

.....

Οργάνωση Προγραμμάτων Κινητικής Αναψυχής

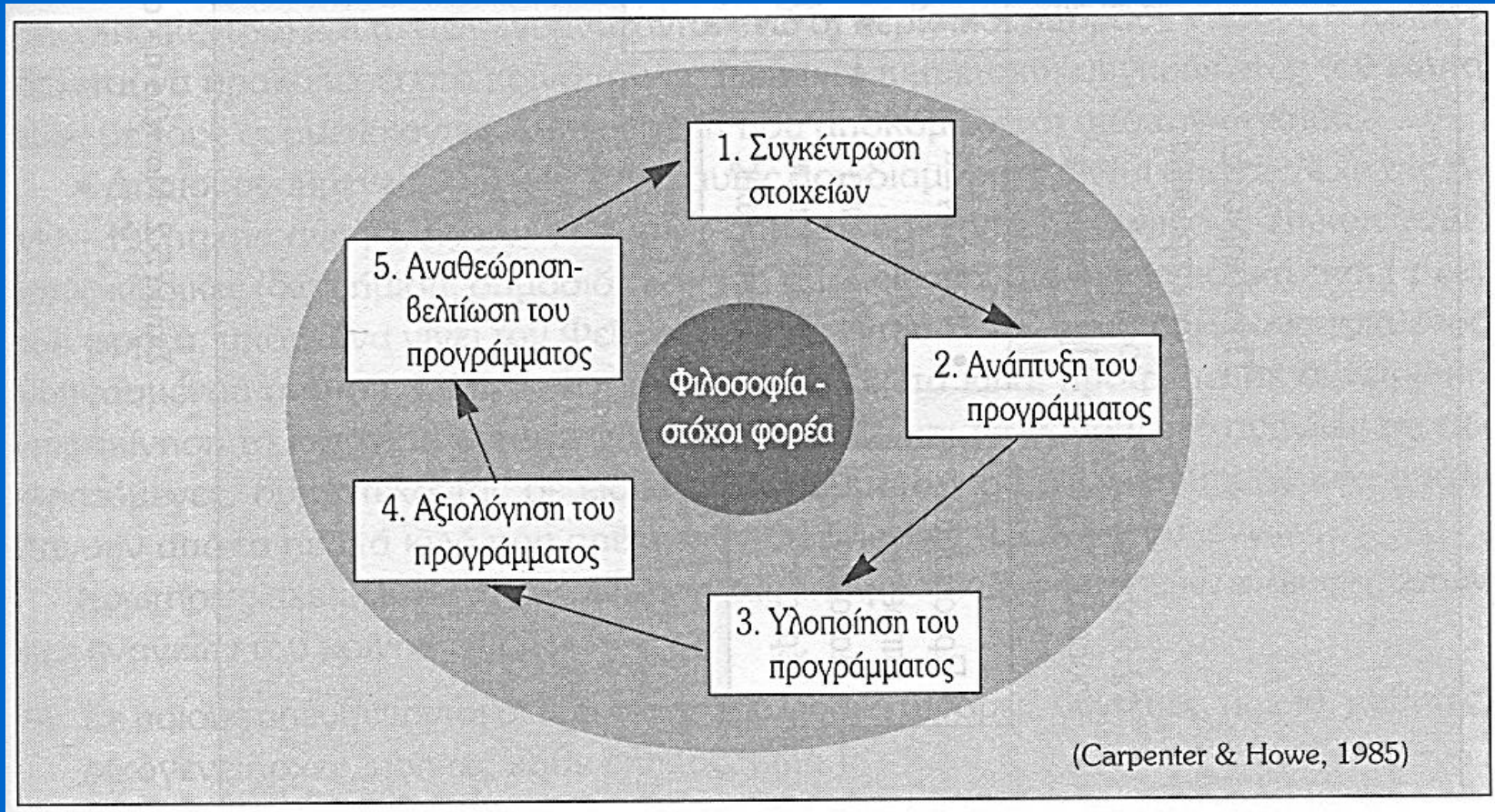


6η διάλεξη:

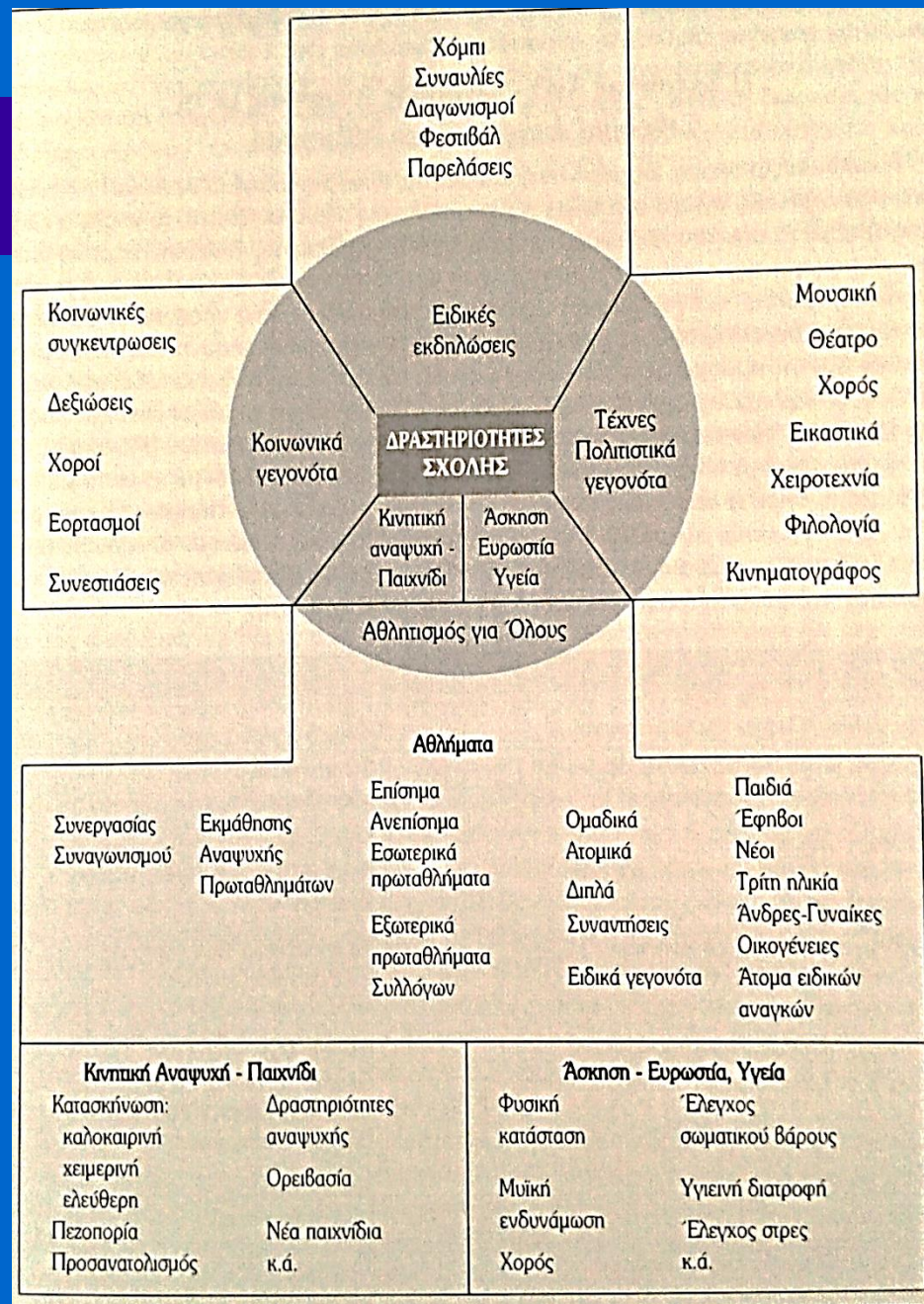
**Αρχές δημιουργίας περιεχομένου
«Παρεμβατικών προγραμμάτων»**

.....

Στάδια της διαδικασίας δημιουργίας προγραμμάτων ΑγΟ παρεμβατικού τύπου



Δραστηριότητες σχολής



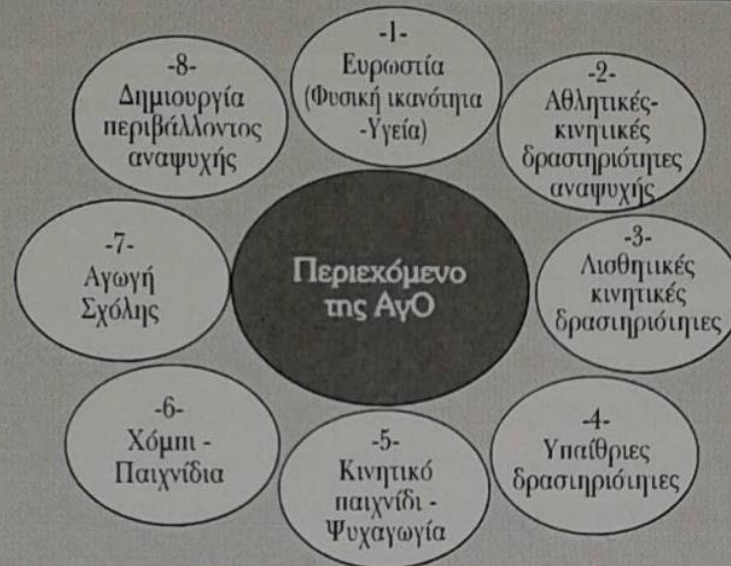
Προσδιορισμός υποψήφιων συμμετεχόντων προγραμμάτων ΑγΟ: μέθοδος matrix

	ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΧΑΡΕΣ	ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙ	ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΑΣ	ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ	ΠΑΡΚΑ ΑΝΑΨΥΧΗΣ
ΝΗΠΙΑ	X				X
ΔΗΜΟΤΙΚΟ	X	X	X		X
ΓΥΜΝΑΣΙΟ			X	X	X
ΛΥΚΕΙΟ			X	X	X
ΝΕΟΙ			X	X	X
ΜΕΣΗ ΗΛΙΚΙΑ			X	X	X
ΜΕΓΑΛΗ ΗΛΙΚΙΑ					X

Εναλλακτική χρήση δραστηριοτήτων κινητικής αναψυχής

	ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΜΟΡΦΕΣ		
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΣΥΝΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ	ΑΤΟΜΙΚΕΣ	ΣΥΝΕΡΓΑΤΙΚΕΣ
ΚΟΛΥΜΠΙ	ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ	ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΑΙΓΝΙΔΙΑ ΠΙΣΙΝΑ
ΑΕΡΟΒΙC	ΣΥΝΑΓΩΝΙΣΜΟΣ	ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΜΕ ΤΙΜΗΜΑ	ΖΕΥΓΑΡΙΑ
TENNIS	ΤΟΥΡΝΟΥΑ	ΤΟΙΧΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΣΕ ΖΕΥΓΑΡΙΑ
BASKETBALL	ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑ	ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ	3Χ3

Περιεχόμενο προγράμματος ΑγΟ



1. Βελτίωση φυσικής ικανότητας ενηλίκων
Άσκηση στην τρίτη ηλικία
Άσκηση στην προσχολική και σχολική ηλικία
2. Σπορ αναψυχής,
Ενδοπρωταθλήματα
(3 με 3 Μπάσκετ,
Βόλεϊ στην πισίνα, κ.λπ.)
3. Χορός, ρυθμική γυμναστική,
πατινάζ, κ.λπ.
4. Ορειβασία Πεζοπορία
Ράφτινγκ Κανό-Καγιάκ
Αναρρίχηση Δραστηριότητες
Κατασκίνωση περιπέτειας
5. Παιδικά παιχνίδια
Νέα παιχνίδια για ενήλικες
Ψυχαγωγικά παιχνίδια
6. Μοντελισμός
Φιλοτελισμός - Συλλογές
Ηλεκτρονικά αθλητικά παιχνίδια
και παιχνίδια αθλητικών γνώσεων
7. Παροχή γνώσεων, συμβουλών και πληρο-
φοριών για εναλλακτικές δραστηριότητες
αναψυχής (τι, πού, πώς, κ.λπ.)
8. Αξιολόγηση αναγκών - επιθυμιών αναψυ-
χής του κοινού και μετατροπή τους σε α-
νάλογους οργανισμούς - εγκαταστάσεις -
προγράμματα

Στόχος ΑγΟ ΔΑΟ

Υπόδειγμα 5.4. Καθορισμός Ετήσιου Στόχου Προγράμματος

Στόχος αθλητικού οργανισμού:	Δυνατότητα άθλησης σε όλους τους δημότες.
Στόχος αθλητικού προγράμματος:	Αύξηση του συνολικού αριθμού των ανδρών δημοτών που αθλούνται σε δημοτικά αθλητικά προγράμματα το λιγότερο κατά 10% τον επόμενο χρόνο.
Επιμέρους στόχος:	Εκστρατεία ενημέρωσης του κοινού - προτεραιότητας (άνδρες δημότες) για διεξαγωγή δημοτικών πρωταθλημάτων μπάσκετ με 3 παίκτες (3 με 3).
Περιεχόμενο προγράμματος:	Ταχύρυθμη μύηση στη βασική τεχνική του μπάσκετ σε ομάδες πολιτών διάρκειας ενός μηνός. Στη συνέχεια, διεξαγωγή δημοτικού πρωταθλήματος τριών ηλικιακών ομάδων (18 - 34, 35 - 49, 50 και πάνω), τα Σαββατοκύριακα σε όλες τις εγκαταστάσεις αθλοπαιδιών του δήμου. Η διάρκεια του γεγονότος εξαρτάται από τον τελικό αριθμό των συμμετεχόντων
Γενικές παρατηρήσεις:	Ο πιο πάνω στόχος τέθηκε μετά από σχετική δημοσκοπήση, όπου για το άθλημα του μπάσκετ, εκδηλώθηκε η μεγαλύτερη επιθυμία συμμετοχής. Επίσης, με βάση την δημογραφική απογραφή, των εγγραφών στα διάφορα δημοτικά αθλητικά προγράμματα, του προσωπικού των προγραμμάτων, των διαθέσιμων εγκαταστάσεων και των οικονομικών πόρων, ο αντικειμενικός σκοπός του αθλητικού οργανισμού είναι εφικτός.

Ανάπτυξη προγραμμάτων

1. Επιλογή κοινωνικών ομάδων προτεραιότητας
2. Επιλογή δραστηριοτήτων (περιεχόμενο προγράμματος)
3. Επιλογή χώρων / μέσων

Επιλογή δραστηριοτήτων

- Δραστηριότητες γύμνασης
- Δραστηριότητες άθλησης
- Δραστηριότητες κινητικής αναψυχής

Ταξινόμηση δραστηριοτήτων

- Παιχνίδια και αθλήματα συναγωνισμού
- Υπαίθριες δραστηριότητες
- Αισθητικές δραστηριότητες
- Δραστηριότητες φυσικής κατάστασης



Ερωτήσεις;

Οργάνωση προγραμμάτων
κινητικής αναψυχής



Περιεχόμενο ΑγΟ

