

# Θέματα διδακτικής Φυσικής Αγωγής

Δρ. Λαπούσης Γεώργιος  
Συντονιστής Φυσικής Αγωγής  
Περιφέρειας Θεσσαλίας

# Οδηγίες για τον σχηματισμό ομάδων

- Να χωρίζονται οι μαθητές σε ομάδες με τυχαίο τρόπο.
- Να μην τοποθετούνται όλοι οι ικανοί μαθητές σε μια ομάδα.
- Να επιτρέπει ο εκπαιδευτικός τους μαθητές να σχηματίζουν μόνοι τους τις ομάδες, όταν ο τρόπος διδασκαλίας προϋποθέτει καλή συνεργασία μεταξύ των μαθητών (π.χ. στιλ αμοιβαίας διδασκαλίας).
- Να επιτρέπεται ο σχηματισμός αγόρια κορίτσια, εκτός από την περίπτωση.
- Να αποκτούν οι μαθητές, εμπειρία από όλους τους ρόλους.
- Να μην χάνεται πολύτιμος χρόνος και όταν κρίνει ο καθηγητής θα πρέπει να παίρνει ο ίδιος πρωτοβουλίες και να επεμβαίνει.

# Διαχείριση - μεγιστοποίηση του ενεργού χρόνου συμμετοχής των μαθητών

- Θα πρέπει να υπάρχει κατάλληλη κατανομή του χρόνου μαθήματος στις διδακτικές λειτουργίες. Αυτό σχετίζεται με τον χρόνο που χάνεται για διάφορους λόγους (χάσιμο χρόνου για παρουσίες, χάσιμο χρόνου για να έρθει το διδακτικό υλικό).
- Είναι σημαντικές οι θετικές συνέπειες στην διδασκαλία της Φ.Α.
  - ✓ ... ενισχύεται η μάθηση
  - ✓ ... ενισχύεται το ενδιαφέρον των μαθητών για το μάθημα
  - ✓ ... μειώνονται τα ποσοστά των ανεπιθύμητων συμπεριφορών στο μάθημα από τους μαθητές.
- επομένως η μεγιστοποίηση του ενεργού χρόνου διδασκαλίας είναι πρωταρχικής σημασίας από τον ΚΦΑ

# Διαχείριση - μεγιστοποίηση του ενεργού χρόνου συμμετοχής των μαθητών

- Η μεγιστοποίηση του ενεργού χρόνου σχετίζεται με τις πρακτικές του ΚΦΑ.

## ΜΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

- ✓ Κακή χρήση αθλητικού υλικού (χρησιμοποιούνται 2 μπάλες ενώ υπάρχουν 10).
- ✓ Γίνεται λανθασμένη χρήση του χώρου (δεν γίνεται εκμετάλλευση όλων των δυνατοτήτων που παρέχονται).
- ✓ Υπάρχει κακή οργάνωση των μαθητών (μεγάλες ομάδες).
- ✓ Υπάρχει έλλειψη προετοιμασίας του χώρου και υλικών (π.χ. αναμονή για να έρθουν τα υλικά κατά την ώρα του μαθήματος).
- ✓ Εκτελούνται ασκήσεις με μεγάλο χρόνο αναμονής (ουρές στις ασκήσεις).
- ✓ Το σχέδιο μαθήματος περιλαμβάνει διαφορετικούς τρόπους οργάνωσης του μαθήματος (ασκήσεις σε ζευγάρια – τριάδες - μετά μεγάλες ομάδες)

# Διαχείριση - μεγιστοποίηση του ενεργού χρόνου συμμετοχής των μαθητών

- Η μεγιστοποίηση του ενεργού χρόνου σχετίζεται με τις πρακτικές του ΚΦΑ.

## ➤ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

- Χρήση όλων των διαθέσιμων υλικών
- Αξιοποίηση όλου του διαθέσιμου χώρου
- Οργάνωση μαθήματος σε σταθμούς.
- Σχηματισμός μικρών ομάδων
- Έγκαιρη προετοιμασία για διδασκαλία
- Να εκτελούνται μαζί οι ασκήσεις που απαιτούν τον ίδιο αριθμό μαθητών.
- Να εκτελούνται συνεχόμενα οι ασκήσεις στις οποίες χρησιμοποιούνται ίδια υλικά.

# Παρουσίαση δεξιοτήτων

- Θεωρείται η πιο σημαντική διδακτική λειτουργία.
- Περιλαμβάνεται σε όλα τα πρωτοκόλλα αξιολόγησης του εκπαιδευτικού και του εκπαιδευτικού έργου.
- Είναι σημαντική για τους αρχάριους και για τους προχωρημένους διότι:
  - ✓ Διευκολύνει τον σχηματισμό κινητικών μοντέλων.
  - ✓ Βοηθάει στην μάθηση των μαθητών όταν αυτοί παρατηρούν την εκτέλεση της δεξιότητας.
  - ✓ Παρακινεί τους μαθητές να εκτελέσουν και οι ίδιοι την δεξιότητα.

# Παρουσίαση δεξιοτήτων

## Κατά την επίδειξη της δεξιότητας

- ✓ Να επιτυγχάνεται η ενεργοποίηση της προσοχής όλων (όλοι οι μαθητές να ακούν και να βλέπουν)

## Κατά την ανάλυση της δεξιότητας

- ✓ Να είναι σύντομη απλή και ξεκάθαρη με λέξεις κλειδιά

## Για μια αποτελεσματική παρουσίαση δεξιοτήτων


- ✓ Να υπάρχει σχεδιασμός εκ των προτέρων για το τι θα ειπωθεί
- ✓ Να έχουν οι μαθητές κατάλληλη θέση ώστε να βλέπουν και να ακούν
- ✓ Πρέπει την επίδειξη δεξιότητας την κάνει μαθητής
- ✓ Να αποφεύγονται οι επεξηγήσεις κατά την διάρκεια της επίδειξης (πρώτα επιδεικνύεται η δεξιότητα και μετά αναλύονται τα κύρια σημεία και ο τρόπος οργάνωσης της εξάσκησης)
- ✓ Να αποφεύγονται τα πολλά λόγια, να τονίζονται τα σημεία κλειδιά

# **Ανατροφοδότηση**

- Να δίνεται καθ' ιδίαν στον κάθε μαθητή και χωρίς την παρουσία άλλων παιδιών.
- Να δίνεται ανατροφοδότηση έχοντας το άτομο σαν σημείο αναφοράς (όχι σε σύγκριση με άλλους).
- Πρέπει η ανατροφοδότηση να είναι ειδική και συγκεκριμένη, παρά η γενική.
- Να εστιάζεται η προσοχή σε κρίσιμα σημεία.

# Ανατροφοδότηση

- Είναι προτιμότερη η ανατροφοδότηση να είναι θετική ή ουδέτερη παρά αρνητική.
- Να αποφεύγονται οι διαλέξεις και να προτιμούνται οι σαφείς και σύντομες παραινέσεις.
- Να δίνεται αμέσως μετά το τέλος της άσκησης (ή μετά από μια σειρά επαναλήψεων) και όχι στο τέλος του μαθήματος.



*Ενίσχυση της συμμετοχής  
των μαθητών*

# Ενίσχυση της συμμετοχής των μαθητών

- Να επιτρέπεται στους μαθητές να τροποποιούν τους κανονισμούς των αθλοπαιδιών και των παιχνιδιών, όταν δεν παραβιάζεται κάποιος κανόνας ασφαλείας.
- Να ζητείται από τους μαθητές να συμμετέχουν στην οργάνωση μιας άσκησης ή ενός παιχνιδιού (ποιος θα είναι διαιτητής – ποιοι θα είναι οι κανονισμοί).
  - Να βοηθούνται οι μαθητές να αναπτύξουν σχέσεις εμπιστοσύνης μεταξύ τους.
- Να ενθαρρύνονται τα κορίτσια, όσο και τα αγόρια ιδίως σε δεξιότητες που δεν τα καταφέρνουν.

# Ενίσχυση της συμμετοχής των μαθητών

- Να αναζητείται η αιτία της απουσίας ή της μη συμμετοχής σε αθλήματα ή αθλοπαιδιές μερικών μαθητών.
- Να αποφεύγονται φράσσες πειθαναγκασμού ή εκφοβισμού (απαιτώ..., πρέπει..., αλίμονο σου...).
- Να επιτρέπεται στους μαθητές να περάσουν από όλους τους ρόλους ενός παιχνιδιού.
  - Να χρησιμοποιείται ποικιλία ασκήσεων και να αποφεύγεται η μονοτονία.



# *Σημαντικότητα του μαθητή*

# Σημαντικότητα του μαθητή

- Υπάρχει μετατόπιση της φιλοσοφίας της εκπαίδευσης από το δασκαλοκεντρικό σύστημα στο μαθητοκεντρικό.
- Θα πρέπει να γίνεται προσπάθεια καλλιέργειας σωστών σχέσεων με τους μαθητές.
- Να δίνεται ιδιαίτερη βαρύτητα στις δυνατότητες και στις ανάγκες των μαθητών, ιδιαίτερα στην ΦΑ, όπου το μάθημα είναι πρακτικό.
- Να δίνεται ιδιαίτερη προσοχή και βαρύτητα στον μαθητή, ο οποίος δεν έχει τις δυνατότητες αλλά προσπαθεί.

# Σημαντικότητα του μαθητή

## Οδηγίες που διευκολύνουν την σχέση με τους μαθητές.

- Να γίνεται προσπάθεια μάθησης των ονομάτων των μαθητών σε εύλογο χρόνο.
- Να υπάρχει ενδιαφέρον πληροφόρησης για κάθε μαθητή, των προσωπικών και οικογενειακών προβλημάτων του και των αναγκών του.
- Να «ακούμε» τον μαθητή, όταν αυτός ζητάει την προσοχή μας και η προσοχή μας να είναι στραμμένη εξίσου σε όλους τους μαθητές.
- Να περιμένουμε να ακούσουμε την απάντηση από τον μαθητή, όταν θέτουμε ένα ερώτημα.



# *Χρήση ερωτήσεων*

# Χρήση ερωτήσεων

- Πολλοί μέθοδοι διδασκαλίας βασίζονται σχεδόν αποκλειστικά στην χρήση ερωτήσεων.
- Οι ερωτήσεις βοηθούν τον μαθητή να χρησιμοποιεί την κρίση του, την φαντασία του, την δημιουργικότητα και αναπτύσσουν την ενεργή συμμετοχή.

## Οδηγίες

- ✓ Να απευθύνονται πάντα ερωτήσεις στους μαθητές.
- ✓ Να τους δίνεται ο κατάλληλος χρόνος για να απαντήσουν.
- ✓ Να απαντώνται πάντοτε οι ερωτήσεις των μαθητών.
- ✓ Να μην τους αποκαλύπτεται αμέσως η απάντηση.
- ✓ Σε περίπτωση που η απάντηση δεν είναι γνωστή, να επανερχόμαστε απαντώντας οπωσδήποτε στην ερώτηση.



# *Εσωτερική παρακίνηση*

# Εσωτερική παρακίνηση

- Θα πρέπει να επιδιώκεται η εσωτερική παρακίνηση και ο αυτοκαθορισμός του μαθητή.
- Βασική προϋπόθεση είναι η δυνατότητα επιλογών, η ανάθεση αρμοδιοτήτων και η ανάληψη ευθυνών από τους μαθητές.
- Η εσωτερική παρακίνηση εξαρτάται από το ίδιο το άτομο και όταν υπάρχει:
  - ... ο μαθητής αισθάνεται αυτόνομος και ικανός.
  - ... ο μαθητής ενδιαφέρεται να μάθει καινούργιες ασκήσεις και δεξιότητες.
  - ... ο μαθητής νοιώθει ευχαρίστηση όταν γυμνάζεται, αθλείται και συμμετέχει σε ομαδικά παιχνίδια.

# Εσωτερική παρακίνηση

## Οδηγίες για την ενίσχυση της εσωτερικής παρακίνησης.

- Οι μαθητές να μπορούν να επιλέξουν τρόπο εξάσκησης που θα ακολουθήσουν (πχ. διαφορετικούς τρόπους προθέρμανσης, διαφορετικές αποστάσεις εκτέλεσης των ασκήσεων).
- Να επιλέξουν το μέρος στο οποίο θα ασκηθούν (επιλογή γηπέδου, σειράς εξάσκησης, επιλογή τρόπου εκτέλεσης σουτ, επιλογή απόστασης εκτέλεσης).
  - Να επιλέξουν τα υλικά που θα χρησιμοποιήσουν (μπάλες).
    - Να αλλάζουν ρόλους μέσα στην ομάδα.
  - Να μπορούν να επιλέξουν το ζευγάρι που θα συνασκηθούν.
- Να μπορούν να αλλάζουν με κοινή συμφωνία τους κανονισμούς των αθλημάτων.



*Ισότητα στο μάθημα  
της Φυσικής Αγωγής*

# Ισότητα στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής

- Η διαφοροποίηση της συμπεριφοράς των καθηγητών ως προς τους μαθητές ανάλογα με την ηλικία το φύλο την εμφάνιση το οικογενειακό περιβάλλον είναι υπεύθυνη για την εμφάνιση του φαινομένου της αυτοεκπληρουμενης προφητείας.

# Ισότητα στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής

- Να δίνεται έμφαση στην απόδοση του μαθητή και όχι στο ιστορικό του.
- Να βοηθιέται ο κάθε μαθητής για να βάζει στόχους.
- Να βάζει ο ίδιος ο μαθητής τους στόχους και να δεσμεύεται να τους πραγματοποιήσει.
- Τα σχόλια θα πρέπει να είναι εστιάζονται στην βελτίωση της επίδοσης.
- Να επαναλαμβάνεται μια οδηγία εάν δεν είναι κατανοητή.

# *Ισότητα στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής*

- Να υπάρχει επιμονή και υπομονή στην ενίσχυση της μάθησης στον μαθητή.
- Να ενθαρρύνονται οι μαθητές να φτάσουν στο ανώτερο επίπεδο απόδοσης που μπορούν.

