

# ΕΚΗΒΟΛΟΣ

ΕΤΗΣΙΑ ΕΚΔΟΣΗ

ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Κ. ΜΕΛΕΝΙΚΟΥ 22, 54635,  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ



Καινοτομώντας ....

ΕΚΔΟΣΕΙΣ  
ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΙΔΗ  
εξειδίκευση στη γνώση

ΤΕΥΧΟΣ 9ο - ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2012



## Εκηβόλος

Ετήσια έκδοση της  
Ελληνικής Ακαδημίας  
Φυσικής Αγωγής

Τεύχος 9, Απρίλιος 2012

Το περιοδικό διευθύνεται από  
συντακτική επιτροπή

Υπεύθυνος σύνταξης:  
Ευάγγελος Αμπανίδης

Συντακτική Επιτροπή:

Ε. Κιουμουρτζόγλου,  
Ι. Θεοδωράκης,  
Ε. Αλμπανίδης,  
Γ. Τζέτζης, Θ. Κουρτέσης,  
Β. Δέρρη,  
Μ. Γούδας.

Υπεύθυνοι έκδοσης:

 ΕΚΚΟΒΟΛΟΣ  
ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΙΔΙ

Κ. Μελενίκου 22, Θεσ/νίκη  
τηλ. 2310248486  
fax. 2310248478  
www.xristodoulidi.gr  
e-mail: info@xristodoulidi.gr

Διεύθυνση επικοινωνίας:

Εκηβόλος  
Ετήσια έκδοση της Ε.Α.Φ.Α.  
Κ. Μελενίκου 22,  
Τ.Κ. 54635  
e-mail: info@hape.gr

Επιτρέπεται κάθε αναδημοσί-  
ευση, με υποχρέωση αναφοράς  
του περιοδικού ως πηγής.

Κείμενα για δημοσίευση γί-  
νονται δεκτά, εφόσον είναι  
ενυπόγραφα και εγκρίνονται  
από τη συντακτική επιτροπή.  
Τα κείμενα δεν επιστρέφο-  
νται.

# περιεχόμενα

- Προοίμιο - Γιάννης Θεοδωράκης .....3

## ΑΡΘΡΑ

- ΝΕΟ ΣΧΟΛΕΙΟ-Σχολείο του 21ου αιώνα: Μια εκπαιδευτική πρόκληση σε χαλεπούς καιρούς! - Ανδρέας Γ. Αυγερινός .....4
- Η Φυσική Αγωγή στο ΝΕΟ ΣΧΟΛΕΙΟ: Τι νέο εισάγει; - Βασιλική Δέρρη & Ανδρέας Γ. Αυγερινός .....6
- Η Φυσική Αγωγή που αξίζει να δώσουμε στα παιδιά μέσα στο σχολείο που αξίζει να δώσουμε στα παιδιά - Νικόλαος Διγγελίδης, Αθανάσιος Παπαϊωάννου .....8
- 2011-2014: Εθνικό θεματικό δίκτυο: Το παιχνίδι ως μέσο περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης, άθλησης και δράσης - Μ. Χατζημηχαήλ, Μ. Μιχαλοπούλου, Σ. Καινούργιου, Α. Καμπάς, & Ν. Κουφού .....10
- Π Ε Ρ Ϊ Α Τ Α : Πειραματικό πρόγραμμα στους παιδικούς σταθμούς των Δήμων Καβάλας-Κομοτηνής - Αντώνης Καμπάς .....13
- Η αναζήτηση της καινοτομίας μέσα από το παρελθόν μας - Αλέξης Λύρας .....16
- Καινοτομώντας... την περίοδο της κρίσης -Ευάγγελος Αλμπανίδης .....19

## ΒΗΜΑ ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΩΝ

- Η συμβολή της Φυσικής Αγωγής στην αυτοπραγμάτωση του ατόμου- Κωνσταντίνος Μπουζιώτας .....23

## ΠΡΟΣΩΠΑ:

- Συνέντευξη με Δικαία Χατζηευσταθίου .....25

## Η ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

- Η προσέγγιση της πολιτισμικής ειερρότητας για μαθητές/τριες Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης μέσα από το μάθημα της Φυσικής Αγωγής -Ηρακλής Κέλλης .....28
- Η αποτελεσματικότητα των Νέων Τεχνολογιών στην επιμόρφωση καθηγητών Φυσικής Αγωγής - Μαρία Μαχαιρίδου .....29
- Στιλ διδασκαλίας και μεταγνωστικές δεξιότητες - Αθανασία Χατζηπαντελή .....31

Θέλετε να παίρνετε δωρεάν τον Εκηβόλο σπίτι σας; Αν είστε καθηγητής ή καθηγήτρια φυσικής αγωγής, επισκεφθείτε το δικτυακό τόπο της ΕΑΦΑ [www.hape.gr](http://www.hape.gr) και γραφείτε δωρεάν συνδρομητής.

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ



# Η Φυσική Αγωγή στο ΝΕΟ ΣΧΟΛΕΙΟ: Μέλλον ή παρελθόν;

Βασιλική Λ. Δέρρη  
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια  
Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Δ.Π.Θ.

Ανδρέας Γ. Αυγερινός  
Λέκτορας  
Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Δ.Π.Θ.



## Εισαγωγή

Στο πλαίσιο των μεταρρυθμίσεων στην Ελληνική εκπαίδευση δημιουργήθηκαν νέα Προγράμματα Σπουδών (ΠΣ) για όλα τα γνωστικά αντικείμενα του σχολικού προγράμματος. Αναφορικά με τη Φυσική Αγωγή (ΦΑ), είναι γεγονός ότι την τελευταία δεκαετία δημιουργήθηκε και εφαρμόστηκε σημαντικής παιδαγωγικής αξίας εκπαιδευτικό υλικό για την Ολυμπιακή Παιδεία, την Καλλιπάτειρα, τους Παραολυμπιακούς Αγώνες και τη ΦΑ στο Ολοήμερο Σχολείο. Το πιο πρόσφατο αφορά στο εκπαιδευτικό υλικό που αναπτύχθηκε μέσα από τα βιβλία ΦΑ για το δημοτικό και το γυμνάσιο. Όλο αυτό το διάστημα οι εκπαιδευτικοί υποστηρίχθηκαν με σεμινάρια και επιμορφώσεις. Σε αυτό το υλικό που παραμένει σε ισχύ και χρήση, σήμερα έχει να προστεθεί το έργο μιας φιλόδοξης προσπάθειας που εκπονήθηκε από μια πολυμελή ομάδα ακαδημαϊκών και εκπαιδευτικών με υψηλά προσόντα από το χώρο της ΦΑ. Το έργο αυτό αφορά στη συγγραφή Προγραμμάτων Σπουδών (ΠΣ)\* και Οδηγών Σπουδών (ΟΣ) για τη Φυσική Αγωγή, που απευθύνονται σε εκπαιδευτικούς Προσχολικής, Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Σκοπός αυτού του άρθρου είναι να παρουσιαστούν το πλαίσιο ανάπτυξης του νέου έργου, οι καινοτομίες που εισάγει και ο ρόλος του εκπαιδευτικού ΦΑ στη διαχείριση και την εφαρμογή του.

Το πλαίσιο ανάπτυξης του ΠΣ – Η φυσική αγωγή συναντά τον εαυτό της

Οι σκοποί της φυσικής αγωγής, όπως έχουν καθοριστεί από τον προηγούμενο αιώνα σε διεθνές επίπεδο είναι οι εξής: 1) κινητικός, 2) γνωστικός, 3) φυσική-κατάσταση για υγεία, 4) συναισθηματικός, 5) κοινωνικός. Ο καθορισμός αυτός στηρίζεται αφενός στη φύση του μαθήματος το οποίο, αντίθετα με κάθε άλλο του σχολικού προγράμματος, προϋποθέτει την ολόπλευρη ανάπτυξη των μαθητών για την αποτελεσματική συμμετοχή τους στο δυναμικό και αλληλεπιδραστικό περιβάλλον του και αφετέρου στην εξαιρετική δυνατότητα του μαθήματος να συμβάλλει στην ολόπλευρη μάθηση των μαθητών. Εξάλλου, σύμφωνα με τη σημερινή Ευρωπαϊκή οπτική, η ΦΑ μπορεί και πρέπει να διαδραματίσει ένα σημαντικό ρόλο στην ισορροπημένη ανάπτυξη της προσωπικότητας και την εδραίωση της υγείας των μαθητών.

Ωστόσο, είναι πλέον δεδομένο ότι οι παραπάνω σκοποί μπορούν να επιτευχθούν μόνο μέσα από μία ουσιαστική μεταστροφή της εκπαιδευτικής φιλοσοφίας της ΦΑ, από το σχεδιασμό με βάση τα κινητικά περιεχόμενα του μαθήματος και την επίτευξη κυρίως του κινητικού σκοπού (μέχρι σήμερα), στο σχεδιασμό για την κινητική αλλά και την παράλληλη γνωστική, συναισθηματική και κοινωνική εκπαίδευση των νηπίων, των παιδιών και των εφήβων, με οργανωμένο τρόπο.

Μέσα από αυτή τη μεταστροφή, κατά την οποία η φυσική αγωγή ουσιαστικά συναντά τον εαυτό της, παρουσιάζονται και καθορίζονται με ευκρίνεια: (α) οι σκοποί της για όλο το φάσμα της υποχρεωτικής εκπαίδευσης (από νηπιαγωγείο ως και το γυμνάσιο), (β) οι μαθησιακοί στόχοι και οι επιδιώξεις κάθε τάξης, (γ) οι διαδικασίες αξιολόγησης της μάθησης και (δ) ενδεικτικά περιεχόμενα του μαθήματος. Ετσι, δίνεται μια ξεκάθαρη εικόνα σε εκπαιδευτικούς, μαθητές και γονείς για τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις συμπεριφορές που πρέπει να αναπτύξουν οι μαθητές ως αποτέλεσμα της συμμετοχής τους στο μάθημα.

## Καινοτομίες που εισάγονται

Το παρόν ΠΣ είναι ένα λειτουργικό, αναπτυξιακά κατάλληλο πλαίσιο δράσης. Στόχος του είναι ο «εκπαιδευμένος» μαθητής, δηλαδή εκείνος που στο τέλος της υποχρεωτικής εκπαίδευσης:

1. Επιδεικνύει κινητική επιδεξιότητα στην εκτέλεση διαφόρων δραστηριοτήτων.
2. Κατανοεί κινητικές έννοιες, αρχές, στρατηγικές και κανόνες φυσικών και αθλητικών δραστηριοτήτων.
3. Αναπτύσσει και διατηρεί ένα ικανοποιητικό επίπεδο φυσικής κατάστασης-υγείας.
4. Απολαμβάνει τη συμμετοχή στις φυσικές δραστηριότητες, αυτό-εκφράζεται και αλληλεπιδρά με τους άλλους.
5. Αποκτά κοινωνικές δεξιότητες και αναπτύσσει αξίες.



## Ειδικότερα, οι καινοτομίες αφορούν:

1. Στη μεταφορά του μαθητή στο κέντρο της μαθησιακής διαδικασίας.
2. Στην εισαγωγή της ΦΑ από την προσχολική εκπαίδευση.
3. Στην αυτονομία της σχολικής μονάδας στην προσαρμογή και οργάνωση του ΠΣ, με βάση τις ανάγκες της. Κάθε σχολική μονάδα θα βασίζεται στις γενικές αρχές και κατευθύνσεις του ΠΣ αλλά θα έχει ουσιαστικά την ευχέρεια να οργανώνει το δικό της πρόγραμμα ΦΑ, με βάση τις ανάγκες και τα χαρακτηριστικά των μαθητών της.
4. Στον τρόπο οργάνωσης της μάθησης. Η πορεία της μάθησης οργανώθηκε με σταθερότητα και προοδευτικότητα ως προς τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις συμπεριφορές που πρέπει να αποκτήσουν οι μαθητές στην υποχρεωτική εκπαίδευση. Οι Σκοποί-Στόχοι-Επιδιώξεις διασφαλίζουν τη μαθησιακή συνέχεια και το διαχρονικό χτίσιμο της γνώσης των μαθητών, περιορίζοντας ταυτόχρονα προβλήματα που σχετίζονται με επικαλύψεις, επαναλήψεις ή κενά τα οποία παρατηρούνταν στη διδασκαλία των περιεχομένων στο παρελθόν.



5. Στην ύπαρξη συγκεκριμένων Δεικτών Απόδοσης. Οι δείκτες απόδοσης καθοδηγούν τον εκπαιδευτικό να εντοπίζει Ποια απόδοση θεωρείται ικανοποιητική για κάθε τάξη. Ετσι, από την έναρξη του σχολικού έτους οι μαθητές και οι γονείς τους γνωρίζουν όχι μόνο τι πρέπει να μάθουν, αλλά εισάγονται στη λογική ανάπτυξης ενός πλάνου προσωπικής εργασίας/εξάσκησης.

6. Στην οργάνωση του μαθήματος γύρω από έννοιες, γνώσεις, αξίες και συμπεριφορές. Τα περιεχόμενα (με έμφαση κυρίως σε συγκεκριμένα αθλήματα) που αποτελούσαν το βασικό αξιακό προσανατολισμό και σκοπό του μαθήματος μέχρι σήμερα, στο συγκεκριμένο ΠΣ αποτελούν τα μέσα δια των οποίων οι μαθητές θα πετύχουν τους Σκοπούς του μαθήματος. Ετσι, οι φυσικές και αθλητικές δραστηριότητες επιλέγονται από τον εκπαιδευτικό με κριτήριο τη συνεισφορά τους στην επίτευξη των συγκεκριμένων επιδιώξεων, ανάλογα με το Σκοπό που εξυπηρετούν.

7. Στην εφαρμογή ενός ανάμικτου μοντέλου εκπαίδευσης στο γυμνάσιο. Επιχειρείται η αξιοποίηση του διαδικτύου, είτε ως ανάμικτο μοντέλο (μέρος των μαθημάτων υλοποιείται διά ζώσης και μέρος δια-δικτυακά), είτε ως εξ αποστάσεως (ο μεγαλύτερος όγκος δουλειάς και παρακολούθησης γίνεται μέσω Η/Υ). Αυτό προσδευτικά οδηγεί τους μαθητές σε μια αυτό-ρυθμιζόμενη διαδικασία μάθησης και στην επίτευξη προσωπικών στόχων.

8. Στη διαφορετική προσέγγιση αξιολόγησης του μαθητή. Η αξιολόγηση είναι πολυδιάστατη, αφορά σε όλες τις επιδιώξεις κάθε τάξης και αποτελεί μέρος της διαδικασίας της μάθησης. Πραγματοποιείται συστηματικά με σκοπό την αναγνώριση των δυνατοτήτων και την ολόπλευρη βελτίωση και μάθηση κάθε μαθητή.

9. Στη δημιουργία «αθλητικής» κουλτούρας α) στο περιβάλλον του σχολείου και β) σε συνεργασία με τοπικούς ιδιωτικούς και κρατικούς φορείς φυσικής δραστηριότητας αλλά και τους γονείς των μαθητών.

10. Στη συστηματική συνεργασία των εκπαιδευτικών ΦΑ με άλλους εκπαιδευτικούς. Οι διαθεματικές προσεγγίσεις επιλεγμένων θεμάτων της ΦΑ και οι ομαδο-συνεργατικές

μέθοδοι διδασκαλίας θα βοηθήσουν σημαντικά τους μαθητές να κατανοήσουν σε βάθος θέματα που επηρεάζουν τη σωματική, την πνευματική και τη συναισθηματική τους υγεία.

Ο πιο σημαντικός ρόλος: ο ρόλος του εκπαιδευτικού της ΦΑ

Ο εκπαιδευτικός ΦΑ καθίσταται διαμεσολαβητής για την απόκτηση της γνώσης και συντονιστής της μάθησης. Με τη βοήθεια των ΠΣ και των αντίστοιχων Οδηγών Σπουδών, εστιάζει την προσπάθειά του στο πώς θα καταστήσει το μαθητή από παθητικό αποδέκτη και ακροατή της διδασκαλίας σε ενεργό μέλος που θα έχει την ικανότητα να εφαρμόζει, να συγκρίνει, να κρίνει, να αποφασίζει, να συνθέτει και να δημιουργεί. Τα κυριότερα βήματα προς την επιτυχία είναι τα εξής: 1) ο προγραμματισμός του μαθήματος για την επίτευξη των επιδιώξεων κάθε τάξης, 2) η επιλογή κατάλληλων περιεχομένων, για την επίτευξη πολλών επιδιώξεων ταυτόχρονα, 3) οι σύγχρονες διδακτικές προσεγγίσεις, και κυρίως οι μαθητοκεντρικές, για τη διδασκαλία των περιεχομένων και την επίτευξη των επιδιώξεων, 4) η δημιουργία ποιοτικού περιβάλλοντος μάθησης, 5) η αξιολόγηση μαθητή και 6) η αξιολόγηση εκπαιδευτικού έργου.



\*Σημείωση: Το περιεχόμενο του Νέου Προγράμματος Σπουδών για τη ΦΑ βασίστηκε σε πολύμηνη εργασία μιας πολυμελούς ομάδας που εργάστηκε εθελοντικά στο παρελθόν, πιστεύοντας βαθιά στο όραμα για μια καλύτερη Φυσική Αγωγή. Την ευθύνη του έργου και το συντονισμό των υποομάδων εργασίας είχαν: Για την προσχολική αγωγή η κ. Ευρυδίκη Ζαχοπούλου, Καθηγήτρια ΤΕΙ ΑΠΘ, για την Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση η κ. Βασιλική Δέρρη, Αναπλ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ ΔΠΘ και για τη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση οι κκ. Αθανάσιος Παπαϊωάννου, Καθηγητής ΤΕΦΑΑ Π.Θ. και Νικόλαος Διγγελίδης, Επικ. Καθηγητής Π.Θ. Την ιδέα και την επιμέλεια της προσπάθειας είχε ο καθηγητής Ευθύμης Κιουμουρτζόγλου.

## ΒΙΒΛΙΟΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ



### ΠΡΟΛΗΨΗ: ΠΟΝΟΙ ΣΤΗ ΜΕΣΗ

Θεόδωρος Λευθερούδης

Το βιβλίο συνοδεύεται από τρία DVD.

Ενημερώνει όλες τις ηλικίες σχετικά με τα προβλήματα της πλάτης. Περιγράφει μεταξύ άλλων, το σωστό κάθισμα, τη σωστή ανύψωση ενός βάρους και προτείνει τη λειτουργική επανεκπαίδευση του ανθρώπινου σώματος.

Απευθύνεται και στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση όπου βρίσκεται η λύση του προβλήματος. Αναλύει σχέδια εργασίας με παράδειγμα την πρόληψη των πόνων στη μέση.

Υπάρχουν 400 φωτογραφίες που δείχνουν ασκήσεις πρόληψης, χαλάρωσης και ενδυνάμωσης.

Επιπλέον, περιέχει ειδικά δοκιμασμένα προγράμματα ενδυνάμωσης που ενισχύουν και θωρακίζουν τη σπονδυλική στήλη. Ασκήσεις για τη θάλασσα. Θεραπευτικό πρόγραμμα με μπαλόνια.

Στο βιβλίο με τα DVD συμμετέχουν και δυο συνεργάτες. Ο ορθοπαιδικός /χειρουργός κ. Γεώργιος Γκουδέλης και η ειδικευμένη φυσικοθεραπεύτρια κ. Σοφία Παπαστεργίου οι οποίοι προσεγγίζουν το θέμα από την επιστημονική του πλευρά.

Τέλος περιγράφονται οι πρώτες βοήθειες για τους πόνους στη μέση.

