

ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΑ ΓΥΜΝΑΖΟΜΑΙ ΣΩΣΤΑ

**Βέλτιστο
Σενάριο**

Γνωστικό αντικείμενο:

Ευέλικτη Ζώνη

Δημιουργός Σεναρίου: ANNA ΙΩΣΗΦΙΔΟΥ (Εκπαιδευτικός)

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του ΥΠ.Π.Ε.Θ.

Σημείωση

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν αυτόματης δημιουργίας και εκτύπωσης του Ψηφιακού Διδακτικού Σεναρίου με Τίτλο: «**ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΑ ΓΥΜΝΑΖΟΜΑΙ ΣΩΣΤΑ**».

Δημιουργήθηκε στις **07/13/2015 - 11:57** και έχει υποστηρικτικό ρόλο στο έργο του εκπαιδευτικού.

Δεν αντικαθιστά το Ψηφιακό Διδακτικό Σενάριο, το οποίο περιέχει όλο το Διαδραστικό Περιεχόμενο και αξιοποιεί τις ψηφιακές δυνατότητες της Πλατφόρμας «Αίσωπος».

Το σενάριο αυτό έχει χαρακτηριστεί ως «Βέλτιστο» ύστερα από αξιολόγηση από δύο αξιολογητές και είναι αναρτημένο με το πλήρες ψηφιακό περιεχόμενό του στην Πλατφόρμα «Αίσωπος».

Το Διαδραστικό Ψηφιακό Διδακτικό Σενάριο με το πλήρες ψηφιακό περιεχόμενό του βρίσκεται στον σύνδεσμο:

<https://aesop.iep.edu.gr/node/11855>

Επισημαίνεται ότι τα σενάρια της Πλατφόρμας «Αίσωπος» διακρίνονται σε:

Υποδειγματικά Σενάρια: Ψηφιακά Διδακτικά Σενάρια που έχουν προκύψει από επιστημονικές επιτροπές εμπειρογνομώνων (Εκπαιδευτικοί Αυξημένων Προσόντων, Σχολικοί Σύμβουλοι, Μέλη ΔΕΠ / Επιστημονικό Προσωπικό του ΙΕΠ).

Βέλτιστα Σενάρια: Αξιολογημένα Ψηφιακά Διδακτικά Σενάρια εκπαιδευτικών με βαθμολογία άνω των 70 μονάδων.

Επαρκή Σενάρια: Αξιολογημένα Ψηφιακά Διδακτικά Σενάρια εκπαιδευτικών με βαθμολογία από 50 έως 70 μονάδες.

ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΕΡΓΟΥ

ΠΡΑΞΗ: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης» - MIS: 479325, ΣΑΕ: 2014ΣΕ24580051.

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του Υ.Π.Ο.ΠΑΙ.Θ.

Η Πλατφόρμα Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής, Αξιολόγησης και Παρουσίασης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος», αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης.

Ομάδα Επιστημονικής και Διοικητικής Εποπτείας της Πράξης:

Επιστημονικός Υπεύθυνος Πράξης για τις Δράσεις που αφορούν το Ι.Ε.Π: Ιωάννης Σταμουλάκης, Φιλολόγος, Σύμβουλος Α' Υ.Π.Ο.ΠΑΙ.Θ.

Υπεύθυνος Υποέργου 1: Ιωάννης Σταμουλάκης, Φιλολόγος, Σύμβουλος Α' Υ.Π.Ο.ΠΑΙ.Θ.

Υπεύθυνος Υποέργου 2: Νικόλαος Γραμμένος, Πληροφορικός, Σύμβουλος Γ' Ι.Ε.Π.

Υπεύθυνος Υποέργου 3: Νικόλαος Γραμμένος, Πληροφορικός, Σύμβουλος Γ' Ι.Ε.Π.

Επιστημονική Συντονίστρια των ειδικών επιστημόνων του Υποέργου 1: Βασιλική Καραμπέτσου, Φιλολόγος, Εισηγήτρια Ι.Ε.Π.

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του Υ.Π.Ο.ΠΑΙ.Θ.

Φύλλα Εργασίας Σεναρίου

Το παρόν ψηφιακό σενάριο περιέχει φύλλα εργασίας, τα οποία είναι συνημμένα στο αρχείο «PDF» και μπορείτε να τα ανοίξετε κάνοντας διπλό κλικ πάνω στο εικονίδιο.

- 1η Φάση: Δεν υπάρχει
- 2η Φάση: Δεν υπάρχει
- 3η Φάση: Δεν υπάρχει

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του Υ.Π.Ε.Θ.

Γενική Περιγραφή Σεναρίου

Γνωστικό Αντικείμενο

Ευέλικτη Ζώνη (Δημοτικό)

Εκπαιδευτικό Πρόβλημα

Είναι γνωστό ότι η άσκηση - άθληση - γυμναστική είναι πολύ σημαντική για την υγεία. Οι μαθητές του Δημοτικού στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής -μεταξύ άλλων- μαθαίνουν τα βασικά στοιχεία διαφόρων αθλημάτων, γυμνάζονται και παίζουν. Εκείνο που είναι δύσκολο να αντιληφθούν είναι η σπουδαιότητα της Δια Βίου Άθλησης για την υγεία τους και πως μπορούν μόνοι τους να γυμναστούν σωστά. Ο βασικός σκοπός του σεναρίου είναι να βοηθήσει σε αυτόν τον τομέα: να μπορέσουν οι μαθητές χρησιμοποιώντας τα εργαλεία της πληροφορικής να καταλάβουν πως μπορούν να γυμνάζονται μόνοι τους σωστά. Πολλές φορές τα παιδιά συμμετέχουν εξωσχολικά σε διάφορα αθλήματα και αυτό δημιουργεί τα εξής προβλήματα: 1) ποια άσκηση είναι η κατάλληλη και η σωστή (άλλο ασκησιολόγιο έχει η καλαθοσφαίριση και άλλο το ποδόσφαιρο) 2) τι μου προσφέρει η κάθε άσκηση 3) τι πρέπει να κάνω αν θέλω να βελτιώσω ένα συγκεκριμένο στοιχείο της φυσικής κατάστασης (π.χ. ευλυγισία). Το παρόν σενάριο απαντά σε αυτά τα ερωτήματα και επιπλέον εφοδιάζει τους μαθητές με τις γνώσεις που είναι απαραίτητες για να μπορούν να γυμνάζονται μόνοι τους σωστά, να ξέρουν να ονομάζουν τα βασικά στοιχεία της φυσικής κατάστασης και να δημιουργούν μόνοι τους ένα πρόγραμμα ημερήσιας άσκησης.

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του ΥΠ.Π.Ε.Θ.

Γενική περιγραφή περιεχομένου

Το μάθημα της Φυσικής Αγωγής και ο αθλητισμός αρέσει πολύ στα παιδιά αλλά τα περισσότερα δεν ξέρουν πως να γυμνάζονται σωστά μόνα τους και μεγαλώνοντας συνήθως εγκαταλείπουν κάθε μορφή άσκησης. Στο σχολείο -μεταξύ άλλων- γυμνάζονται, μαθαίνουν τις βασικές δεξιότητες διαφόρων αθλημάτων και παίζουν. Το δύσκολο για τα παιδιά του Δημοτικού είναι να αντιληφθούν πως μπορούν να γυμναστούν μόνα τους για να προάγουν την υγεία τους και τη σπουδαιότητα της Δια Βίου Άθλησης. Το συγκεκριμένο σενάριο έχει ως σκοπό με τη βοήθεια των ηλεκτρονικών - ψηφιακών εργαλείων, να βοηθήσει τους μαθητές να καταλάβουν πως μπορούν να γυμναστούν σωστά μόνοι τους και τις θετικές συνέπειες της συστηματικής άσκησης στην υγεία τους. Οι μαθητές του Δημοτικού Σχολείου πολλές φορές συμμετέχουν εξωσχολικά σε διάφορα αθλήματα και δημιουργούνται τα εξής προβλήματα / ερωτήματα: 1) ποια άσκηση είναι η κατάλληλη (άλλο ασκησιολόγιο έχει η καλαθοσφαίριση, άλλο ασκησιολόγιο το ποδόσφαιρο), 2) τι μας προσφέρει η κάθε άσκηση και 3) τι πρέπει να κάνουμε αν θέλουμε να βελτιώσουμε ένα συγκεκριμένο τομέα της φυσικής μας κατάστασης, π.χ. ευλυγισία. Σε αυτά τα ερωτήματα προσπαθεί να απαντήσει το συγκεκριμένο σενάριο.

Οι μαθητές πρέπει:

1) **πρώτα** μέσα από το πρακτικό μέρος του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής και **έπειτα** μέσα από συζήτηση, να καταλάβουν τι είναι η φυσική κατάσταση και ότι αποτελείται βασικά από τα εξής: α) ευλυγισία, β) ταχύτητα, γ) αντοχή και δ) δύναμη. Για να το πετύχουμε αυτό, τους εξηγούμε κάθε φορά τι βελτιώνει η κάθε άσκηση ή δραστηριότητα που κάνουν στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής και παράλληλα διορθώνουμε όταν γίνονται λάθη και

2) πάλι μέσα από το πρακτικό μέρος του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής αλλά και με συζήτηση στην αίθουσα να μάθουν ότι η άσκηση περιλαμβάνει το πρώτο μέρος (προθέρμανση - ζέσταμα), το κύριο μέρος (βασική άσκηση) και το τελικό μέρος (αποθεραπεία - χαλάρωμα).

Το σενάριο αποτελείται από διαδραστικά εργαλεία (ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής, συμπλήρωση κενών με τις σωστές λέξεις, αντιστοίχιση). Οι μαθητές χωρίζονται ανά 3-4 σε ομάδες ή ιδανικά ο καθένας μόνος του. Σε κάθε ερώτηση δίνουν την απάντησή τους και ακολουθεί συζήτηση με περισσότερες λεπτομέρειες. Για να υλοποιηθεί το σενάριο χρειαζόμαστε εργαστήριο πληροφορικής, ή διαδραστικό πίνακα ή υπολογιστή συνδεδεμένο με το διαδικτυό και με μηχανήμα προβολής.

Επιπλέον του βασικού στόχου της απόκτησης γνώσεων από τους μαθητές ώστε να γυμνάζονται μόνοι τους σωστά και να αντιληφθούν τη σημασία της συστηματικής άθλησης για την υγεία τους, το παρόν σενάριο είναι αρωγός του καθηγητή Φυσικής Αγωγής στην επίτευξη του στόχου της Δια Βίου Άθλησης που αναφέρεται στο αναλυτικό πρόγραμμα.

Διδακτικοί Στόχοι

- ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΣΠΟΥΔΑΙΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ - ΑΘΛΗΣΗΣ - ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
- ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΜΟΥ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΗ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΑΣΚΗΣΗ
- ΤΩΡΑ ΞΕΡΩ ΠΩΣ ΝΑ ΓΥΜΝΑΖΟΜΑΙ ΣΩΣΤΑ

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του ΥΠ.Π.Ε.Θ.

Λέξεις κλειδιά που χαρακτηρίζουν τη θεματική του σεναρίου

- φυσική αγωγή
- άθληση
- δια βίου
- υγεία
- πρόληψη
- άσκηση
- δημοτικό
- φυσική κατάσταση

Υλικοτεχνική υποδομή

Υπολογιστής συνδεδεμένος στο διαδίκτυο και με προβολέα ή διαδραστικός πίνακας ή εργαστήριο πληροφορικής

Τυπικός χρόνος αλληλεπίδρασης με το εκπαιδευτικό σενάριο σε διδακτικές ώρες για δουλειά εντός του σχολείου

3 ώρες

Πνευματικά δικαιώματα ή άλλοι αντίστοιχοι περιορισμοί

Κανένας

Εκτιμώμενο Επίπεδο Δυσκολίας

Μέτριας δυσκολίας

Τύπος Διαδραστικότητας

Συνδυασμός παθητικής και ενεργητικής μάθησης

Επίπεδο Διαδραστικότητας

μεσαίο

Προτεινόμενη ηλικιακή ομάδα

9-12

Εκπαιδευτική Βαθμίδα που απευθύνεται το σενάριο

Δημοτικό

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του ΥΠ.Π.Ε.Θ.

Σύνοψη φάσεων σεναρίου:

1η Φάση: Γυμνάζομαι για το καλό της υγείας μου

Χρονική Διάρκεια: 45λεπτά

Χώρος Διεξαγωγής: Εργαστήριο Πληροφορικής ή αίθουσα με διαδραστικό πίνακα ή αίθουσα με υπολογιστή συνδεδεμένο στο διαδίκτυο και μηχανήμα προβολής

Δομικά - Διαδραστικά στοιχεία:

1. Πρέπει να γυμνάζομαι συχνά
2. Το σώμα μου λειτουργεί καλύτερα
3. Άθληση εναντίον καθιστικής ζωής
4. Πόσο συχνά πρέπει να γυμνάζομαι;
5. Τρέξιμο ή ... πολυθρόνα;
6. Συστηματική γυμναστική
7. Η γυμναστική είναι μόνο για το σώμα μου;

2η Φάση: Ξέρω να γυμνάζομαι σωστά

Χρονική Διάρκεια: 45λεπτά

Χώρος Διεξαγωγής: Εργαστήριο Πληροφορικής ή αίθουσα με διαδραστικό πίνακα ή αίθουσα με υπολογιστή συνδεδεμένο στο διαδίκτυο και μηχανήμα προβολής

Δομικά - Διαδραστικά στοιχεία:

1. Τι έχω μάθει για να μπορώ να γυμνάζομαι σωστά...

3η Φάση: Τι έχω μάθει και συμπεράσματα

Χρονική Διάρκεια: 45λεπτά

Χώρος Διεξαγωγής: Εργαστήριο Πληροφορικής ή αίθουσα με διαδραστικό πίνακα ή αίθουσα με

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης». Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του ΥΠ.Π.Ε.Θ.

υπολογιστή συνδεδεμένο στο διαδίκτυο και μηχανήμα προβολής

Δομικά - Διαδραστικά στοιχεία:

1. Οι γνώσεις μου για τη φυσική κατάσταση
2. Συμπεράσματα

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του Υ.Π.Ε.Θ.

1η Φάση: Γυμνάζομαι για το καλό της υγείας μου

Χρονική Διάρκεια: 45λεπτά

Χώρος Διεξαγωγής: Εργαστήριο Πληροφορικής ή αίθουσα με διαδραστικό πίνακα ή αίθουσα με υπολογιστή συνδεδεμένο στο διαδίκτυο και μηχανήμα προβολής

Απευθύνεται σε μαθητές των Δ', Ε' και ΣΤ' τάξεων του Δημοτικού. Οι μαθητές μετά από συζήτηση και με όσα μαθαίνουν στο προαύλιο απαντούν σε ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής. Αν υπάρχει δυνατότητα, ο κάθε μαθητής είναι μόνος του αλλιώς χωρίζονται σε ομάδες ανά 3-4 μαθητές/υπολογιστή και απαντούν στις ερωτήσεις.

Φύλλα εργασίας:

1. Πρέπει να γυμνάζομαι συχνά

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 72

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1351#11980>

Διευκρίνιση: Μόνο μία απάντηση είναι σωστή

2. Το σώμα μου λειτουργεί καλύτερα

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 72

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1351#12152>

Διευκρίνιση: Μόνο μία απάντηση είναι σωστή

3. Άθληση εναντίον καθιστικής ζωής

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 72

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1351#12158>

Διευκρίνιση: Μόνο μία απάντηση είναι σωστή

4. Πόσο συχνά πρέπει να γυμνάζομαι;

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του ΥΠ.Π.Ε.Θ.

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 72

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1351#12160>

Διευκρίνιση: Μόνο μία απάντηση είναι σωστή

5. Τρέξιμο ή ... πολυθρόνα;

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 72

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1351#12165>

Διευκρίνιση: Μόνο μία απάντηση είναι σωστή

6. Συστηματική γυμναστική

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 72

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1351#12169>

Διευκρίνιση: Μόνο μία απάντηση είναι σωστή

7. Η γυμναστική είναι μόνο για το σώμα μου;

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 72

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1351#12363>

2η Φάση: Ξέρω να γυμνάζομαι σωστά

Χρονική Διάρκεια: 45λεπτά

Χώρος Διεξαγωγής: Εργαστήριο Πληροφορικής ή αίθουσα με διαδραστικό πίνακα ή αίθουσα με υπολογιστή συνδεδεμένο στο διαδίκτυο και μηχανήμα προβολής

Απευθύνεται σε μαθητές των Δ', Ε' και ΣΤ' τάξεων του Δημοτικού. Αν υπάρχει δυνατότητα, ο κάθε μαθητής είναι μόνος του αλλιώς χωρίζονται σε ομάδες ανά 3-4 μαθητές/υπολογιστή και ελέγχουν τις γνώσεις τους σχετικά με τη σωστή άσκηση και τις παραμέτρους της φυσικής κατάστασης συμπληρώνοντας τα κενά στο κείμενο με τις σωστές λέξεις.

Φύλλα εργασίας:

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του ΥΠ.Π.Ε.Θ.

Τι έχω μάθει για να μπορώ να γυμνάζομαι σωστά...

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 55

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1352#11982>

Διευκρίνιση: Γενικά για ένα πρόγραμμα άσκησης

3η Φάση: Τι έχω μάθει και συμπεράσματα

Χρονική Διάρκεια: 45λεπτά

Χώρος Διεξαγωγής: Εργαστήριο Πληροφορικής ή αίθουσα με διαδραστικό πίνακα ή αίθουσα με υπολογιστή συνδεδεμένο στο διαδίκτυο και μηχανήμα προβολής

Απευθύνεται σε μαθητές των Δ', Ε' και ΣΤ' τάξεων του Δημοτικού. Αν υπάρχει δυνατότητα, ο κάθε μαθητής είναι μόνος του αλλιώς χωρίζονται σε ομάδες ανά 3-4 μαθητές/υπολογιστή και απαντούν στις ερωτήσεις. Με άσκηση αντιστοίχισης οι μαθητές ελέγχουν τις γνώσεις τους και γίνεται συζήτηση που καταλήγει στα συμπεράσματα.

Φύλλα εργασίας:

1. Οι γνώσεις μου για τη φυσική κατάσταση

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 61

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1353#12373>

2. Συμπεράσματα

Τύπος Δομικού/Διαδραστικού Εργαλείου: 80

Υπερσύνδεσμος: <http://aesop.iep.edu.gr/node/11855/1353#12374>

Το παρόν έγγραφο αποτελεί προϊόν της Πλατφόρμας Ανάπτυξης, Σχεδίασης, Υποβολής και Αξιολόγησης Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων «Αίσωπος» που αναπτύχθηκε με ίδια μέσα από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής στο πλαίσιο του Υποέργου 2: «Ψηφιακό Σύστημα - Ηλεκτρονική Πλατφόρμα Υποβολής, Αξιολόγησης, Διαχείρισης και Αξιοποίησης Ψηφιακών Σεναρίων καθώς και καθοδήγησης και Υποστήριξης των Εκπαιδευτικών» της Πράξης: «Ανάπτυξη Μεθοδολογίας και Ψηφιακών Διδακτικών Σεναρίων για τα Γνωστικά Αντικείμενα της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Γενικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης».

Η πράξη συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (ΕΚΤ) και το Ελληνικό Δημόσιο στο πλαίσιο του ΕΠ «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του ΕΣΠΑ 2007-2013 και υλοποιείται σε σύμπραξη από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής και την Ειδική Υπηρεσία Εφαρμογής Εκπαιδευτικών Δράσεων του ΥΠ.Π.Ε.Θ.