



ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΑΝΟΙΚΤΑ
ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΑ
ΜΑΘΗΜΑΤΑ



Διδακτική της Φυσικής Αγωγής στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση

Ενότητα 4: Διαφοροποίηση της διδασκαλίας

Χατζόπουλος Δημήτρης

Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού
Θεσσαλονίκης



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

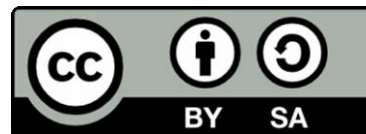
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

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.





ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Διαφοροποίηση διδασκαλίας

Περιεχόμενα ενότητας

1. Περιγραφή ασκήσεων στη Φυσική Αγωγή.
2. Δημιουργία σκίτσων για τα ημερήσια πλάνα.
3. Ένταση μαθήματος.
4. Αύξηση χρόνου εξάσκησης των μαθητών.
5. Διαφοροποίηση διδασκαλίας.
6. Παρουσίαση εργασιών από τους φοιτητές/φοιτήτριες.



Σκοποί ενότητας

- Θα μάθουν να περιγράφουν ασκήσεις στη Φυσική Αγωγή.
- Θα μάθουν δυνατότητες αύξησης του χρόνου εξάσκησης των μαθητών/τριών.
- Θα κατανοήσουν τη σπουδαιότητα της διαφοροποίησης της διδασκαλίας.



Σύνδεση με τα προηγούμενα (επανάληψη)

- Παράγοντες καλού μαθήματος.



Περιγραφή ασκήσεων στη Φυσική Αγωγή

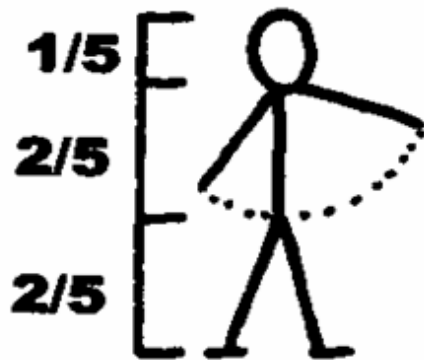
1. Ο τίτλος (όνομα) της άσκησης.
2. Ο στόχος της άσκησης. Ο στόχος μπορεί να είναι ποιοτικός ή ποσοτικός.
3. Η οργάνωση της άσκησης.
4. Η διάρκεια της άσκησης.



Δημιουργία σκίτσων για τα ημερήσια πλάνα

Σκίτσο:

Χατζόπουλος (2012, σελ. 532).



Αναλογίες σκίτσου

- Χέρια = πόδια = σώμα.
- Μπράτσο = πήχης, μηρός = κνήμη.
- Χέρια = πόδια (ή λίγο μικρότερα από τα πόδια).



Δημιουργία σκίτσων - παραδείγματα



Σκίτσο:

Χατζόπουλος (2012, σελ. 532).



Ένταση μαθήματος

- Εξαρτάται από τη φιλοσοφία που διέπει το μάθημα.
- Από το στόχο.
- Δεξιότητες ή φυσική κατάσταση;



Στόχοι Φυσικής Αγωγής

- Ψυχοκινητικός.
- Συναισθηματικός.
- Γνωστικός.



Ένταση μαθήματος στην πράξη

- Η ένταση στο μάθημα προτείνεται να κυμαίνεται μεταξύ 60%-90% της μέγιστης καρδιακής συχνότητας των μαθητών.
- Μέγιστη Καρδιακή Συχνότητα= $220 - \text{ηλικία}$ των μαθητών.
- Διάρκεια περίπου 50% του χρόνου διδασκαλίας.



Βασικές δεξιότητες

- Δεξιότητες μετακίνησης (τρέξιμο, άλμα κτλ.).
- Δεξιότητες σταθεροποίησης (άμεση σχέση με ισορροπία).
- Δεξιότητες χειρισμού αντικειμένων (σχοινάκι, μπαλόνι κτλ.).



Ενυδάτωση των μαθητών και ενδυμασία

- Καλός προγραμματισμός ενυδάτωσης των μαθητών, ώστε να μη διακόπτεται η ροή του μαθήματος.
- Κατάλληλα ρούχα – παπούτσια.
- Απομάκρυνση αιχμηρών αντικειμένων.
- Πετσέτα – αλλαγή μπλούζας.



Αύξηση χρόνου εξάσκησης των μαθητών

- Να υπάρχουν περισσότερα από ένα παιχνίδια, σταθμοί ή ασκήσεις ταυτόχρονα.
- Μειώστε τη διάρκεια των ομιλιών.
- Οργανώστε τη μετάβαση από τη μια άσκηση στην άλλη.
- Οι ασκήσεις να εκτελούνται με το λιγότερο δυνατό χρόνο αναμονής.
- Σκεφτείτε από πριν τις οδηγίες που θα δώσετε, για να περιγράψετε μια άσκηση.



Διαφοροποίηση διδασκαλίας – Εξατομίκευση

- «Δεν κάνω διαφοροποίηση, γιατί θα αισθανθούν άσχημα οι αδύναμοι μαθητές».
- Αυτό που δημιουργεί το πρόβλημα στη διαφοροποίηση δεν είναι ότι ορισμένοι εκτελούν διαφορετικές ασκήσεις από κάποιους άλλους, αλλά πώς αντιμετωπίζονται από τον εκπαιδευτικό και την τάξη.
- Σενάριο από την πράξη: Αντιμετώπιση προβλημάτων της διαφοροποίησης.



Βήματα για τη διδασκαλία μιας δεξιότητας

1. Διατύπωση συγκεκριμένου στόχου.
2. Επίδειξη.
3. Ανίχνευση του επιπέδου των παιδιών .
4. Προσαρμογή του στόχου στις ικανότητές τους (διαφοροποίηση-εξατομίκευση).
5. Παιχνίδια για την εφαρμογή της δεξιότητας.
6. Στα επόμενα μαθήματα Επανάληψη-εξάσκηση.
7. Αξιολόγηση.



Τι μάθαμε σήμερα;

- Δημιουργία σκίτσων για τα ημερήσια πλάνα.
- Ένταση μαθήματος.
- Αύξηση χρόνου εξάσκησης.
- Βήματα διδασκαλίας δεξιοτήτων.
- Διαφοροποίηση διδασκαλίας.



Παρουσίαση εργασιών από τους φοιτητές/φοιτήτριες

- Faigenbaum, AD, Bellucci, M, Bernieri, A, Bakker, B, and Hoorens, K. (2005). Acute effects of different warm-up protocols on fitness performance in children. *J Strength Cond Res* 19: 376-381.



Βιβλιογραφία

- Χατζόπουλος, Δ. (2012). Διδακτική Φυσικής Αγωγής. Θεσ/νικη: Παν/μιο Μακεδονίας.
- Faigenbaum, AD, Bellucci, M, Bernieri, A, Bakker, B, and Hoorens, K. (2005). Acute effects of different warm-up protocols on fitness performance in children. *J Strength Cond Res* 19: 376-381.



Σημείωμα Αναφοράς

Copyright Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Χατζόπουλος Δημήτρης, «Διδακτική της Φυσικής Αγωγής στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση. Διαφοροποίηση της διδασκαλίας». Έκδοση: 1.0. Θεσσαλονίκη 2014.

Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:

<http://eclass.auth.gr/courses/OCRS254/> .



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/>





ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΑΝΟΙΚΤΑ
ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΑ
ΜΑΘΗΜΑΤΑ



Τέλος ενότητας

Επεξεργασία: Μαριάνα Χ. Κοτζαμανίδου
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.

