δια βίου συνήθεια σχετικά με τους άλλους,
- Επιδεικνύει ευαισθησία στην επικοινωνία του & αναπτύσσει σχέσεις που βασίζονται στην αμοιβαία κατανόηση
- Είναι δεκτικό στις συμβουλές και την καθοδήγηση, γνωρίζοντας ότι πετυχαίνει

(Whitehead, 2010)

# Νέο Α.Π. ΦΑ Λυκείου



# Επιμέρους Σκοποί

Ο μαθητής/τρια:



- ▶ Είναι ικανός να εφαρμόζει ένα εύρος αθλητικών και κινητικών δεξιοτήτων (χρήσιμων για την δια βίου άσκηση για υγεία και ποιότητα ζωής του).



- ▶ Κατανοεί και είναι σε θέση να εφαρμόσει γνώσεις και έννοιες των επιστημών που συμβάλουν στη δια βίου άσκηση για υγεία και ποιότητα ζωής



- ▶ αναπτύξει και να διατηρήσει ένα επίπεδο φυσικής κατάστασης για υγεία, μέσα από τη συστηματική συμμετοχή του σε ένα εύρος σωματικών δραστηριοτήτων.



- ▶ Επιδεικνύει υπεύθυνη κοινωνική συμπεριφορά, σεβασμό στη διαφορετικότητα, κατανόηση του άλλου φύλου και έχει αναπτύξει κατάλληλες κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες που συμβάλλουν στη δια βίου άσκηση για υγεία και ποιότητα ζωής.



# Υποσκοποί του ΑΠ

- ▶ Κάθε επιμέρους σκοπός, περιλαμβάνει επιμέρους υποσκοπούς
- ▶ Αποτελούν τη βάση για τον προγραμματισμό και του σχεδιασμό διδακτικών ενοτήτων από τον ΕΦΑ

# Κινητικός

| Επιμέρους σκοποί                                                                                                                                                                                                      | Υποσκοποί                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Ενδεικτικά θέματα<br>ή/και<br>δραστηριότητες                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Επιμέρους σκοπός 1:<br>Επιδεικνύει ικανότητα<br>σε ένα εύρος<br>αθλητικών και<br>κινητικών δεξιοτήτων<br>που είναι χρήσιμες για<br>την επίτευξη του<br>στόχου της δια βίου<br>άσκησης για υγεία και<br>ποιότητα ζωής. | <p>1.1 Διατηρεί κινητικές δεξιότητες που έχει ήδη διδαχθεί και τις αναπτύσσει περαιτέρω προκειμένου να εκτελέσει πιο σύνθετες ή πολύπλοκες δεξιότητες</p> <p>1.2 Αναπτύσσει νέες δεξιότητες σε καινούριες φυσικές δραστηριότητες (αθλήματα, χορούς κτλ)</p> <p>1.3 Επιλέγει σύμφωνα με τις επιθυμίες του και τις κινητικές του ικανότητες τις αθλητικές και φυσικές δραστηριότητες που του ταιριάζουν καλύτερα και εξελίσσεται περαιτέρω σε αυτές</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Αθλήματα</li><li>• Χοροί</li><li>• Τροποποιημένα παιχνίδια και κινητική επιδεξιότητα</li></ul> |

# Γνωστικός

| Επιμέρους σκοποί                                                                                                                                                | Υποσκοποί                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Ενδεικτικά θέματα ή/και δραστηριότητες                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Επιμέρους σκοπός 2:<br>Κατανοεί και είναι σε θέση να εφαρμόσει γνώσεις και έννοιες των επιστημών που συμβάλουν στη διαβίωση άσκηση για υγεία και ποιότητα ζωής. | 2.1 Κατανοεί βασικές αρχές της άσκησης και τις εφαρμόζει προκειμένου να γυμνάζεται με ασφάλεια κάτω από διαφορετικές συνθήκες σε μια ποικιλία δραστηριοτήτων<br>2.2 Κατανοεί τις λειτουργίες και τους τρόπους κίνησης του σώματος και είναι σε θέση να εφαρμόσει αυτή τη γνώση προς όφελός του/της προσαρμόζοντας το επίπεδο της άσκησης στις προσωπικές του/της | <ul style="list-style-type: none"><li>• Γνώσεις</li><li>• Άσκηση και φυσικές δραστηριότητες με ασφάλεια</li><li>• Υγιεινές συνήθειες και ποιότητα ζωής</li></ul> |

# Φυσική κατάσταση & υγεία

| Επιμέρους σκοποί                                                                                                                                                                           | Υποσκοποί                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Ενδεικτικά θέματα ή/και δραστηριότητες                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Επιμέρους σκοπός 3:<br>Είναι σε θέση να αναπτύξει και να διατηρήσει ένα επίπεδο φυσικής κατάστασης για υγεία, μέσα από τη συστηματική συμμετοχή του σε ένα εύρος σωματικών δραστηριοτήτων. | <p>3.1 Ακολουθεί ένα πρόγραμμα συστηματικής άσκησης που έχει αναπτύξει ο ίδιος ή σε συνεργασία με άλλους</p> <p>3.2 Λαμβάνει πρωτοβουλία συμμετοχής ή/και αξιοποιεί τις ευκαιρίες που παρουσιάζονται προκειμένου να γνωρίσει νέες φυσικές δραστηριότητες και αθλήματα με στόχο τη διασκέδαση, την κοινωνική αλληλεπίδραση και την αυτό-έκφραση</p> <p>3.3 Αξιολογεί αποτελεσματικά την πρόοδό του ως προς την τακτική συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες καθώς και αποτελέσματα δοκιμασιών της φυσικής κατάστασής του</p> <p>3.4 Παρουσιάζει βελτίωση ή το κατάλληλο επίπεδο σε δείκτες φυσικής κατάστασης που σχετίζονται με την υγεία</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Φυσική κατάσταση</li><li>• Εναλλακτικές μορφές άσκησης</li><li>• Φυσικές δραστηριότητες για υγεία</li></ul> |

# Κοινωνικός

| Επιμέρους σκοποί                                                                                                                                                       | Υποσκοποί                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Ενδεικτικά θέματα ή/και δραστηριότητες                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Επιμέρους σκοπός 4:<br>Επιδεικνύει υπεύθυνη κοινωνική συμπεριφορά, σεβασμό στη διαφορετικότητα, κατανόηση του άλλου φύλου και έχει αναπτύξει κατάλληλες κοινωνικές και | 4.1 Εφαρμόζει κανόνες, διαδικασίες και απλές πρακτικές που τονίζουν τις αρχές του τίμιου αγώνα («ευ αγωνίζεσθαι») σε μια ποικιλία δραστηριοτήτων<br>4.2 Επιδεικνύει σεβασμό στη διαφορετικότητα και κατανόηση του άλλου φύλου, καθώς και των συμμαθητών του οποιασδήποτε μειονότητας (κατά το θρήσκευμα, την εθνότητα, κτλ) ή αναπηρίας | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Θετική προσωπική, κοινωνική, ηθική συμπεριφορά</li> <li>• Δεξιότητες ζωής</li> </ul> |

# Παράδειγμα μαθήματος

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Επιμέρους Σκοπός 1:</b> Επιδεικνύει ικανότητα σε ένα εύρος αθλητικών και κινητικών δεξιοτήτων που είναι χρήσιμες για την επίτευξη του στόχου της δια βίου άσκησης για υγεία και ποιότητα ζωής.                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Υποσκοπός 1.2:</b> Αναπτύσσει νέες δεξιότητες σε καινούριες φυσικές δραστηριότητες (αθλήματα, χορούς κτλ).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Κεντρικές ιδέες του υποσκοπού 1.2:</b><br><i>Ποιες είναι οι σημαντικές έννοιες, ιδέες, αρχές που χρειάζεται να έχουν γίνει κατανοητές από τον μαθητή μέσω της συμμετοχής του στις δράσεις και στα περιεχόμενα του μαθήματος;</i>                                                                                                                                                                                                     | <b>Ενδεικτικά προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα που προκύπτουν από τον υποσκοπό 1.2:</b><br><i>Ποιες γνώσεις, δεξιότητες ή/και ικανότητες επιδιώκεται να αναπτύξει ο μαθητής για την επίτευξη του υποσκοπού;</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Δράσεις και παραδείγματα για την επίτευξη του υποσκοπού 1.2:</b><br><i>Τι χρειάζεται να κάνει ο εκπαιδευτικός ώστε να διευκολύνει το μαθητή στην επίτευξη του υποσκοπού;</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Κεντρικές ιδέες:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Υπάρχει πληθώρα φυσικών και αθλητικών δεξιοτήτων που ταιριάζουν σε ανθρώπους με διαφορετικά ενδιαφέροντα και ικανότητες και μπορούν να εκτελεστούν σε βάθος χρόνου προσφέροντας υγεία, διασκέδαση και ποιοτικό ελεύθερο χρόνο.</li><li>Γνωριμία με νέα αθλήματα, χορούς, φυσικές δραστηριότητες και παιχνίδια που προάγουν τη δια βίου άσκηση και ποιότητα ζωής</li></ul> | <b>Γνώσεις, δεξιότητες ή/και ικανότητες:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Να έχει αδρή γνώση κάποιων δραστηριοτήτων που θεωρεί ότι ταιριάζουν στα ενδιαφέροντα και στις ικανότητές του.</li><li>Να έχει αδρή γνώση των βασικών απαιτήσεων των δραστηριοτήτων και των προϋποθέσεων συμμετοχής με ασφάλεια.</li><li>Να έχει αδρή γνώση εναλλακτικών μορφών φυσικών δραστηριοτήτων, άσκησης και αθλημάτων.</li><li>Να αναπτύξει μια ευρείας έκτασης βάση συναφών δεξιοτήτων και εμπειριών, ώστε να επιτευχθεί «μεταφορά μάθησης» στις απαιτήσεις της νέας δεξιότητας-δραστηριότητας.</li><li>Να έχει ένα βασικό επίπεδο φυσικής κατάστασης που απαιτείται για την ασφαλή συμμετοχή στη δραστηριότητα που επιλέγει.</li></ul> | <b>Δράσεις του εκπαιδευτικού:</b><br><u><b>Σε σχέση με το μαθητή</b></u> <ul style="list-style-type: none"><li>Τεκμηριώνει τη σχέση των νέων φυσικών δραστηριοτήτων - αθλημάτων με την υγεία, τον πολιτισμό, το περιβάλλον και την ποιοτική διαχείριση του ελεύθερου χρόνου ως βασικό συστατικό της ποιότητας ζωής του σύγχρονου ανθρώπου.</li><li>Ενθαρρύνει το μαθητή να ασχοληθεί και εκτός σχολείου με όσες νέες φυσικές δραστηριότητες ή αθλημάτων τον ενδιαφέρουν και συζητά τα αποτελέσματα μαζί του.</li><li>Καθοδηγεί το μαθητή με τρόπο ώστε να θέσει προτεραιότητες στο σχεδιασμό του ατομικού προγράμματος εξάσκησης στη νέα δραστηριότητα, δίνοντας έμφαση στην ασφαλή συμμετοχή.</li><li>Ενθαρρύνει το μαθητή να παρουσιάσει την πρόοδο και την επίτευξή του στις δραστηριότητες που επέλεξε.</li></ul><br><u><b>Σε σχέση με το μάθημα και το σχολείο</b></u> <ul style="list-style-type: none"><li>Αξιοποιεί την τεχνολογία για τη διάδοση λιγότερο γνωστών φυσικών δραστηριοτήτων και αθλημάτων και αναθέτει σχέδια εργασίας.</li><li>Συνεργάζεται με τοπικούς φορείς που δραστηριοποιούνται σε φυσικές δραστηριότητες και αθλήματα που δεν παρέχονται στα πλαίσια του σχολείου και τους εμπλέκει στο σχεδιασμό κοινών δράσεων.</li><li>Εντάσσει στον προγραμματισμό του μαθήματος «μέρες δοκιμής» νέων αθλημάτων/χορών/φυσικών δραστηριοτήτων.</li><li>Συνεργάζεται με εκπαιδευτικούς άλλων ειδικοτήτων για διαθεματική προσέγγιση των νέων φυσικών δραστηριοτήτων και αθλημάτων.</li></ul> |

# Ενδεικτικό περιεχόμενο δραστηριοτήτων

| <i><b>Αθλήματα και αντικείμενα τα οποία είναι ήδη γνωστά</b></i>                                                                                                                                   | <i><b>Νέα αθλήματα και δραστηριότητες</b></i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Ομαδικά αθλήματα με μπάλα (π.χ. ποδόσφαιρο, χειροσφαίριση, πετοσφαίριση, καλαθοσφαίριση)</li><li>• Στίβος</li><li>• Παραδοσιακοί ελληνικοί χοροί</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Διάφορα είδη χορού από την ελληνική παράδοση (π.χ. ζεϊμπέκικο, συρτάκι, καρσιλαμάς, ρεμπέτικα κτλ)</li><li>• Διάφορα είδη χορού (π.χ. μοντέρνος χορός, λατινικοί χοροί, χιπ-χοπ, ταγκό, βαλς, ρούμπα, ροκ-εντ-ρολ κτλ)</li><li>• Διάφορες μορφές άσκησης με τη χρήση μουσικής (π.χ. αερόμπικ,ζούμπα κτλ)</li><li>• Διάφορα είδη γυμναστικής (π.χ. με βάρη, ελεύθερη γυμναστική, με μικρά όργανα, ασκήσεις με αυτοσχέδια όργανα, πιλάτες κτλ)</li><li>• Φυσικές δραστηριότητες (π.χ. περπάτημα στη φύση, κάμπινγκ, ψάρεμα, αναρρίχηση κτλ)</li><li>• Υπαίθριες αθλητικές δραστηριότητες (π.χ. κανό, καγιάκ,ιστιοπλοΐα, αναρρίχηση, ποδήλατο βουνού, άσκηση με μεγάλα σχοινιά, σκέτινγκκτλ)</li><li>• Χειμερινά αθλήματα (π.χ. χιονοσανίδα, σκι κτλ)</li><li>• Άσκηση ή/και αθλήματα στο νερό (π.χ. κολύμπι, υδατοσφαίριση, wateraerobicκτλ)</li><li>• Αθλήματα με μπάστούνι (π.χ. baseball, γκολφ, χόκει επί χόρτου κτλ)</li><li>• Αθλήματα ρακέτας (π.χ. πιγκ-πογκ, τένις, σκουός, μπάντμιντον κτλ)</li><li>• Πολεμικές τέχνες και αυτοάμυνα</li><li>• Άλλες μορφές άσκησης και παιχνιδιού (π.χ. ελληνορωμαϊκή πάλη, μπόουλινγκ, τροποποιημένα παιχνίδια σκοποβολής, τοξοβολία κτλ)</li></ul> |

# Παράγοντες που επηρεάζουν το μάθημα

| Εσωτερικοί παράγοντες                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Εξωτερικοί παράγοντες                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Η φύση ή η πολυπλοκότητα των μαθησιακών αποτελεσμάτων.</b> Αν κάτι είναι πολύπλοκο, συνήθως απαιτεί περισσότερο χρόνο για να κατανοηθεί.</li><li>• <b>Τα ενδιαφέροντα ή/και ανταπόκριση των μαθητών/τριών και προηγούμενες εμπειρίες τους.</b> Αν υπάρχει ενδιαφέρον ή προηγούμενη θετική εμπειρία διευκολύνει τη μάθηση.</li><li>• <b>Η συνάφεια ή σύνδεση μεταξύ των περιεχομένων.</b> Αν υπάρχει συνάφεια μεταξύ των αντικειμένων, τότε διευκολύνεται η μαθησιακή διαδικασία λόγω μεταφοράς μάθησης.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Το διαθέσιμο υλικοτεχνικό εξοπλισμό και αθλητικό υλικό.</b> Κάθε εκπαιδευτικός οφείλει να καταγράφει τις ανάγκες, τις ελλείψεις και να εξετάζει όλες τις πιθανές πηγές κάλυψής τους.</li><li>• <b>Η διαμόρφωση του χώρου (π.χ. αίθουσα πολλαπλών χρήσεων, γυμναστήριο, αυλή κτλ).</b> Πρωτίστως η διαμόρφωση του χώρου οφείλει να εξασφαλίζει την ασφάλεια των μαθητών και μετά να εξετάζεται η επίτευξη των στόχων.</li><li>• <b>Οι περιβαλλοντικές συνθήκες που επικρατούν στην περιοχή.</b> Είναι λογικό ότι, ειδικά όταν δεν υπάρχει κλειστός</li></ul> |



# Παράγοντες που επηρεάζουν το μάθημα

| Εσωτερικοί παράγοντες                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Εξωτερικοί παράγοντες                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Θέματα ισότητας.</b> Αν ένα από τα χαρακτηριστικά του Προγράμματος Σπουδών είναι η έμφαση στη συμμετοχή όλων, τότε χρειάζεται να εξασφαλιστεί ότι οι επιλογές που δίνονται στο μαθητή έχουν νόημα, ανεξάρτητα από φύλο, κινητική αναπηρία ή άλλες ατομικές διαφορές.</p> <p><b>Ο διαθέσιμος χρόνος</b> (ώρες διδασκαλίας). Περισσότερο πολύπλοκοι στόχοι απαιτούν ανάλογο χρόνο για την επίτευξή τους. Επίσης, αν έχουμε περισσότερο χρόνο στη διάθεσή μας, μπορούμε να προγραμματίσουμε περισσότερα σχέδια εργασίας.</p> | <p>προστατευόμενος χώρος που να μπορεί να υλοποιηθεί απρόσκοπτα το μάθημα, οφείλουμε να λαμβάνουμε υπόψη μας αυτή την παράμετρο, προκειμένου να αποφύγουμε την έκθεση των μαθητών σε ακραίες καιρικές συνθήκες ή από την άλλη μεριά, να εκμεταλλευόμαστε καλύτερα τις καιρικές συνθήκες προς όφελος των μαθητών μας.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Δυνατότητες συνεργασίας με φορείς εκτός σχολείου για την προώθηση της δια βίου άσκησης για υγεία και ποιότητα ζωής.</b> Τέτοιοι φορείς μπορεί να είναι κέντρα περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, τοπικές αρχές, σύλλογοι ατόμων με αναπηρίες, καθώς και αθλητικοί ή πολιτιστικοί σύλλογοι που προσφέρουν δραστηριότητες στις οποίες το σχολείο δεν έχει υποδομή (π.χ. ιστιοπλοΐα, χιονοδρομία κτλ).</li></ul> |

# Εφαρμογή του Α.Π.

- ▶ Η εφαρμογή του ΠΣ σπουδών υλοποιείται μέσα από σχέδια δράσης
- ▶ Κάθε σχέδιο δράσης εστιάζεται σε έναν ή περισσότερους σκοπούς και υποσκοπούς
- ▶ Σε κάθε τετράμηνο υλοποιούνται ένα ή περισσότερα σχέδια δράσης
- ▶ Εφαρμόζονται κυρίως μαθητοκεντρικές μέθοδοι
- ▶ Τηρείται (ατομικός ή ομαδικός) φάκελος μαθητών (portfolio) όπου καταχωρούνται τα έντυπα (ομαδικά και ατομικά) της δράσης, τα οποία λαμβάνονται υπόψη και στην αξιολόγηση των μαθητών

# Αντίστροφος προγραμματισμός

| <i>Παραδοσιακή προσέγγιση στην οργάνωση και προγραμματισμό του εκπαιδευτικού έργου</i>   | <i>Σύγχρονη προσέγγιση στην οργάνωση και προγραμματισμό του εκπαιδευτικού έργου</i>                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Τι είδους περιεχόμενο, ασκήσεις, δραστηριότητες να επιλέξω; (π.χ. μπάσκετ, βόλεϊ κτλ) | 1. Τι στόχους και προτεραιότητες θέτουμε;                                                                             |
| 2. Τι επιδιώκουμε μέσα από το συγκεκριμένο άθλημα;                                       | 2. Ποιο περιεχόμενο είναι κατάλληλο για το σκοπό που επιδιώκουμε;                                                     |
| 3. Τι μπορούμε να αξιολογήσουμε στο συγκεκριμένο άθλημα, δραστηριότητα;                  | 3. Ποιες μορφές αξιολόγησης μας βοηθούν να καταλάβουμε αν βρισκόμαστε στο «σωστό» δρόμο προς την επίτευξη του σκοπού; |

# Αξιολόγηση μαθητών/τριών

| Κριτήρια αξιολόγησης                              | Βαρύτητα κριτηρίων στη βαθμολόγηση του μαθητή | Προτεινόμενοι μέθοδοι αξιολόγησης                                                                       |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Κριτήριο 1: Επίτευξη των μαθησιακών αποτελεσμάτων | 70%                                           | Μέσω διαβαθμισμένης κλίμακας ή/και μέσω συγκεκριμένων μεθόδων ανάλογα με το περιεχόμενο της διδασκαλίας |
| Κριτήριο 2: Μαθησιακή και κοινωνική συμπεριφορά   | 30%                                           | Μέσω διαβαθμισμένης κλίμακας                                                                            |

- ▶ Σχηματίστε ομάδες των 4 ατόμων και αφού διαλέξετε ένα κύριο σκοπό και επιμέρους υποσκοπούς σχεδιάστε ένα μάθημα εφαρμόζοντας τις συστάσεις που περιλαμβάνει το νέο Α.Π της ΦΑ