



# ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ

## Ενότητα 4. Μέθοδοι διδασκαλίας

Μπαρκούκης Βασίλειος

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Θεσσαλονίκης



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



# Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται σε άδειες χρήσης Creative Commons.
- Για εκπαιδευτικό υλικό, όπως εικόνες, που υπόκειται σε άλλου τύπου άδειας χρήσης, η άδεια χρήσης αναφέρεται ρητώς.



# Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης» έχει χρηματοδοτήσει μόνο την αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.





# ΜΕΘΟΔΟΙ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

## ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ

- Συνεχής σειρά από σχέσεις που αναπτύσσονται μεταξύ δασκάλου και μαθητή, που στοχεύει να βοηθήσει το μαθητή να προσεγγίσει τις μέγιστες πνευματικές, σωματικές και δημιουργικές δυνατότητές του μέσω ενός φιλικού διδακτικού κλίματος όπου οι ευθύνες για μάθηση θα μοιράζονται από το δάσκαλο και το μαθητή

## ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Είναι μια σειρά-αλυσίδα από αποφάσεις, που όταν λαμβάνονται από το δάσκαλο η μέθοδος λέγεται άμεση ή κάθετη ή δασκαλοκεντρική, ενώ όταν λαμβάνονται από το μαθητή ονομάζεται έμμεση οριζόντια ή παιδοκεντρική

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ



Έμμεση μέθοδος διδασκαλίας

ΓΕΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ



Άμεση μέθοδος διδασκαλίας

# ΜΕΘΟΔΟΙ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

---

**1. ΠΑΡΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ**

**2. ΠΡΑΚΤΙΚΗ Ή ΑΝΑΘΕΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

**3. ΑΝΤΑΠΟΔΟΤΙΚΗ**

**4. ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗΣ ΕΦΕΥΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ**

**5. ΑΠΟΚΛΙΝΟΥΣΑΣ ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟΤΗΤΑΣ**



# Σκοποί ενότητας

- Η παρουσίαση και η ανάλυση του συνόλου των μεθόδων διδασκαλίας



# ΠΑΡΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ Ι

ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΣΤΗ ΓΕΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ



**Γυμνάσιο**



**Λύκειο**



**Ε΄ & ΣΤ΄ Δημοτικού**

1. Η πιο αντιπροσωπευτική μέθοδος διδασκαλίας σε σπουδαστές ακαδημαϊκής καριέρας (ενόργανη γυμναστική, στίβος, χορός, aerobic κ.ά.)
2. Ο δάσκαλος παίρνει αποφάσεις και ο μαθητής εκτελεί
3. Γρήγορη και αποτελεσματική



# ΠΑΡΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ II

## ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΙΚΟΣ ΣΚΟΠΟΣ

- Να αναπαραχθεί πιστά από τους μαθητές η άσκηση-τεχνική και με την επανάληψη να επιτευχθεί η μάθηση

## ΔΑΣΚΑΛΟΣ

(Κυρίαρχος - ηγέτης με καλαίσθητη κίνηση και λόγο)

- **Επιλέγει:** στόχους, κατανομή και είδος ασκήσεων, αρχή – διάρκεια – τέλος άσκησης - προγράμματος, δίνει πληροφορίες, εκτελεί, υποδεικνύει





# ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΠΑΡΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΜΕΘΟΔΟΥ

ΣΤΟΧΟΣ



- **Βελτίωση Φυσ.Κατάστασης** (δύναμη, αντοχή, ταχύτητα, ευλυγισία, επιδεξιότητα)
- **Κοινωνικός** (συμμετοχή όλων)
- **Ικανότητα περιγραφής της άσκησης** (δημιουργία εικόνας με κατανοητές λέξεις, εντολή - παράγγελμα)
- **Επίδειξη της άσκησης** (επίδειξη από τον καθηγητή Φ.Α., μαθητή, εικόνα - βίντεο)
- **Εκτέλεση ασκήσεων με την καλύτερη αντιγραφή** (Στόχοι: γρήγορη ανταπόκριση, ομοιομορφία, συμφωνία - συγχρονισμός εκτέλεσης, εμμονή, πιστή αντιγραφή - αναπαραγωγή, ακρίβεια, διαιώνιση εθίμων, αισθητική, ασφάλεια κ.α)
- **Επανάληψη εκτέλεσης ασκήσεων-κινήσεων = σίγουρη καταγραφή στην κινητική μνήμη** (πρόκληση - παρακίνηση των ασκουμένων για την τελειότητα)



# ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ

## Ή ΑΝΑΘΕΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

### Άμεση μέθοδος διδασκαλίας

- Η διαφορά της από την παραγγελματική έγκειται στην εκχώρηση δικαιώματος λήψης αποφάσεων-επιλογών από τους μαθητές

### Αποφάσεις μαθητών

- Θέση σώματος, θέση στο χώρο, σειρά ασκήσεων, χρόνος έναρξης - παύσης της άσκησης, ρυθμός, διάλειμμα, εμφάνιση - στολή, υποβολή ερωτήσεων

### ΣΤΟΧΟΣ



- Αύξηση σωματικών και κινητικών ικανοτήτων, εμμονή, επιμονή, καρτερικότητα, ατομική - προσωπική επαφή, συζήτηση, συνεργασία



# ΑΝΤΑΠΟΔΟΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ

## Άμεση μέθοδος διδασκαλίας

(ομοιότητες με παραγγελματική και πρακτική μέθοδο)

### Ο καθηγητής

- καθορίζει, επιλέγει, υποδεικνύει, παρατηρεί, συμβουλεύει, αλλά και εκχωρεί αρμοδιότητες στους μαθητές

### Οι μαθητές

- εργάζονται σε ζεύγη, συνήθως με παρόμοια ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά, κινητικές δεξιότητες και ικανότητες



- Ανάπτυξη σχέσεων, κοινωνικών και ηθικών αρετών, κατανόηση τεχνικής με θεωρητική – πρακτική εφαρμογή



# ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗΣ ΕΦΕΥΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Έμμεση μέθοδος διδασκαλίας

(εφευρετική μέθοδος)

**Ο καθηγητής**

- αποφασίζει τους στόχους, σχεδιάζει το ρυθμό, επινοεί ερωτήσεις - ερεθίσματα

**Οι μαθητές**

- αναζητούν, ανακαλύπτουν, συγκρίνουν, αποφασίζουν, αξιολογούν, εκτιμούν τις προσπάθειες

• Καθηγητής=ερωτήσεις  Μαθητής=απαντήσεις

**ΣΤΟΧΟΣ**



- Γνωστικός, συναισθηματικός, αίσθηση χώρου και χρόνου, κιναισθηση



# ΜΕΘΟΔΟΣ ΑΠΟΚΛΙΝΟΥΣΑΣ ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟΤΗΤΑΣ

- **ΟΜΟΙΟΤΗΤΑ:** Ίδιο κλίμα και ρόλοι με την καθοδηγούμενη εφευρετικότητα
- **ΔΙΑΦΟΡΑ:** Διατύπωση της ερώτησης = απαιτεί περισσότερες από μια κινητικές λύσεις

## ΣΤΟΧΟΣ



- Δημιουργία, νέες ιδέες, πρωτότυπες και αποτελεσματικές λύσεις, ανάπτυξη φυσικής κατάστασης, ανταγωνισμός

## ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ



- Μειώνει το ρυθμό της μάθησης, δυσάρεστη για τους «αδύναμους» μαθητές, απαιτεί τον έλεγχο του καθηγητή Φ.Α.



# ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Η ύλη και τα σκίτσα των παρουσιάσεων προέρχονται από το βιβλίο:
  - «Η γυμναστική στην εκπαίδευση». Αναστασιάδης Α., Γίδαρης Δ.. Εκδόσεις «ΜΑΙΑΝΔΡΟΣ», Θεσσαλονίκη 1993.



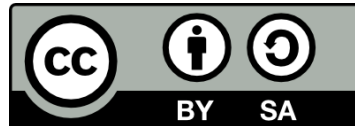
# Σημείωμα Αναφοράς

Copyright Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Μπαρκούκης Βασίλειος.  
«Παιδαγωγική γυμναστική. Ενότητα 7. Μέθοδοι διδασκαλίας». Έκδοση: 1.0.  
Θεσσαλονίκη 2014. Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:  
<http://eclass.auth.gr/courses/OCRS199/>



# Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά - Παρόμοια Διανομή [1] ή μεταγενέστερη, Διεθνής Έκδοση. Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων».



Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.

[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>







# Τέλος ενότητας

Επεξεργασία: <Κούρτης- Δουλκερίδης Αθανάσιος>  
Θεσσαλονίκη, <Χειμερινό Εξάμηνο 2013-2014>



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

---

# Σημειώματα

# Διατήρηση Σημειωμάτων

Οποιαδήποτε αναπαραγωγή ή διασκευή του υλικού θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει:

- το Σημείωμα Αναφοράς
- το Σημείωμα Αδειοδότησης
- τη δήλωση Διατήρησης Σημειωμάτων
- το Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων (εφόσον υπάρχει)

μαζί με τους συνοδευόμενους υπερσυνδέσμους.

