

Διαθεματικό Εκπαιδευτικό Υλικό

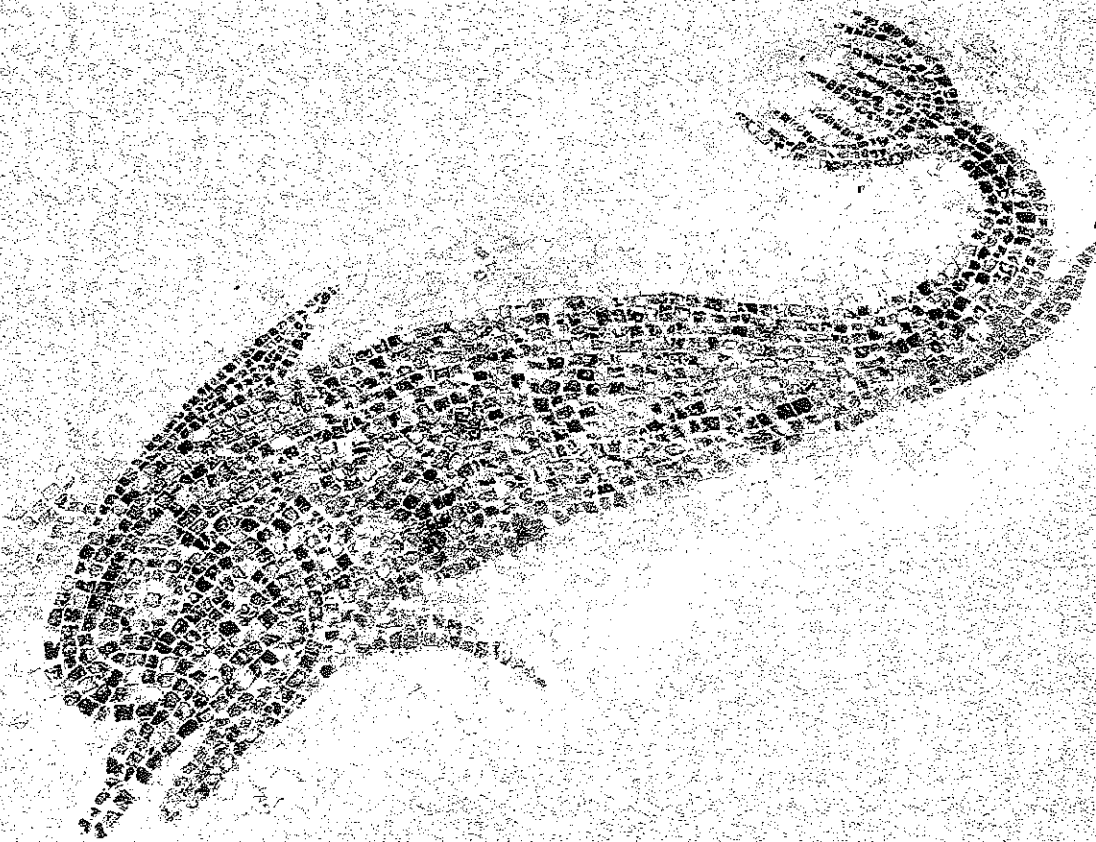
για την Ευέλικτη Ζώνη

Τεύχος Β'

Γ'- Δ' τάξεις του Δημοτικού Σχολείου

Τοπική Ιστορία

Φυσική Αγωγή / Αγωγή Υγείας



ΑΘΗΝΑ 2001

**Διαθεματικό Εκπαιδευτικό Υλικό
για την Ευέλικτη Ζώνη**

Γ'-Δ' τάξεις του Δημοτικού Σχολείου

Τεύχος Β'

**Τοπική Ιστορία
Φυσική Αγωγή/ Αγωγή Υγείας**

ΑΘΗΝΑ 2001

Υπεύθυνος του φορέα:

Σταμάτης Αλαχιώτης, Καθηγητής Γενετικής του Πανεπιστημίου Πατρών,
Πρόεδρος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου.

Συντονισμός:

Χ. Κωνσταντίνου, Αναπληρωτής Καθηγητής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων,
Αντιπρόεδρος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου.

Ε. Καρατζιά -Σταυλιώτη, Σύμβουλος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου

Α. Γαλανοπούλου, Πάρεδρος με Θητεία του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου.

Α. Παμουκτσόγλου, Πάρεδρος με Θητεία του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου.

ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ

Ενέργεια 2.2.1.: "Αναμόρφωση εκπαιδευτικών προγραμμάτων και εκπαιδευτικού υλικού στην
Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση"

Πράξη 2.2.1.γ: "Πειραματικά Προγράμματα Εκπαίδευσης"

Τίτλος Έργου: "Πειραματικά Προγράμματα Εκπαίδευσης / Πιλοτική εφαρμογή της Ευέλικτης Ζώνης /
Ζώνη Καινοτόμων Δράσεων"

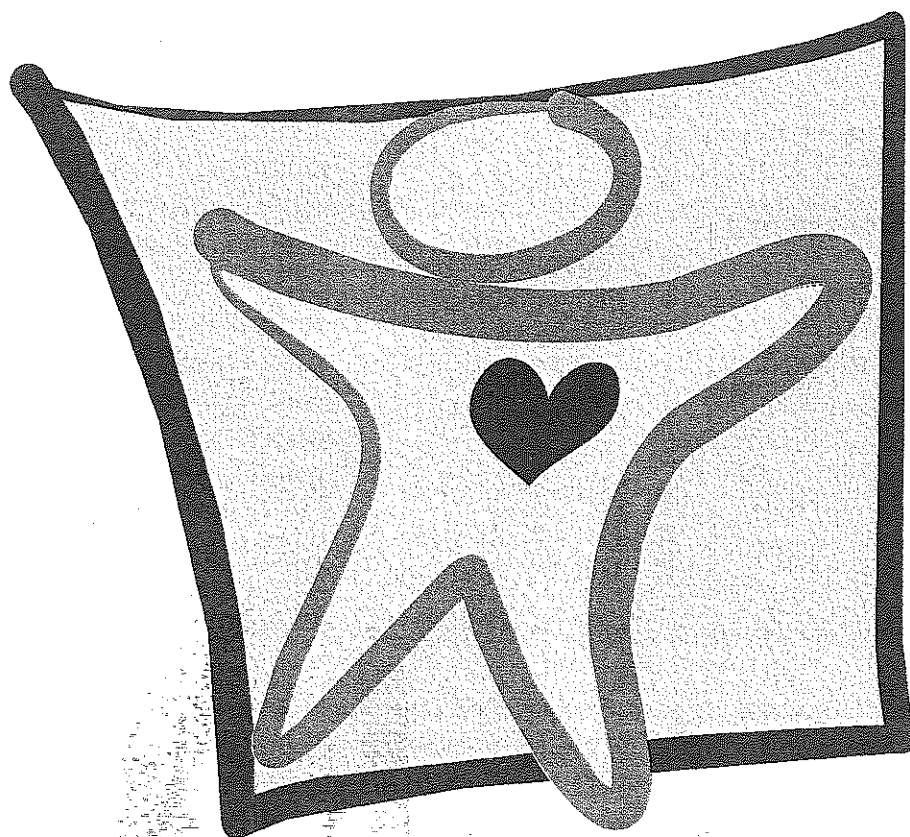
Υπεύθυνος Έργου:

Ηλίας Μασαγγούρας, Αναπληρωτής Καθηγητής του Πανεπιστημίου Αθηνών,
Αντιπρόεδρος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου

Το εξώφυλλο απεικονίζει δελφίνι από ψηφιδωτό της Casa Romana που βρίσκεται στην Κω
(λεπτομέρεια)

ΔΙΑΤΡΟΦΗ & ΥΓΕΙΑ

ΑΡΧΕΣ, ΙΔΕΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ



Θεσσαλονίκη, Ιούνιος 1999

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ
"ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ & ΥΓΕΙΑ"

Επιστημονικός Υπεύθυνος: Κιουμουρτζόγλου Ευθύμιος

Επιστημονική Ομάδα:

- Δογάνης Γεώργιος
- Θεοδωράκης Ιωάννης
- Μούγιος Βασίλειος
- Τσορμπατζούδης Χαράλαμπος

Ειδικοί Επιστήμονες:

- Αυγερινός Ανδρέας
- Βερναρδάκης Νικόλαος
- Γούδας Μάριος
- Ζήση Βασιλική
- Κουρτέσης Θωμάς
- Παπαχαρίσης Βασίλης
- Σχολλ Ούρσουλα
- Τζέτζης Γεώργιος
- Τσαγδή Χριστίνα

Περιγραφή του Προγράμματος "Αθλητική Αγωγή και Υγεία"

Αναγκαιότητα & Στόχοι

Η σχέση της φυσικής δραστηριότητας με την υγεία τόσο των παιδιών όσο και των ενηλίκων είναι τεκμηριωμένη. Παρά το γεγονός όμως αυτό, η υποκινητικότητα στις αναπτυγμένες κοινωνίες παίρνει επιδημικές διαστάσεις. Έτσι, πολλοί φορείς υγείας και εκπαίδευσης στα προηγμένα κράτη οργανώνουν προγράμματα προώθησης του δραστήριου τρόπου ζωής στοχεύοντας να μειώσουν τους κινδύνους της υγείας που σχετίζονται με την υποκινητικότητα και να βελτιώσουν την ποιότητα ζωής της κοινότητας. Το σχολείο διαδραματίζει βασικό ρόλο στην προώθηση αξιών που σχετίζονται με την υγεία και τον δραστήριο τρόπο ζωής. Το πρόγραμμα "Αθλητική Αγωγή και Υγεία" ήταν ένα πρόγραμμα παρέμβασης και οργανώθηκε έχοντας σαν στόχους:

- Την ενίσχυση του ενδιαφέροντος των μαθητών για το δραστήριο τρόπο ζωής και τα σπορ.
- Την παροχή γνώσεων και δεξιοτήτων με στόχο την υιοθέτηση των αρχών που διέπουν τον υγιεινό τρόπο διαβίωσης.
- Την αναβάθμιση της ποιότητας της εκπαίδευσης με τον εμπλουτισμό των γνώσεων του διδάσκοντα και του σχολικού προγράμματος.
- Την ενθάρρυνση των σχολείων να υιοθετήσουν μια δραστήρια πολιτική υγείας σε συνεργασία με τους γονείς των μαθητών και με φορείς εκτός σχολείου.

Το πρόγραμμα "Αθλητική Αγωγή και Υγεία" χρηματοδοτήθηκε από το Β' Κοινοτικό Πλαίσιο Στήριξης - ΕΠΕΑΕΚ (Υπ/μα 1 - Μέτρο 1.1 - Ενέργεια 1.1.α) και η επιστημονική ομάδα που το οργάνωσε αποτελούνταν από μέλη Δ.Ε.Π. των Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Α.Π. Θεσσαλονίκης, Δ.Π.Θράκης, και Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, καθώς και Μεταπτυχιακούς Φοιτητές. Το πρόγραμμα υλοποιήθηκε από τους καθηγητές Φ.Α. των σχολείων.

Εφαρμογή

Ο σχεδιασμός και η εφαρμογή της παρέμβασης υλοποιήθηκε με την παρακάτω διαδικασία (σχεδιάγραμμα):

- Αρχικά διεξήχθη **ανάλυση αναγκών** ώστε να αξιολογηθούν οι ανάγκες και να ιεραρχηθούν οι προτεραιότητες σε: α) ένα αντιπροσωπευτικό δείγμα 950 μαθητών από πέντε διαφορετικά διοικητικά διαμερίσματα της Θεσσαλονίκης ηλικίας 11, 14 και 17 ετών, β) 103 καθηγητές φυσικής αγωγής πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, και γ) 18 σχολεία για την αξιολόγηση της υλικοτεχνικής τους υποδομής. Οι **μαθητές** συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο "Φυσικής Δραστηριότητας και Τρόπου Ζωής" για να αξιολογηθεί το επίπεδο της φυσικής τους δραστηριότητας και συνήθειες που σχετίζονται άμεσα με την υγεία (διατροφή και κατανάλωση οινόπνευματος και καπνού). Οι **καθηγητές ΦΑ** συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο για να αξιολογηθούν οι γνώσεις τους, οι στάσεις τους και η αυτό-αποτελεσματικότητά τους ως προς τη διδασκαλία ενός προγράμματος άσκησης για υγεία. Οι διευθυντές των **σχολείων** συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο για την αξιολόγηση των σχολείων ως προς την υλικοτεχνική υποδομή. Τα αποτελέσματα αυτής της φάσης δικαιολόγησαν την ανάγκη παρέμβασης.
- Οι **αποφάσεις** για την παρέμβαση σχετικά με τους στόχους, τα περιεχόμενα και τις προτεραιότητες βασίστηκαν στην ανάλυση αναγκών λαμβάνοντας υπόψη τις διαθέσιμες πηγές και το οικονομικό κόστος. Η **στρατηγική** παρέμβασης και η **διαδικασία** εφαρμογής επικεντρώ-