

# Ολυμπιακή Παιδεία

Από τη θεωρία στην πράξη



ΥΠ.Ε.Π.Θ.



ΑΘΗΝΑ 2004



**Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων  
Οργανωτική Επιτροπή Ολυμπιακών Αγώνων ΑΘΗΝΑ 2004**

*Ολυμπιακή Παιδεία, Από τη θεωρία στην πράξη*

**Υπεύθυνος έργου:** Ευθύμης Κιουμουρτζόγλου

**Ομάδα σχεδιασμού και υλοποίησης:**

Ιωάννης Θεοδωράκης, Ανδρέας Αυγερινός,  
Ηρακλής Κέλλης, Βασίλης Παπαχαρίσης, Μαίρη Χασάνδρα.

**Συνεργάστηκαν οι:** Νέλλη Αρβανίτη, Χαράλαμπος Γουναρίδης Σωκράτης Μάκρας

**Επιμέλεια:** Αγγελική Τσέλιου

**Εικονογράφηση:** Μάρω Αλεξάνδρου

**Ί ηλβί υός & Ο=άάάσί υό e-book:** Ί έυέάί ò Άάηί άάΰέσò

**Παραγωγή:** α' έκδοση ΕΚΔΟΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΛΙΒΑΝΗ, Νοέμβριος 2001

β' έκδοση MULTIMEDIA A.E., Φεβρουάριος 2002

γ' έκδοση ΕΚΔΟΣΕΙΣ 4, Ιούνιος 2002

**Διευθυντής παραγωγής:** Σάββας Παπαδόπουλος

**Φιλμ - Μοντάζ:** Multimedia A.E.

**Εκτύπωση - Βιβλιοδεσία:** IRIS A.E.B.E.

Copyright © 2001 Οργανωτική Επιτροπή Ολυμπιακών Αγώνων ΑΘΗΝΑ 2004

ISBN 960-14-0479-1

# Ολυμπιακή Παιδεία

Από τη θεωρία στην πράξη

## Περιεχόμενα

	σελ.
Εισαγωγικά σημειώματα .....	7
Εισαγωγή .....	II
Κωδικοποίηση δραστηριοτήτων .....	33
Δραστηριότητες για το Δημοτικό .....	67
Δραστηριότητες για το Γυμνάσιο .....	103
Δραστηριότητες για το Λύκειο .....	145
Δραστηριότητες εκτός σχολείου .....	179
Παράρτημα .....	189

## Λίγα λόγια για το εγχειρίδιο

Το εγχειρίδιο *Ολυμπιακή Παιδεία, Από τη θεωρία στην πράξη* αποτελεί υλικό υποστηρικτικό του έργου των καθηγητών φυσικής αγωγής (Κ.Φ.Α), με σκοπό τον αποτελεσματικότερο προγραμματισμό των δράσεων και των θεματικών ενοτήτων, σε ετήσια βάση, κατά εκπαιδευτική βαθμίδα.

Η Ολυμπιακή Παιδεία είναι ένα πρόγραμμα σύνθετο ως προς τα θέματα που πραγματεύεται και τις προσεγγίσεις που προτείνει για την επίτευξη των στόχων της. Η θεματολογία της αφορά:

- στους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες
- στους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες
- στους Αγώνες του 2004
- στους Παραολυμπιακούς Αγώνες
- σε ηθικά ζητήματα που σχετίζονται με τα Ολυμπιακά ιδεώδη
- σε κοινωνικά ζητήματα που σχετίζονται με τον Ολυμπισμό
- σε λιγότερο γνωστά στη χώρα μας Ολυμπιακά αθλήματα
- στα οφέλη από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων.

Για την επίτευξη των στόχων του προγράμματος, οι παραπάνω θεματικές ενότητες υλοποιούνται με εκπαιδευτικές προσεγγίσεις που εμπλέκουν ενεργά το μαθητή στη διαδικασία απόκτησης της γνώσης και προάγουν την αυτενέργεια και την ομαδική εργασία. Η πραγμάτωση των στόχων του προγράμματος επιτυγχάνεται με τη συμμετοχή των μαθητών σε κινητικές, θεωρητικές και εικαστικές δραστηριότητες.

Το εγχειρίδιο *Ολυμπιακή Παιδεία, Από τη θεωρία στην πράξη* αποτελείται από οκτώ ενότητες. Στην πρώτη ενότητα περιλαμβάνονται πληροφορίες για το ρόλο και τα περιεχόμενα του εγχειριδίου. Στη δεύτερη παρουσιάζεται το θεωρητικό πλαίσιο λειτουργίας του προγράμματος. Η τρίτη ενότητα περιλαμβάνει τους πίνακες του ετήσιου προγραμματισμού κατά εκπαιδευτική βαθμίδα και το σύστημα κωδικοποίησης των δραστηριοτήτων. Στην τέταρτη, πέμπτη και έκτη ενότητα παρουσιάζεται ο αναλυτικός σχεδιασμός των δραστηριοτήτων για το δημοτικό, το γυμνάσιο και το λύκειο. Η έβδομη ενότητα αναφέρεται σε προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός σχολείου. Τέλος, στην όγδοη ενότητα παρατίθεται παράρτημα που περιλαμβάνει:

- φόρμες αξιολόγησης
- ιδέες και συμβουλές για την οργάνωση σχολικών εκδηλώσεων και την ανεύρεση πόρων
- διευθύνσεις και τηλέφωνα Ομοσπονδιών και Οργανισμών
- χρήσιμες ιστοσελίδες
- βιβλιογραφία.

Στην πορεία του προγράμματος το εγχειρίδιο μπορεί να εμπλουτιστεί με νέες ιδέες για δράσεις, εκδηλώσεις και έντυπο υλικό. Τα σχετικά σεμινάρια, οι συζητήσεις, οι εκδηλώσεις, τα έντυπα και η αλληλογραφία αξιολόγησης υποστηρίζουν τη διαρκή αξιοποίηση της εμπειρίας όλων των εκπαιδευτικών, που θα συμβάλει στη βελτίωση της ποιότητας και της λειτουργικότητας του προγράμματος.

## Ενημερωτικό σημείωμα

Κάθε σχολείο αποτελεί μια αυτόνομη και σύνθετη κοινωνία, με όλα τα χαρακτηριστικά, αρνητικά και θετικά, που διαθέτει μια κοινωνική ομάδα. Οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής που υλοποιούν το πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας πρέπει να γνωρίζουν όλους τους φορείς, τους θεσμούς και τις διατάξεις που σχετίζονται με τη λειτουργία μιας σχολικής μονάδας. Κατ' αυτό τον τρόπο θα μπορούν καλύτερα να προγραμματίζουν, αλλά και να βρίσκουν συμπαράστατες στο δύσκολο έργο τους. Οι εκπαιδευτικοί Φυσικής Αγωγής, πέραν του σχολείου τους, πρέπει να κάνουν αισθητή την παρουσία τους στην τοπική κοινωνία, να έρθουν σε επαφή με το Σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων, την Ένωση Γονέων Κηδεμόνων, τη Σχολική Επιτροπή, την Τοπική Αυτοδιοίκηση και κάθε άλλο φορέα όπου μπορούν να αντλήσουν βοήθεια ή συμπαράσταση (συλλόγους αθλητικούς - πολιτιστικούς, Εκκλησία, στρατό, μεγάλες επαγγελματικές βιοτεχνικές μονάδες κ.λπ.). Όλα αυτά σε σχέση πάντα με τη βαθμίδα Εκπαίδευσης, τη γεωγραφική θέση, την κοινωνική προέλευση και τις ιδιαιτερότητες της περιοχής.

Αξιολογώντας χρονικά καταγράφουμε χρήσιμες πληροφορίες που μπορούν να αξιοποιηθούν κατά περίπτωση από τους εκπαιδευτικούς Ολυμπιακής Παιδείας:

Έναρξη σχολικού έτους είναι η 1η Σεπτεμβρίου για όλα τα σχολεία. Λήξη μαθημάτων (και όχι σχολικού έτους) έχουμε ουσιαστικά τη 10η Ιουνίου για την Α/βάθμια και τη 15η Μαΐου για τη Β/βάθμια Εκπαίδευση. Με τη Γ2/4832/28-11-1990 οι μαθητές όλων των τάξεων έχουν τη δυνατότητα να πραγματοποιήσουν μια ημερήσια εκδρομή, οποιαδήποτε στιγμή κατά τη διάρκεια του διδακτικού έτους. Για τους μαθητές της τελευταίας τάξης των Λυκείων προβλέπεται μια πολυήμερη εκδρομή, διάρκειας πέντε (5) ημερών, στο εσωτερικό της χώρας ή την Κύπρο ή σε άλλες χώρες του εξωτερικού.

Με την υπ' αριθμ. 5981/25-4-1979 Υπουργική Απόφαση οι μαθητές όλων των τάξεων Δ.Ε. προβλέπεται να πραγματοποιούν πέντε (5) περιπάτους στη διάρκεια του διδακτικού έτους.

Με τη Γ1/866/19-8-1998 στο πλαίσιο κάθε μαθήματος είναι δυνατό να πραγματοποιούνται έως εννέα (9) ωριαίες ή δίωρες Σχολικές Διδακτικές Επισκέψεις για κάθε διδακτικό έτος. Οι επισκέψεις αυτές μπορούν να παραταθούν πέραν του ωραρίου λειτουργίας.

Κατά παρέκκλιση των κειμένων διατάξεων με τις Γ2/4757/23-11-2000 και Γ2/4446/10-11-2000 δίνεται στους μαθητές των σχολείων Δ.Ε. η δυνατότητα να πραγματοποιούν Εκπαιδευτικές Επισκέψεις στο πλαίσιο υλοποίησης προγραμμάτων σχετικών με θέματα Πολιτιστικά, Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης, Αγωγής Υγείας και Αγωγής του Καταναλωτή, με την αξιοποίηση μιας εργάσιμης ημέρας και μιας ή δύο αργιών κατά περίπτωση.

Κάθε σχολείο μπορεί να πραγματοποιεί ή να συμμετέχει με τους μαθητές του ή σε συνεργασία με μαθητές άλλου σχολείου και τοπικούς φορείς εντός και εκτός του σχολικού χώρου, σε δραστηριότητες που αποσκοπούν στην πνευματική ανάπτυξη, αισθητική καλλιέργεια, δημιουργική έκφραση των μαθητών και στην ευαισθητοποίησή τους σε θέματα:

- πολιτιστικά, επιστημονικά
- περιβαλλοντικής εκπαίδευσης
- αγωγής υγείας

Για τα προγράμματα αυτά μπορούν να διατίθενται δύο (2) ώρες την εβδομάδα ή τέσσερις (4) ανά δεκαπενθήμερο κατά τάξη ή τμήμα, εντός ή εκτός ωρολογίου προγράμματος.

Για τους καθηγητές που συμμετέχουν στα προγράμματα (μέχρι δύο ανά τάξη ή τμήμα) το εβδομαδιαίο διδακτικό ωράριό τους μειώνεται κατά δύο (2) ώρες. Όταν έχουν συμπληρώσει το διδακτικό ωράριό τους, μπορούν να απασχολούνται, με αντίστοιχη υπερωριακή αποζημίωση, σύμφωνα με τις κείμενες διατάξεις.

Οι δαπάνες πραγματοποίησης των εκδηλώσεων αυτών σε επίπεδο νομού βαρύνουν τις πιστώσεις των προϋπολογισμών των οικείων Νομαρχιών.

Μπορούν όμως να στηρίζονται οικονομικά και από την Τοπική Αυτοδιοίκηση, το Σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων, τα έσοδα των μαθητικών κοινοτήτων και τους διάφορους φορείς και χορηγούς.

Κατά τη λήξη των μαθημάτων, θα πραγματοποιείται πολιτιστικό διήμερο (σχολικών δραστηριοτήτων) κατά το οποίο θα παρουσιάζεται το σύνολο του διδακτικού έργου που παρήχθη.

Τέτοιες εκδηλώσεις μπορούν να πραγματοποιούνται και επ' ευκαιρία εθνικών, θρησκευτικών και άλλων εορτών (28 Οκτωβρίου, 25 Μαρτίου, 23 Δεκεμβρίου, 30 Ιανουαρίου, των Απόκρεω, Ημέρα περιβάλλοντος, Ημέρα δικαιωμάτων του παιδιού κ.ά.) (Γ2/4867 ΦΕΚ629/23-10-92).

- Εκτός των ανωτέρω, η «Ολυμπιακή Παιδεία», ως νέος θεσμός, έχει αυτόνομη πορεία και παρουσία. Χρησιμοποιεί για τις ανάγκες της όλες τις ανωτέρω ευκαιρίες αλλά δημιουργεί και νέες, ανάλογα με τις συνθήκες που αντιμετωπίζει ο εκπαιδευτικός, π.χ. διοργάνωση εκδηλώσεων αθλητικών - πολιτιστικών μεταξύ των σχολείων όπου μετέχει ή σε συνεργασία με σχολεία άλλων συναδέλφων του, δραστηριοποιείται την 6η Απριλίου (Ολυμπιακή ημέρα) ή σε άλλες τοπικές εορτές κ.λπ. Κατά πρωτοβουλία που αναπτύσσεται πάντα στο πλαίσιο της εκπαιδευτικής διαδικασίας, θα βρούμε συμπάρασταση πάνω από όλα από τα ίδια τα παιδιά, αφού έχουν ανάγκη από τέτοιες δραστηριότητες. Αρκεί με το ζήλο και το πάθος μας να τους εμπνεύσουμε τις αρχές του Ολυμπισμού και του «ευ αγωνίζεσθαι».

Υπουργείο Εθνικής Παιδείας & Θρησκευμάτων







## Γενικές κατευθύνσεις

Ολυμπιακή Παιδεία είναι η μορφωτική διαδικασία που αποσκοπεί στην αγωγή των νέων σύμφωνα με τις Ολυμπιακές αξίες, λαμβάνοντας υπόψη τα στοιχεία του σύγχρονου Πολιτισμού.

Το Πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας περιλαμβάνει ένα σύνολο δράσεων που αναδεικνύουν τη μορφωτική και εκπαιδευτική αξία των Ολυμπιακών Αγώνων. Οι δράσεις αυτές αφορούν σε γνώσεις, αθλητικές και κοινωνικές δεξιότητες, αξίες, στάσεις και συμπεριφορές. Συνδυάζουν την αρχαία και σύγχρονη ιστορία των Αγώνων με την εκμάθηση δεξιοτήτων σχετικών με την ανάπτυξη των μαθητών στο σχολικό και το κοινωνικό περιβάλλον. Αναφέρονται στο αθλητικό πνεύμα που αναπτύχθηκε διαμέσου των αιώνων στη χώρα μας – αλλά δεν μένουν εκεί. Η Ολυμπιακή Παιδεία συνδέει το παρελθόν με τις σύγχρονες εκπαιδευτικές και πολιτιστικές αξίες, συνδυάζοντας την καλλιέργεια του σώματος με την πνευματική διάσταση του ανθρώπου. Η εξοικείωση των μαθητών με διαχρονικές εκπαιδευτικές αξίες επιδιώκεται μέσα από παιχνίδια, εκδηλώσεις, βιωματικές διδασκαλίες και αθλητικές δραστηριότητες, που υλοποιούνται σε ένα δημιουργικό εκπαιδευτικό περιβάλλον. Μακροπρόθεσμα, επιδιώκεται η κοινωνικοποίηση, η επικοινωνία, η ειρηνική συνύπαρξη των ανθρώπων και οι αρμονικές διαπροσωπικές σχέσεις. Η Ολυμπιακή Παιδεία στοχεύει στην πληροφόρηση και εκπαίδευση των νέων, ώστε να συμμετέχουν ενεργά και έντιμα στα σπορ, να τα απολαμβάνουν και να διδάσκονται από αυτά, ως αθλητές, θεατές, εθελοντές ή εργαζόμενοι· κι ακόμη, στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που θα αξιοποιηθούν δημιουργικά στην καθημερινή τους ζωή. Οι Ολυμπιακοί Αγώνες, έχουν τη δύναμη να εμψυχήσουν στους μαθητές και τις μαθήτριες τις αρχές της αποδοχής του διαφορετικού, της αναγνώρισης των ανθρώπινων δικαιωμάτων, της αλληλεγγύης και της συνεργασίας. Το περιεχόμενο του προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας στοχεύει στην καλλιέργεια θετικής στάσης απέναντι στην άσκηση και τον αθλητισμό ως τρόπο ζωής, το τίμιο παιχνίδι και το αληθινό πνεύμα των Ολυμπιακών Αγώνων. Η Ολυμπιακή Παιδεία επιδιώκει να προετοιμάσει πολίτες ενημερωμένους για τους Ολυμπιακούς Αγώνες, τον Ολυμπισμό και τον αθλητισμό· πολίτες με διάθεση για συμμετοχή, όχι παθητικούς θεατές.

### «Μαθαίνω, Ευαισθητοποιούμαι, Συμμετέχω, Δημιουργώ»

Στις τέσσερις αυτές λέξεις συνοψίζεται η φιλοσοφία της Ολυμπιακής Παιδείας. Η εφαρμογή των δραστηριοτήτων της είναι περισσότερο πολυδιάστατη από την απλή μεταβίβαση πληροφοριών. Παράλληλα με την προσπάθεια μύησης των μαθητών στις αξίες του Ολυμπισμού, η διδασκαλία οφείλει να ενσωματώνει τις παρακάτω θεμελιώδεις αρχές:

- να δίνει βιώματα επιτυχίας και συγχρόνως να είναι ευχάριστη
- να είναι κατάλληλη για όλους
- κάθε μαθητής να βρίσκει δραστηριότητες που ανταποκρίνονται στις προτιμήσεις και τις ικανότητές του.

Τα παιδιά πρέπει να ψυχαγωγούνται και να κερδίζουν προσωπική ικανοποίηση από τη συμμετοχή τους στις δραστηριότητες της Ολυμπιακής Παιδείας. Γι' αυτό και οι δραστηριότητες πρέπει να τους παρουσιάζονται με τέτοιο τρόπο, ώστε να τους δίνουν ευκαιρίες για

Ολυμπιακή Παιδεία είναι η μορφωτική διαδικασία που αποσκοπεί στην αγωγή των νέων σύμφωνα με τις Ολυμπιακές αξίες, λαμβάνοντας υπόψη τα στοιχεία του σύγχρονου Πολιτισμού.

Το Πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας περιλαμβάνει ένα σύνολο δράσεων που αναδεικνύουν τη μορφωτική και εκπαιδευτική αξία των Ολυμπιακών Αγώνων. Η Ολυμπιακή Παιδεία συνδέει το παρελθόν με τις σύγχρονες εκπαιδευτικές και πολιτιστικές αξίες, συνδυάζοντας την καλλιέργεια του σώματος με την πνευματική διάσταση του ανθρώπου.

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες, έχουν τη δύναμη να εμψυχήσουν στους μαθητές και τις μαθήτριες τις αρχές της αποδοχής του διαφορετικού, της αναγνώρισης των ανθρώπινων δικαιωμάτων, της αλληλεγγύης και της συνεργασίας.

Η Ολυμπιακή Παιδεία επιδιώκει να προετοιμάσει πολίτες ενημερωμένους για τους Ολυμπιακούς Αγώνες, τον Ολυμπισμό και τον αθλητισμό· πολίτες με διάθεση για συμμετοχή και όχι παθητικούς θεατές.

Η διδασκαλία οφείλει να ενσωματώνει τις παρακάτω θεμελιώδεις αρχές:

- να δίνει βιώματα επιτυχίας και συγχρόνως να είναι ευχάριστη
- να είναι κατάλληλη για όλους
- κάθε μαθητής να βρίσκει δραστηριότητες που ανταποκρίνονται στις προτιμήσεις και τις ικανότητές του.

Επιδίωξη του προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας είναι η ανάπτυξη της κατάλληλης πολιτικής στο σχολικό περιβάλλον, ώστε οι μαθητές:

- να μυηθούν μέσα από την πράξη στην ιστορία και τις αξίες της Ολυμπιακής παράδοσης
- να κατανοήσουν θέματα που σχετίζονται με την ηθική στον αθλητισμό
- να αποκτήσουν εμπειρίες από μη διαδομένα Ολυμπιακά αθλήματα
- να αναπτύξουν τεχνικές και δεξιότητες που σχετίζονται με τον έλεγχο της συμπεριφοράς στα σπορ και στην καθημερινή ζωή
- να κατανοήσουν τη σπουδαιότητα του εθελοντισμού για την επιτυχία των Αγώνων
- να διαμορφώσουν θετική στάση απέναντι στον αθλητισμό και τον Ολυμπισμό μέσα από καινοτόμες δράσεις που προωθούν τη συμμετοχή, την πρωτοβουλία και τη δημιουργικότητα
- να αποκτήσουν εμπειρίες και γνώσεις σχετικά με τις ευεργετικές επιδράσεις της άσκησης στην υγεία.

να δείξουν το ταλέντο τους, να σημειώσουν πρόοδο και να αναπτύξουν την εμπιστοσύνη στις ικανότητές τους. Οι μαθητές πρέπει επίσης να γνωρίσουν τα ευεργετικά αποτελέσματα των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004. Παράλληλα, θα μάθουν να ελέγχουν κάθε δραστηριότητα αξιοποιώντας την κριτική σκέψη, τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους. Είναι απαραίτητο να βοηθηθούν, ώστε οι επιλογές και οι δράσεις τους να αντανakλούν τις προτιμήσεις τους, και συγχρόνως να αναπτύξουν αίσθημα ευθύνης και ομαδικό πνεύμα.

## Σκοποί και στόχοι

Επιδίωξη του προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας είναι η ανάπτυξη της κατάλληλης πολιτικής στο σχολικό περιβάλλον, ώστε οι μαθητές:

- να μυηθούν μέσα από την πράξη στην ιστορία και τις αξίες της Ολυμπιακής παράδοσης
- να κατανοήσουν θέματα που σχετίζονται με την ηθική στον αθλητισμό
- να αποκτήσουν εμπειρίες από μη διαδομένα Ολυμπιακά αθλήματα
- να αναπτύξουν τεχνικές και δεξιότητες που σχετίζονται με τον έλεγχο της συμπεριφοράς στα σπορ και στην καθημερινή ζωή
- να κατανοήσουν τη σπουδαιότητα του εθελοντισμού για την επιτυχία των Αγώνων
- να διαμορφώσουν θετική στάση απέναντι στον αθλητισμό και τον Ολυμπισμό, μέσα από καινοτόμες δράσεις που προωθούν τη συμμετοχή, την πρωτοβουλία και τη δημιουργικότητα
- να αποκτήσουν εμπειρίες και γνώσεις σχετικά με τις ευεργετικές επιδράσεις της άσκησης στην υγεία.

Παράλληλα, το πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας προωθεί την επίτευξη και ειδικότερων στόχων, όπως:

- η ενθάρρυνση των σχολείων να υιοθετήσουν δραστήρια πολιτική για:
  - α) την προώθηση των Ολυμπιακών ιδεωδών
  - β) την προαγωγή της γνώσης σε θέματα που σχετίζονται με τους Αγώνες, την αποφυγή της βίας στα γήπεδα, την τιμιότητα και το δικαίωμα του μη αποκλεισμού
  - γ) την ανάπτυξη και προώθηση της ιδέας του εθελοντισμού·
- η ενθάρρυνση των μαθητών, των εκπαιδευτικών και των γονέων ώστε να αναγνωρίσουν τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004 ως εθνική υπόθεση συλλογικής ευθύνης·
- η ενθάρρυνση των διδασκόντων όλων των ειδικοτήτων να εμπλακούν ενεργά στις δραστηριότητες του προγράμματος, ώστε οι μαθητές να αντιληφθούν την εμβέλεια των Ολυμπιακών Αγώνων και των ιδεωδών που συνδέονται με αυτούς μέσα από το πρίσμα και άλλων μαθημάτων·
- η σύνδεση των σχολικών μονάδων με φορείς του ευρύτερου κοινωνικού περιβάλλοντος που σχετίζονται με τον αθλητισμό και την υγεία, με στόχο τη δημιουργία προϋποθέσεων συνεχούς συνεργασίας. Στην επιτυχία του προγράμματος θα συμβάλουν:
- η επιλογή πρωτότυπων κι ευχάριστων για τα παιδιά δραστηριοτήτων
- ο καθορισμός συγκεκριμένων βραχυπρόθεσμων και μεσοπρόθεσμων στόχων
- ο διαρκής και πολύπλευρος έλεγχος για τη συνεχή βελτίωση του προγράμματος και τον επαναπροσδιορισμό των διδακτικών μεθόδων
- η μεθοδική συγκέντρωση υλικού που σχετίζεται με τους σύγχρονους

Ολυμπιακούς Αγώνες και τους Αγώνες της αρχαιότητας (φωτογραφικό υλικό, τέχνη, βιβλία κ.ά.)

- η οργάνωση συναντήσεων μεταξύ σχολείων, διδασκόντων και σχετικών φορέων για ανταλλαγή απόψεων, επίλυση προβλημάτων και ενημέρωση
- η διεύρυνση του προγράμματος
  - α) με την εκμετάλλευση των εκπαιδευτικών εκδρομών και των σχολικών πρωταθλημάτων,
  - β) με τη συνεργασία με διδάσκοντες άλλων γνωστικών αντικειμένων, στο πλαίσιο ή εκτός του σχολικού προγράμματος, για την οργάνωση δραστηριοτήτων που σχετίζονται με τους στόχους του μαθήματος.

Σύμφωνα με τα παραπάνω, ο μαθητής που συμμετείχε στις δραστηριότητες Ολυμπιακής Παιδείας:

- έχει κατανοήσει τις βασικές αρχές και τις αξίες του Ολυμπισμού (τίμιο παιχνίδι, σεβασμός των κανόνων κ.λπ.)
- έχει αναπτύξει κριτική ικανότητα ως προς ένα πλήθος ζητημάτων σχετικών με τους αρχαίους και τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες – όπως είναι ο γιγαντισμός των Αγώνων, η πολιτιστική και πολιτική τους διάσταση κ.ά.
- έχει κατανοήσει τι σημαίνει για τη χώρα μας η ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004
- έχει αναγνωρίσει ότι η διαφορά είναι μέρος της φύσης και δικαίωμα των ανθρώπων
- αναγνωρίζει ότι η επιτυχία των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 θα είναι αποτέλεσμα συλλογικής προσπάθειας
- αντιμετωπίζει τον εθελοντισμό ως διάσταση της ανθρώπινης δραστηριότητας και συγκεκριμένα:
  - α) αναγνωρίζει τα οφέλη, το κόστος και τις υποχρεώσεις που συνδέονται με τον εθελοντισμό
  - β) κατανοεί τις προϋποθέσεις, τους παράγοντες και τις διαστάσεις του
  - γ) αναγνωρίζει τους παράγοντες που εμποδίζουν την ανάπτυξή του
  - δ) κατανοεί ότι η αντιμετώπιση των σύγχρονων κοινωνικών προβλημάτων αποτελεί συλλογική ευθύνη και προϋποθέτει πνεύμα συνεργασίας και διάθεση προσφοράς
  - ε) αντιλαμβάνεται την προσφορά στην προετοιμασία των Αγώνων του 2004 και ως προσωπική του υπόθεση
- έχει εξοικειωθεί, τόσο πρακτικά όσο και θεωρητικά, με τα λιγότερο διαδεδομένα στη χώρα μας αθλήματα (σόφτμπολ, μπίτζμπολ κ.ά.)
- αξιολογεί θετικά τη φυσική δραστηριότητα και τη συμβολή της σ' έναν υγιή τρόπο ζωής:
  - α) υιοθετεί ένα δραστήριο τρόπο ζωής που του επιτρέπει να αποδώσει το μέγιστο των ικανοτήτων του
  - β) εκτιμά τις διαπροσωπικές σχέσεις που μπορεί να προκύψουν από τη συμμετοχή του στη φυσική δραστηριότητα και τα συναισθήματα που αποκομίζει
  - γ) κατανοεί τη σημασία της τακτικής φυσικής δραστηριότητας στην κατεύθυνση της δια βίου υγείας και ευεξίας
  - δ) διαπιστώνει την ικανότητά του σε διάφορους τύπους φυσικής δραστηριότητας
  - ε) έχει μάθει πώς να αναπτύσσει νέες δεξιότητες.

Ο μαθητής που συμμετείχε στις δραστηριότητες Ολυμπιακής Παιδείας:

- έχει κατανοήσει τις βασικές αρχές και τις αξίες του Ολυμπισμού (τίμιο παιχνίδι, σεβασμός των κανόνων κ.λπ.)
- έχει αναπτύξει κριτική ικανότητα ως προς ένα πλήθος ζητημάτων σχετικών με τους αρχαίους και τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες – όπως είναι ο γιγαντισμός των Αγώνων, η πολιτιστική και πολιτική τους διάσταση κ.ά.
- έχει κατανοήσει τι σημαίνει για τη χώρα μας η ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004
- έχει αναγνωρίσει ότι η διαφορά είναι μέρος της φύσης και δικαίωμα των ανθρώπων
- αναγνωρίζει ότι η επιτυχία των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 θα είναι αποτέλεσμα συλλογικής προσπάθειας
- αντιμετωπίζει τον εθελοντισμό ως διάσταση της ανθρώπινης δραστηριότητας
- έχει εξοικειωθεί με τα λιγότερο διαδεδομένα στη χώρα μας αθλήματα (σόφτμπολ, μπίτζμπολ κ.ά.)
- αξιολογεί θετικά τη φυσική δραστηριότητα και τη συμβολή της σ' έναν υγιή τρόπο ζωής.

### Το Πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας προάγει:

- τη γνώση
- εμπειρίες από μεγάλο φάσμα φυσικών, εικαστικών και πολιτιστικών δραστηριοτήτων
- δεξιότητες που σχετίζονται με συγκεκριμένες συμπεριφορές
- τη βελτίωση της στάσης απέναντι στην άσκηση
- την κριτική σκέψη
- ικανότητες έρευνας
- δεξιότητες που σχετίζονται με τις νέες τεχνολογίες
- το συλλογικό πνεύμα
- τη δημιουργική φαντασία.

## Το πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας και οι στόχοι της Εκπαίδευσης

Η Ολυμπιακή Παιδεία μπορεί να ενσωματωθεί εύκολα στην εκπαιδευτική διαδικασία γιατί:

- εναρμονίζεται απόλυτα με τους γενικούς και ειδικούς στόχους της εκπαίδευσης
- προωθεί αξίες που συμβάλλουν στη σύσφιξη των σχέσεων μεταξύ των λαών και στη διεθνή ειρήνη
- βασίζεται στην εθνική μας κληρονομιά και την ιστορία μας αλλά και στις σύγχρονες αρχές της Παιδαγωγικής και της Φιλοσοφίας
- διευρύνει και αναβαθμίζει το ρόλο του σχολείου ως φορέα εκπαίδευσης και πολιτισμού
- εμπλέκει κοινωνικούς φορείς στην εκπαιδευτική διαδικασία
- προτρέπει τους γονείς και γενικότερα τους πολίτες να ασχοληθούν ενεργά με τα σχολικά πράγματα.

Η Ολυμπιακή Παιδεία συμβάλλει σημαντικά στη φυσική εκπαίδευση και στη γενικότερη καλλιέργεια του μαθητή, επειδή εστιάζει στη συμπεριφορά των μαθητών και σε δραστηριότητες που προωθούν τη γνώση με βιωματικό τρόπο, ενώ παράλληλα βοηθά στην ανάπτυξη σημαντικών δεξιοτήτων. Εξάλλου, συμβάλλει στην προώθηση του δραστήριου τρόπου ζωής και των αξιών που σχετίζονται με την υγεία.

Το Πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας προάγει:

- τη γνώση:
  - α) σε θέματα Ιστορίας και Λαογραφίας
  - β) σε κοινωνικά και ηθικά ζητήματα των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων (γιγαντισμός, ντόπινγκ, πολιτική κ.ά.)
  - γ) ως προς την ωφέλεια της άσκησης και τον υγιεινό τρόπο ζωής
- εμπειρίες από μεγάλο φάσμα φυσικών, εικαστικών και πολιτιστικών δραστηριοτήτων, μέσα από καινοτόμες διδακτικές προσεγγίσεις
- δεξιότητες που σχετίζονται με συγκεκριμένες συμπεριφορές (π.χ. εκπαίδευση θεατή, σεβασμός αντιπάλου, αποδοχή κανόνων τίμιου αγώνα κ.ά.)
- τη βελτίωση της στάσης απέναντι στην άσκηση, την αυτοεκτίμηση και την εμπιστοσύνη στις προσωπικές ικανότητες
- την κριτική σκέψη απέναντι στα προβλήματα και το μέλλον των Ολυμπιακών Αγώνων, μέσα από το πρίσμα των σύγχρονων κοινωνικών δεδομένων
- ικανότητες έρευνας μέσα από δράσεις που απαιτούν βιβλιογραφική αναζήτηση για την αντιμετώπιση συγκεκριμένων ζητημάτων
- δεξιότητες που σχετίζονται με τις νέες τεχνολογίες: αυτό επιτυγχάνεται με την εξοικείωση των μαθητών με το διαδίκτυο για εκπαιδευτικές αναζητήσεις, με την παραγωγή υλικού εκδηλώσεων με τη βοήθεια Η/Υ (έντυπα, αφίσες, μαθητική εφημερίδα κ.ά.) κ.λπ.
- το συλλογικό πνεύμα, καθώς η πλειοψηφία των δράσεων απαιτεί ομαδική εργασία
- τη δημιουργική φαντασία με τη συμμετοχή όλων των μαθητών σε εικαστικές δραστηριότητες (αναπαραστάσεις Αγώνων, κατασκευή μακετών, δημιουργία σχεδίων κ.ά.).

Στο πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας ο μαθητής αποτελεί το κεντρικό πρόσωπο. Η Ολυμπιακή Παιδεία αποτελεί το μέσο χάρη στο οποίο συντονίζονται εμπειρίες, πρακτικές και γνώσεις από όλα τα μαθήματα του σχολικού προγράμματος.

Το πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας αναμένεται να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην προώθηση των Ολυμπιακών ιδεωδών, και να βοηθήσει τους νέους να αναπτύξουν σημαντικές ατομικές και κοινωνικές δεξιότητες (ομαδικότητα, αυτοπεποίθηση, αλληλεγγύη, σεβασμό και αποδοχή των κανόνων του δίκαιου αγώνα). Αποτελεί ωστόσο ένα μέσο από τα μέσα που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την προώθηση αυτών των αξιών. Πολλές άλλες δυνατότητες που προσφέρει το σχολείο μπορούν, με την ίδια αποτελεσματικότητα, να αξιοποιηθούν στην προώθηση συμπεριφορών που σχετίζονται με αυτές τις αξίες και τελικά να υποστηρίξουν το πρόγραμμα.

Μια τέτοια στόχευση προϋποθέτει τη θεώρηση της Ολυμπιακής Παιδείας ως οργανικού τμήματος του επίσημου σχολικού προγράμματος, που αλληλεπιδρά με τους γενικότερους στόχους του σχολείου. Η Ολυμπιακή Παιδεία στο σχολείο δεν περιορίζεται στη διδακτική ώρα ή στο επίσημο πρόγραμμα. Τα μηνύματα που δέχονται οι μαθητές στην καθημερινή επαφή τους με το ευρύτερο σχολικό περιβάλλον είναι το ίδιο σημαντικά μ' εκείνα που δέχονται κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

Κατά συνέπεια, προτείνεται μια συνολικότερη προσέγγιση των δράσεων της Ολυμπιακής Παιδείας στο πλαίσιο του σχολείου, ώστε να διασφαλίζεται η συνοχή και η διάρκεια της επίδρασής τους στους μαθητές. Κάτι τέτοιο συνεπάγεται τη διερεύνηση των δυνατοτήτων σε όλες τις πτυχές της σχολικής ζωής πάντα με στόχο την προώθηση των Ολυμπιακών ιδεωδών, των γνώσεων σε θέματα Ολυμπιακών Αγώνων και της τακτικής συμμετοχής των μαθητών σε φυσικές δραστηριότητες και σπορ.

Με στόχο την προώθηση των αξιών του Ολυμπισμού και τη δημιουργία θετικής εικόνας για τους Ολυμπιακούς Αγώνες, τα σχολεία θα πρέπει:

- να προωθούν δραστηριότητες που σχετίζονται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες σε όλη τη διάρκεια του έτους (π.χ. εκδηλώσεις, διαλέξεις, φεστιβάλ, προβολή ενός εν ενεργεία αθλητή ή Ολυμπιονίκη κ.ά.)
- να δημιουργήσουν εντός και εκτός του σχολείου περιβάλλον τέτοιο, ώστε να ενθαρρύνεται και να καθίσταται εφικτή η ενεργητική συμμετοχή των μαθητών (π.χ. εθελοντισμός, δημιουργία σχολικών ομάδων εργασίας, παραγωγή εντύπων κ.ά.)
- να δημιουργήσουν ένα πλαίσιο που να ενθαρρύνει τη συμμετοχή των διδασκόντων, των μαθητών αλλά και των γονέων στη φυσική δραστηριότητα και στα σπορ, βοηθώντας συγχρόνως τους μαθητές να αναπτύξουν γνώσεις, δεξιότητες και στάση ζωής τέτοιες, ώστε να ενστερνιστούν τις αξίες του Ολυμπισμού
- να εφαρμόσουν, κατά τις ώρες λειτουργίας του σχολείου αλλά και εκτός σχολικού ωραρίου, δραστηριότητες (αθλητικές, εικαστικές, πολιτιστικές) που θα ανταποκρίνονται στις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα όλων των παιδιών – συμπεριλαμβάνοντας τα λιγότερο ικανά στα σπορ, τα παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες και τα παιδιά των μεταναστών ή των αλλοδαπών

Στο πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας ο μαθητής αποτελεί το κεντρικό πρόσωπο. Η Ολυμπιακή Παιδεία αποτελεί το μέσο χάρη στο οποίο συντονίζονται εμπειρίες, πρακτικές και γνώσεις από όλα τα μαθήματα του σχολικού προγράμματος.



- να παράσχουν ηθική και υλική υποστήριξη, αυξάνοντας τις δυνατότητες για απόκτηση γνώσης και πρακτικών εμπειριών μέσα από ευχάριστες δραστηριότητες
- να συνεργάζονται με τις οικογένειες των μαθητών, τους κοινωνικούς φορείς και την ΑΘΗΝΑ 2004, με στόχο την ανάπτυξη, εφαρμογή και αξιολόγηση προγραμμάτων, εκδηλώσεων και δράσεων για τους μαθητές και τους γονείς τους.

## Μέθοδοι και μέσα

### Βασικές κατευθύνσεις και αρχές διδασκαλίας

Στο πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας διακρίνουμε τις παρακάτω κατευθύνσεις:

- Βασίζεται στη δημιουργία ισχυρού θεωρητικού υπόβαθρου για τους μαθητές σε θέματα που σχετίζονται με τα Ολυμπιακά ιδεώδη και τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Αυτό θα επιτευχθεί με την προσέγγιση πρωτότυπων θεμάτων, που εναρμονίζονται με τη γνωστική ανάπτυξη των μαθητών και την προϋπάρχουσα γνώση (από το δημοτικό ή το γυμνάσιο).
- Χρησιμοποιεί διδακτικές μεθόδους με επίκεντρο του ενδιαφέροντος τους μαθητές, ενώ ο υπεύθυνος εκπαιδευτικός διαδραματίζει ρόλο συντονιστή. Η οργάνωση ομάδων εργασίας και διαλέξεων, η κατανομή αρμοδιοτήτων στην οργάνωση εκδηλώσεων, η οργάνωση εκθέσεων, θεατρικών παραστάσεων κ.ά. διασφαλίζουν την ενεργό συμμετοχή του συνόλου των μαθητών, μέσω του διαλόγου, της πρωτοβουλίας και της επιχειρηματολογίας.
- Προσεγγίζει με βιωματικό τρόπο το διδακτικό περιεχόμενο (π.χ. κινητικές και εικαστικές δραστηριότητες, οργάνωση εκδηλώσεων και σεμιναρίων κ.ά.) για να εξασφαλίσει αξιολογία εμπειρία, ανάπτυξη της δημιουργικότητας και γνώση. Παράλληλα, το προτεινόμενο πρόγραμμα είναι οργανωμένο έτσι, ώστε να ενισχυθεί η διδασκαλία και ο ρόλος του σχολείου ως φορέα πολιτισμού, και να υποστηριχθεί η υλοποίηση των γενικότερων στόχων της εκπαίδευσης.
- Δίνει βαρύτητα στην επιμόρφωση των καθηγητών Φυσικής Αγωγής από ειδικούς επιστήμονες για την εφαρμογή συγκεκριμένων δράσεων, ώστε να διασφαλίζεται η αποτελεσματικότητα του προγράμματος.
- Προτείνει την οργάνωση σχολικών και εξωσχολικών εκδηλώσεων σε συνεργασία με τους γονείς και τους τοπικούς κοινωνικούς παράγοντες. Διευρύνει το ρόλο του σχολείου, φέρνοντας σε επαφή τους φορείς που θα διαδραματίσουν καθοριστικό ρόλο στην επιτυχία τόσο του προγράμματος όσο και της διοργάνωσης των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004. Το σχολείο γίνεται ο συνδεδεμένος κρίκος μεταξύ γονέων, μαθητών και κοινωνίας, αποδεικνύοντας έμπρακτα το ρόλο του ως «φορέα πολιτισμού».
- Διασφαλίζει τη διαρκή αναπροσαρμογή και βελτίωσή του, καθώς και την ευρύτερη εφαρμογή και βιωσιμότητά του με την αξιολόγηση του προτεινόμενου προγράμματος από τους εκπαιδευτικούς, τους μαθητές και την επιστημονική ομάδα υποστήριξης. Έτσι, μέχρι το 2004 θα έχει δημιουργηθεί ένα πλήρες και αξιολογημένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα,

ικανό να αποτελέσει διεθνώς τη βάση για ανάλογα προγράμματα Ολυμπιακής Παιδείας.

Τις βασικές αυτές κατευθύνσεις υποστηρίζουν οι αρχές διδασκαλίας που διέπουν το πρόγραμμα και συνοψίζονται στον παρακάτω πίνακα:

1. Μη αποκλεισμός	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Όλοι οι μαθητές πρέπει να συμμετέχουν, να ανήκουν σε ομάδες εργασίας και να δραστηριοποιούνται.</li> </ul>
2. Εξατομίκευση	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Κάθε μαθητής πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ξεχωριστή προσωπικότητα, να εμπλέκεται σε δραστηριότητες που τον ενδιαφέρουν και να αισθάνεται ότι μπορεί να αποδώσει με επιτυχία.</li> </ul>
3. Ισονομία	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να παρέχονται ίσες ευκαιρίες σε όλα τα παιδιά, ανεξαρτήτως εθνικότητας ή σωματικών ιδιαιτεροτήτων.</li> </ul>
4. Ομαδικότητα - Ευ αγωνίζεσθαι	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να προωθείται το ομαδικό πνεύμα και η αξία του ευ αγωνίζεσθαι μέσα από την ατομική και τη συλλογική δράση.</li> </ul>
5. Βελτίωση	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να καλλιεργείται ο στόχος για βελτίωση σε όλους τους τομείς της ζωής, μέσα από τη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες</li> </ul>

Οι εκπαιδευτικοί δεν πρέπει να περιμένουν ότι όλοι οι μαθητές μιας τάξης θα αποδώσουν στις δραστηριότητες εξίσου ή ότι θα ανταποκριθούν με το ίδιο ενδιαφέρον, δεδομένων των διαφορών ανάμεσα στα παιδιά της ίδιας τάξης. Η «διαφοροποίηση» είναι η έννοια-κλειδί για την αποτελεσματική διδασκαλία και επιβάλλει προσχεδιασμένες ενέργειες παρέμβασης του διδάσκοντα με στόχο τη μεγιστοποίηση της απόδοσης όλων των παιδιών.

Οι προσχεδιασμένες παρεμβάσεις μπορεί να διαφοροποιούνται ως προς τις παρακάτω παραμέτρους:

Εκτέλεση	<p>Π.χ.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ επιτρέποντας διαφορετικές κινητικές εκτελέσεις</li> <li>■ παρουσιάζοντας εκτελέσεις με διαφορετικό βαθμό δυσκολίας</li> </ul>
Μέσα	<p>Π.χ.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ χρησιμοποιώντας όργανα που διευκολύνουν τους αδύνατους μαθητές ή κάνουν την εκτέλεση πιο προκλητική για τους ταλαντούχους</li> <li>■ με προσαρμογή των δραστηριοτήτων βάσει των διαφορετικών ενδιαφερόντων</li> </ul>
Αποδοχή	<p>Π.χ.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ επιτρέποντας στους μαθητές να κινηθούν ή να ανταποκριθούν στην άσκηση με διαφορετικούς ρυθμούς εκτέλεσης</li> <li>■ ενθαρρύνοντας περισσότερο τους αδύνατους μαθητές</li> </ul>

Οι εκπαιδευτικοί δεν πρέπει να περιμένουν ότι όλοι οι μαθητές μιας τάξης θα αποδώσουν στις δραστηριότητες εξίσου ή ότι θα ανταποκριθούν με το ίδιο ενδιαφέρον, δεδομένων των διαφορών ανάμεσα στα παιδιά της ίδιας τάξης. Η «διαφοροποίηση» είναι η έννοια-κλειδί για την αποτελεσματική διδασκαλία και επιβάλλει προσχεδιασμένες ενέργειες παρέμβασης του διδάσκοντα με στόχο τη μεγιστοποίηση της απόδοσης όλων των παιδιών.

Η ατομική δέσμευση και η προσπάθεια για βελτίωση πρέπει να ενθαρρύνονται και να ανταμείβονται σε κλίμα επιδοκimasίας. Με στόχο την αποτελεσματική προώθηση της συμμετοχής, οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να εκτιμούν την προσπάθεια και την προσωπική πρόοδο, και να μην εστιάζουν αποκλειστικά στο αποτέλεσμα!

Τα κριτήρια επιλογής ενός τρόπου διδασκαλίας εξαρτώνται από:

- τους στόχους του μαθήματος
- το αντικείμενο της διδασκαλίας
- τις πρωτοβουλίες που θα λάβει ο μαθητής κατά την πορεία της διδασκαλίας.

Υποστήριξη	Π.χ.: ■ παρέχοντας επιπλέον οδηγίες ή χρησιμοποιώντας περισσότερα βοηθητικά μέσα
Οργάνωση ομάδων	Π.χ.: ■ παρέχοντας εξατομικευμένες οδηγίες ■ ενθαρρύνοντας την εργασία σε μικρές ομάδες ■ επιλέγοντας παιδιά διαφορετικών ικανοτήτων όπου αυτό κρίνεται απαραίτητο

Η ατομική δέσμευση και η προσπάθεια για βελτίωση πρέπει να ενθαρρύνονται και να ανταμείβονται σε κλίμα επιδοκimasίας. Με στόχο την αποτελεσματική προώθηση της συμμετοχής, οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να εκτιμούν την προσπάθεια και την προσωπική πρόοδο, και να μην εστιάζουν αποκλειστικά στο αποτέλεσμα!

## Τρόποι διδασκαλίας

Για τη διδασκαλία της Ολυμπιακής Παιδείας ο εκπαιδευτικός πρέπει να χρησιμοποιεί ένα συνδυασμό στρατηγικών και τρόπων διδασκαλίας. Τα παιδιά αιφνιδιάζονται ευχάριστα όταν καλούνται να κάνουν κάτι καινούργιο κι έτσι συμμετέχουν με ενθουσιασμό. Με τον τρόπο αυτόν, εκμηδενίζεται το ενδεχόμενο ανεπιθύμητων συμπεριφορών και οι μαθητές είναι πιο συγκεντρωμένοι στη δραστηριότητα. Πολλές μελέτες έχουν δείξει ότι η ανταπόκριση των μαθητών στους οποίους εφαρμόζονται διαφορετικοί τρόποι διδασκαλίας είναι θετική. Αλλά και οι καθηγητές φυσικής αγωγής που συμμετείχαν σε προγράμματα στα οποία εφαρμόστηκαν νέοι τρόποι διδασκαλίας ανέφεραν ότι ενισχύθηκε το ενδιαφέρον για τη δουλειά τους.

Τα κριτήρια επιλογής ενός τρόπου διδασκαλίας εξαρτώνται από:

- τους στόχους του μαθήματος (π.χ. ενίσχυση της συνεργασίας μεταξύ των μαθητών)
- το αντικείμενο της διδασκαλίας (π.χ. κινητική δραστηριότητα, εικαστική, θεωρητική)
- τις πρωτοβουλίες που θα λάβει ο μαθητής κατά την πορεία της διδασκαλίας.

Οι τρόποι διδασκαλίας που μπορεί να χρησιμοποιήσει ένας καθηγητής φυσικής αγωγής εξαρτώνται κυρίως από τις σχετικές εμπειρίες του. Ο καθηγητής φυσικής αγωγής, μέσα από την εμπειρία του, τον αναλυτικό σχεδιασμό κάθε δράσης και την υπάρχουσα βιβλιογραφία, μπορεί με το πέρασμα του χρόνου να διαμορφώσει πλούσιο αρχείο με νέα σχέδια διδασκαλίας, χρησιμοποιώντας προοδευτικά ποικίλους τρόπους. Σημειωτέον ότι σε μία δράση μπορούν να εφαρμοστούν περισσότεροι τρόποι διδασκαλίας. Ο αριθμός τους εξαρτάται από τη διάρκεια της δραστηριότητας, από το βαθμό εξοικείωσης των μαθητών με την αυτόνομη εργασία και από την εμπειρία του εκπαιδευτικού σε κάθε επιμέρους τρόπο.

Οι θεματικές ενότητες και οι επιμέρους δράσεις που προτείνονται για

κάθε σχολική βαθμίδα μπορούν να αποδειχθούν πολύ πιο αποτελεσματικές, αν χρησιμοποιηθούν οι κατάλληλες μέθοδοι που προκαλούν το ενδιαφέρον τόσο των μαθητών όσο και των εκπαιδευτικών. Η αμοιβαία διδασκαλία, ο μη αποκλεισμός, η καθοδηγούμενη και η συγκλίνουσα εφευρετικότητα, και η αποκλίνουσα παραγωγικότητα αποτελούν σπουδαία παιδαγωγικά εργαλεία για την επίτευξη των στόχων της Ολυμπιακής Παιδείας.

Στην **αμοιβαία διδασκαλία** οι μαθητές ασκούνται με ένα μαθητή-βοηθό σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες. Ο βοηθός παρέχει ανατροφοδότηση σύμφωνα με τα κριτήρια που έχει προετοιμάσει ο διδάσκων. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι να καθοδηγεί τη συμπεριφορά, να παρέχει ανατροφοδότηση σε όσους παρατηρούν και να απαντά στις ερωτήσεις. Αυτή η μέθοδος χρησιμοποιείται όταν:

- α) στόχος του μαθήματος είναι η ανάπτυξη της συνεργασίας των μαθητών,
- β) στόχος είναι η διδασκαλία της σωστής ανατροφοδότησης του ενός μαθητή προς τον άλλον και
- γ) ο εκπαιδευτικός επιδιώκει να αξιοποιήσει κάποιους μαθητές οι οποίοι είναι σε θέση να παράσχουν πλήθος πληροφοριών σχετικά με κάποιο γνωστικό αντικείμενο, λόγω της συστηματικής ενασχόλησής τους με αυτό.

Η μέθοδος αυτή θα μπορούσε να εφαρμοστεί, για παράδειγμα, στη διδασκαλία των αθλημάτων.

Ο **μη αποκλεισμός** χρησιμοποιείται προκειμένου όλοι οι μαθητές να συμμετέχουν ανεξάρτητα από το επίπεδο ικανότητας, να μάθουν να επιλέγουν ένα επίπεδο δυσκολίας στο οποίο μπορούν να ανταποκριθούν και να μάθουν να αξιολογούν την επίδοσή τους. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι να προετοιμάσει την άσκηση και να ορίσει τα κριτήρια που καθορίζουν το επίπεδο δυσκολίας της, καθώς και να απαντήσει σε ερωτήσεις που θα υποβάλουν οι μαθητές. Αυτός ο τρόπος θα μπορούσε να εφαρμοστεί, για παράδειγμα, στη διδασκαλία όλων των κινητικών και εικαστικών δραστηριοτήτων.

Στην **καθοδηγούμενη εφευρετικότητα** ο μαθητής εισάγεται σε μια διαδικασία ανακάλυψης και μάθησης, όπου ο εκπαιδευτικός δεν δίνει έτοιμες λύσεις, αλλά ορίζει τα προβλήματα και καθοδηγεί το μαθητή στην εύρεση της λύσης. Ο εκπαιδευτικός, σχεδιάζοντας μια σειρά ερωτήσεων, οδηγεί συστηματικά το μαθητή σε προκαθορισμένο αποτέλεσμα, σε συγκεκριμένη απάντηση. Αυτός ο τρόπος θα μπορούσε να εφαρμοστεί, για παράδειγμα, σε δράσεις σχετικές με τα ηθικά ζητήματα στον αθλητισμό ή με κοινωνικά ζητήματα που άπτονται του Ολυμπισμού.

Στη **συγκλίνουσα εφευρετικότητα** ο μαθητής πρέπει να ανακαλύψει τη λύση σε ένα πρόβλημα και να καταλήξει σε κάποιο συμπέρασμα, χρησιμοποιώντας τη λογική και την κριτική του ικανότητα. Ο εκπαιδευτικός υποβάλλει την ερώτηση και ο μαθητής καλείται να βρει τη μοναδική σωστή απάντηση, χωρίς καμία βοήθεια από τον καθηγητή. Αυτή η μέθοδος θα μπορούσε να εφαρμοστεί, για παράδειγμα, στο γυμνάσιο και στο λύκειο, σε δράσεις σχετικές με τα ηθικά ζητήματα στον αθλητισμό, τα προβλήματα των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων και τους Παραολυμπιακούς Αγώνες.

Στην **αποκλίνουσα παραγωγικότητα** αυτός που παράγει τη γνώση είναι πλέον ο μαθητής. Σκοπός της συγκεκριμένης μεθόδου είναι να προτρέψει το μαθητή να δημιουργήσει πολλαπλές απαντήσεις για μία

Οι θεματικές ενότητες και οι επιμέρους δράσεις που προτείνονται για κάθε σχολική βαθμίδα μπορούν να αποδειχθούν πολύ πιο αποτελεσματικές, αν χρησιμοποιηθούν οι κατάλληλες μέθοδοι που προκαλούν το ενδιαφέρον τόσο των μαθητών όσο και των εκπαιδευτικών. Η αμοιβαία διδασκαλία, ο μη αποκλεισμός, η καθοδηγούμενη και η συγκλίνουσα εφευρετικότητα αποτελούν σπουδαία παιδαγωγικά εργαλεία για την επίτευξη των στόχων της Ολυμπιακής Παιδείας.

Καλό θα ήταν, πριν από την έναρξη του προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας, ο υπεύθυνος να προβαίνει στις παρακάτω ενέργειες:

1. Έλεγχο της σχολικής υποδομής
2. Εμπλοκή διδακτικού προσωπικού άλλων ειδικοτήτων
3. Αύξηση της συμμετοχής
4. Εμπλοκή εξωτερικών συμβούλων
5. Συνεργασία με φορείς εκτός σχολείου
6. Εκτίμηση προϋπολογισμού και χορηγιών

ερώτηση. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι να αποφασίσει το είδος της ερώτησης που θα υποβάλει, να αξιολογήσει τις προτεινόμενες λύσεις και να λειτουργήσει ως πηγή επιβεβαίωσης. Αυτή η μέθοδος θα μπορούσε να εφαρμοστεί, για παράδειγμα, στη διδασκαλία των εικαστικών, σε δράσεις δημιουργίας νέων αθλοπαιδιών ή τροποποίησης των κανονισμών κ.ά.

## Ο ρόλος του ευρύτερου σχολικού περιβάλλοντος

Η εφαρμογή του προγράμματος θα είναι επιτυχής μόνο αν αντιμετωπιστεί συλλογικά. Καλό θα ήταν, πριν από την έναρξη του προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας, ο υπεύθυνος να προβαίνει στις παρακάτω ενέργειες:

1. Έλεγχο της σχολικής υποδομής
  - Να εξετάζεται η υπάρχουσα σχολική υποδομή (π.χ. αίθουσα πολλαπλών χρήσεων, θεατρική σκηνή, TV-video, ηλεκτρονικοί υπολογιστές, βιβλιοθήκες, μηχανήματα προβολής και ήχου, αθλητικό υλικό κ.ά.)
  - Παράλληλα, πρέπει:
    - α) να οργανώνονται οι τομείς που χρειάζονται βελτίωση και
    - β) να εξετάζονται οι πιθανοί τρόποι βελτίωσής τους.

Έτσι, με τον καιρό, θα εμπλουτίζεται η υποδομή και το διαθέσιμο υλικό, και το πρόγραμμα θα γίνεται πιο ελκυστικό για τα παιδιά.
2. Εμπλοκή διδακτικού προσωπικού άλλων ειδικοτήτων
  - Να επιτευχθεί προσέγγιση του υπόλοιπου διδακτικού προσωπικού, ώστε στο πλαίσιο κάθε κοινής δράσης να λαμβάνονται πρωτοβουλίες που θα εξυπηρετούν και τους στόχους του προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας (π.χ. στο πλαίσιο των φιλολογικών μαθημάτων, έκθεση με θέμα τις αξίες του Ολυμπισμού, στο πλαίσιο του μαθήματος των καλλιτεχνικών, έκθεση ζωγραφικής, φιλοτελισμού ή θεατρική παράσταση, στο πλαίσιο του μαθήματος της Ιστορίας, κριτική προσέγγιση της εξέλιξης του «ευ αγωνίζεσθαι» μέσα στο χρόνο, στο πλαίσιο του μαθήματος της φυσικής αγωγής, αγώνας με συγκεκριμένες δεσμεύσεις και κανόνες συμπεριφοράς αθλητών και θεατών κ.λπ.)

Κι ακόμη: συζήτηση για τον εθελοντισμό, τον πολιτισμό, το ρόλο της γυναίκας, το περιβάλλον κ.ά.
3. Αύξηση της συμμετοχής
  - Να οργανωθούν ειδικές στρατηγικές με στόχο την αύξηση της συμμετοχής των μαθητών εντός και εκτός σχολείου. Είναι σημαντικό να εμπλακούν ενεργά οι γονείς.
4. Εμπλοκή εξωτερικών συμβούλων
  - Να εντοπιστούν εξωτερικοί σύμβουλοι ικανοί να συμβάλουν στους σκοπούς του προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας. Αυτοί θα μπορούσαν να είναι αρχαιολόγοι, καλλιτέχνες, γιατροί, γνωστοί αθλητές, συγκοινωνιολόγοι, περιβαλλοντολόγοι κ.ά.
5. Συνεργασία με φορείς εκτός σχολείου



- Να εξασφαλιστεί επαφή με τοπικούς φορείς για την οργάνωση εκδηλώσεων εντός και εκτός σχολείου (π.χ. τοπική αυτοδιοίκηση, fitness clubs, αθλητικούς συλλόγους κ.ά.).
6. Εκτίμηση προϋπολογισμού και κορηγιών
- Να εκτιμηθεί ο διαθέσιμος προϋπολογισμός του σχολείου για το πρόγραμμα και η πιθανή οικονομική υποστήριξη από άλλες πηγές, εκτός σχολείου.

## Οργάνωση και προγραμματισμός των δραστηριοτήτων

Το περιεχόμενο του προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας περιλαμβάνει οκτώ θεματικές ενότητες, οι δραστηριότητες των οποίων μπορούν να υλοποιηθούν εντός και εκτός του σχολικού προγράμματος, με βάση τον προγραμματισμό κάθε σχολείου. Ειδικότερα, ως προς τη διαδικασία υλοποίησης του προγράμματος προβλέπονται:

Δραστηριότητα	Τόπος/ Χρόνος	Υλοποίηση
Δράσεις / εκδηλώσεις που θα εκτελούνται εντός του σχολικού προγράμματος	1 ώρα/εβδομάδα  Εντός σχολείου	Αυτό το πλάνο δράσης θα αποτελείται από δραστηριότητες και πρωτοβουλίες οι οποίες θα αποτελέσουν τον κορμό του προγράμματος. Αυτές περιγράφονται συνοπτικά στο συνημμένο ετήσιο πλάνο Ολυμπιακής Παιδείας.
Δράσεις / εκδηλώσεις εντός του σχολικού προγράμματος (ως επιπλέον ώρες)	1 ώρα/μήνα ή σύμφωνα με τον προγραμματισμό του σχολείου  Εντός ή εκτός σχολείου	Προαιρετικές δραστηριότητες που θα μπορούσαν να υλοποιηθούν ως: <b>1.</b> συνδιδασκαλίες με άλλα αντικείμενα (π.χ. με την αγωγή υγείας και το μάθημα φυσικής αγωγής) <b>2.</b> εκδηλώσεις με εξωτερικούς προσκεκλημένους για θέματα σχετικά με τους Αγώνες του 2004 (π.χ. γιατρούς, διαιτολόγους, προπονητές συλλόγων, συγκοινωνιολόγους, αθλητές κ.ά.), στο πλαίσιο του αναλυτικού σχολικού προγράμματος διδασκαλίας και <b>3.</b> εκδηλώσεις με τη συνεργασία τμημάτων, τάξεων ή σχολείων

Για να υλοποιήσει πληρέστερα τους στόχους του προγράμματος, ο εκπαιδευτικός πρέπει να είναι εξοικειωμένος με:

- θέματα ιστορίας των σπορ και των Αγώνων,
- θέματα κανονισμών και εξέλιξης των αθλημάτων,
- εμπειρίες σχετικές με τη χρήση σύγχρονων στρατηγικών διδασκαλίας
- την οργάνωση εκδηλώσεων, παραστάσεων, αγώνων κ.ά.
- τη χρήση των νέων τεχνολογιών,
- το σχεδιασμό και την υλοποίηση αποτελεσματικών «μαθημάτων» και δραστηριοτήτων.

Οι επικοινωνιακές δεξιότητες διευκολύνουν την αποτελεσματική διδασκαλία.

Δραστηριότητα	Τόπος/ Χρόνος	Υλοποίηση
Εκδηλώσεις και πρωτοβουλίες που μπορούν να συμπεριληφθούν στο σχολικό πρόγραμμα των εκπαιδευτικών εκδρομών ή στο πλαίσιο εκδηλώσεων κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου και των εορτών. Οι δραστηριότητες αυτές θα συντονίζονται από τον υπεύθυνο καθηγητή και το διευθυντή του σχολείου, και θα υλοποιούνται από τους μαθητές.	Προτείνεται μία εκδήλωση ανά δήμενο ή σύμφωνα με τον προγραμματισμό του σχολείου  Εντός ή εκτός σχολείου. Κατά τη διάρκεια των ημερήσιων σχολικών εκδρομών, είναι δυνατό να οργανωθούν ειδικές εκδηλώσεις.	Για παράδειγμα: οργάνωση μέρας λαμπαδηδρομίας· μπλουζάκια με μηνύματα σχετικά με την Ολυμπιάδα· δρόμος υγείας· στρογγυλές τράπεζες με μαθητές και ειδικούς· ημέρα κατά της βίας στους αγωνιστικούς χώρους, και ημέρα Ολυμπιάδας με έκθεση φωτογραφίας και αφίσας· έκδοση ενημερωτικών φυλλαδίων και εφημερίδας· οργάνωση σχολικής παράστασης· αναπαράσταση τελετών Ολυμπιακών Αγώνων κ.ά.
Δραστηριότητες που μπορούν να συμπεριληφθούν στο χρόνο πριν από την έναρξη της σχολικής ημέρας, κατά τη διάρκεια των διαλειμμάτων ή και μετά το τέλος των μαθημάτων	Σε καθημερινή βάση  Εντός σχολείου	Δραστηριότητες με στόχο: <b>1.</b> την άσκηση και την ψυχαγωγία <b>2.</b> την εξάσκηση σε λιγότερο γνωστά αθλήματα (όπως αντιπέρσιση, σόφτμπολ κ.ά.) και τη διάδοσή τους.
Τελική εκδήλωση	Μία εκδήλωση στο τέλος της χρονιάς	Θα παρουσιαστεί η συνολική δράση του σχολείου στην Ολυμπιακή Παιδεία σε ανοιχτή για το κοινό εκδήλωση, με περιεχόμενο που αφορά στις δραστηριότητες ολόκληρης της σχολικής χρονιάς. Η εκδήλωση μπορεί να οργανωθεί σε συνεργασία με άλλα σχολεία ή φορείς.

## Πρακτικές οδηγίες - Συμβουλές

Για να υλοποιήσει πληρέστερα τους στόχους του προγράμματος, ο εκπαιδευτικός πρέπει να είναι εξοικειωμένος με:

- θέματα ιστορίας των σπορ και των Αγώνων,
- θέματα κανονισμών και εξέλιξης των αθλημάτων,
- εμπειρίες σχετικές με τη χρήση σύγχρονων στρατηγικών διδασκαλίας (χρήση διαφορετικών τρόπων διδασκαλίας, εποπτεία ομαδικών εργασιών κ.ά.)
- την οργάνωση εκδηλώσεων, παραστάσεων, αγώνων κ.ά.
- τη χρήση των νέων τεχνολογιών, με στόχο τη διευκόλυνση της πρό-

σβασης σε ένα πλήθος αξιολογημένων πληροφοριών, τη δυνατότητα δημιουργίας χρήσιμων εντύπων για τις διάφορες δράσεις, τη διευκόλυνση της επικοινωνίας με άλλα σχολεία της ημεδαπής και του απόδημου Ελληνισμού κ.ά.

- το σχεδιασμό και την υλοποίηση αποτελεσματικών «μαθημάτων» και δραστηριοτήτων.

Οι επικοινωνιακές δεξιότητες διευκολύνουν την αποτελεσματική διδασκαλία.

### 1. Ανάπτυξη του διαλόγου

Για να ενθαρρύνουμε τη συζήτηση σχετικά με κάποιο θέμα: χρησιμοποιούμε ανοιχτές ερωτήσεις (είναι αυτές που δέχονται πολλές και διαφορετικές απαντήσεις, αρχίζουν με λέξεις όπως «πώς», «τι» «γιατί», έτσι ώστε τα παιδιά να μην απαντούν μονολεκτικά ναι-όχι), π.χ. «Γιατί κάποιοι αθλητές παίρνουν αναβολικά;», «Σύμφωνα με αυτά που είπατε, κάποιοι αθλητές παίρνουν αναβολικά γιατί α) ... β)... γ)...»· επαναλαμβάνουμε με δικά μας λόγια αυτά που ακούσαμε από τα παιδιά, έτσι ώστε να συνοψίζουμε και να τονίζουμε τα κύρια σημεία· και, τέλος, χρησιμοποιούμε παραδείγματα προσωπικά, π.χ. «Όταν ήμουν 16 χρόνων, ετοιμαζόμουν να συμμετέχω για πρώτη φορά σε επίσημους αθλητικούς αγώνες. Κάποιος με πλησίασε και μου είπε ότι γνωρίζει ορισμένες ουσίες που θα με βοηθούσαν να βελτιώσω την επίδοση στο αγώνισμά μου. Θεώρησα ότι αυτό είναι...»

### 2. Διατήρηση του ενδιαφέροντος των μαθητών

Προσπαθούμε να κερδίσουμε το σεβασμό των παιδιών και όχι τη φιλία τους. Προσπαθούμε να μην είμαστε ούτε αυστηροί δάσκαλοι ούτε φίλοι τους, αλλά κάτι ενδιάμεσο. Το κλειδί για την ιδανική σχέση είναι ο αμοιβαίος σεβασμός. Μερικά από τα επιμέρους χαρακτηριστικά που υποστηρίζουν αυτή τη σχέση είναι: να είμαστε ζωντανό παράδειγμα αυτών που διδάσκουμε, να είμαστε προβλέψιμοι και συνεπείς, δίκαιοι και αξιόπιστοι, να δίνουμε πραγματική ανατροφοδότηση, να δείχνουμε ότι νοιαζόμαστε. Στην αρχή υιοθετούμε πιο αυστηρή και άκαμπτη στάση, και, αφού ξεκαθαρίσουν οι ρόλοι και ο τρόπος λειτουργίας του μαθήματος, προσπαθούμε να δημιουργήσουμε ένα πιο θετικό και δημιουργικό κλίμα για όλους.

Κανόνες που θα βοηθούσαν ώστε να δημιουργηθεί ένα περιβάλλον όπου τα παιδιά θα μαθαίνουν διασκεδάζοντας είναι:

- συμμετέχουν όλοι
- ζητούμε το λόγο για να μιλήσουμε· κάθε φορά μιλάει ένας
- σεβόμαστε και βοηθούμε ο ένας τον άλλον
- με την έναρξη της διδασκαλίας όλοι είμαστε έτοιμοι να ξεκινήσουμε για να μη χάσουμε πολύτιμο χρόνο. Καθορίστε κάποιο «σήμα» (π.χ. παλαμάκια, σφύριγμα, σηκώνω το χέρι) που θα σημαίνει «διακοπή - ησυχία».

### 3. Μη λεκτική επικοινωνία

Η διδασκαλία περιλαμβάνει, εκτός από τη λεκτική επικοινωνία, και τη μη λεκτική. Είναι τα μηνύματα που στέλνουμε με το σώμα μας όταν μιλάμε. Έτσι, η στάση του σώματος, οι εκφράσεις του προσώπου, ο τόνος και η ένταση της φωνής μας μπορεί να μεταφέρουν άλλα μηνύματα από αυτά που διατυπώνουμε.

Μερικές γενικές οδηγίες: μπορούμε να χρησιμοποιούμε ορισμένες κινήσεις για να δώσουμε έμφαση σε κάτι που οι μαθητές πρέπει να

Κανόνες που θα βοηθούσαν ώστε να δημιουργηθεί ένα περιβάλλον όπου τα παιδιά θα μαθαίνουν διασκεδάζοντας είναι:

1. συμμετέχουν όλοι
2. ζητούμε το λόγο για να μιλήσουμε· κάθε φορά μιλάει ένας
3. σεβόμαστε και βοηθούμε ο ένας τον άλλον
4. με την έναρξη της διδασκαλίας όλοι είμαστε έτοιμοι να ξεκινήσουμε για να μη χάσουμε πολύτιμο χρόνο.

προσέξουν ιδιαίτερα· δεν κάνουμε υπερβολικές ή νευρικές κινήσεις (να παίζουμε με τα μαλλιά μας ή με το στυλό, να κουνάμε νευρικά το πόδι κ.ά.), ούτε όταν μιλάμε, ούτε όταν ακούμε κάποιον να μιλάει· όταν κυκλοφορούμε ανάμεσα στα παιδιά ή τις ομάδες τους, προσελκύνουμε περισσότερο την προσοχή τους και ελέγχουμε καλύτερα τις κινήσεις τους· όταν μιλάμε στα παιδιά η ένταση της φωνής μας είναι τέτοια ώστε όλοι να μας ακούν, όχι δυνατότερη ούτε χαμηλότερη· δεν μιλάμε πολύ γρήγορα ούτε πολύ αργά· χρησιμοποιούμε απλές λέξεις· όταν χρησιμοποιούμε νέες λέξεις που πιθανόν να μην είναι γνωστές στα παιδιά τις επεξηγούμε· δεν είμαστε μονότονοι, δίνουμε χρώμα στη φωνή μας· δεν επαναλαμβάνουμε κομπιάσματα ή φράσεις που μπορούν να κάνουν την ομιλία μας κουραστική (ε..., εντάξει, να πούμε, κ.ά.)· δεν καθόμαστε μακριά από τα παιδιά ή πίσω από την έδρα· συμμετέχουμε στα παιχνίδια των παιδιών με όποιο τρόπο μπορούμε.

#### 4. Ανατροφοδότηση

Τα παιδιά θέλουν να γνωρίζουν «πώς τα πάνε» όταν μαθαίνουν νέα πράγματα. Η ενημέρωση σχετικά με τις επιδόσεις τους ονομάζεται «ανατροφοδότηση». Οι πληροφορίες που τους δίνουμε πρέπει να είναι εποικοδομητικές και θετικές, ώστε να ενθαρρύνονται στην προσπάθειά τους. Για να είμαστε σε θέση να δίνουμε σωστή ανατροφοδότηση χρειάζεται κάποια εξάσκηση. Μερικές γενικές οδηγίες:

- Η ανατροφοδότηση δίνεται γρήγορα, σε απλή γλώσσα και είναι σύντομη.
- Δίνει έμφαση σε ένα ή δύο κύρια σημεία.
- Παρέχεται στο μαθητή ιδιαιτέρως και με ευγενικό τρόπο.
- Εστιάζει στην επίδοση, όχι στο άτομο, καθώς και σε θέματα που μπορεί να ελέγξει το παιδί.
- Βεβαιωνόμαστε ότι ο μαθητής την κατανόησε και ότι είναι σαφής και συγκεκριμένη.
- Τέλος, στην ανατροφοδότηση μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε την ακόλουθη τεχνική: Ξεκινάμε με ένα θετικό σχόλιο για την επίδοση, στη συνέχεια κάνουμε ένα εποικοδομητικό σχόλιο για το τι μπορεί να βελτιωθεί και, μετά από κάποιες υποδείξεις για το πώς θα μπορούσε αυτό να επιτευχθεί, φροντίζουμε ξανά να ενθαρρύνουμε το μαθητή.

Είναι φανερό ότι η Ολυμπιακή Παιδεία, με τον τρόπο που προσεγγίζεται, είναι ιδιαίτερα απαιτητική. Γι' αυτό αποτελεί πρόκληση για τους εκπαιδευτικούς, οι οποίοι θα πρέπει να την υποδεχτούν με ενθουσιασμό, φιλομάθεια και κριτικό πνεύμα.

Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να ενθαρρύνονται στην ανάπτυξη ρεαλιστικών και κατάλληλων για κάθε σχολείο στρατηγικών:

#### I. Σε σχέση με τις διδακτικές ενότητες:

- Ο εκπαιδευτικός προτείνει διασκεδαστικές και ενδιαφέρουσες δραστηριότητες που ανταποκρίνονται στη φιλοσοφία της εκπαίδευσης, είναι συμβατές με το γενικότερο πρόγραμμα λειτουργίας του σχολείου και ανταποκρίνονται στις επίκαιρες ανάγκες των μαθητών και της κοινωνίας.

Αυτό επιδιώκεται με την ενεργητική συμμετοχή των μαθητών σε κινητικές, εικαστικές και άλλες δραστηριότητες παράλληλα με τη θεωρητική προσέγγιση. Αυτές οι δραστηριότητες υλοποιούνται εντός και εκτός σχολικού προγράμματος.

- Ο εκπαιδευτικός προσφέρει ένα πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας υψηλής ποιότητας, το οποίο θα υποστηρίζεται επαρκώς από κατάλληλο εκπαιδευτικό περιεχόμενο και καταρτισμένους υπευθύνους.

Για το λόγο αυτόν, διανεμήθηκαν στα σχολεία βιβλία και το παρόν έντυπο, ενώ είναι ήδη διαθέσιμη η εκπαιδευτική ιστοσελίδα της

Διεύθυνσης Εκπαίδευσης της ΑΘΗΝΑ 2004

(<http://www.athens.olympic.org/> Για Νέους), που θα προσφέρει σημαντική βοήθεια σε μαθητές και εκπαιδευτικούς.

- Ο εκπαιδευτικός πιστοποιεί ότι οι διδακτικές μέθοδοι και το περιεχόμενο έχουν θετική επίδραση στους μαθητές.

Αυτό επιτυγχάνεται με το σύστημα αξιολόγησης που εμπλέκει μαθητές και εκπαιδευτικούς.

- Ο εκπαιδευτικός προσφέρει δραστηριότητες εκτός προγράμματος.

Προτείνεται ευρεία γκάμα κινητικών και εικαστικών δραστηριοτήτων (π.χ. φυσικές δραστηριότητες, συμμετοχή σε λιγότερο γνωστά σπορ, επισκέψεις σε μουσεία και αρχαιολογικούς χώρους κ.ά.).

- Ο εκπαιδευτικός οργανώνει εκδηλώσεις που προωθούν συγκεκριμένες συμπεριφορές, εντός αλλά και εκτός σχολικού προγράμματος.

Π.χ:

α) ημερίδες, σεμινάρια, διαλέξεις, εκθέσεις, επισκέψεις κ.ά.

β) εκπαίδευση θεατών κατά της βίας, εκπαίδευση για τη σημασία του εθελοντισμού κ.ά.

## 2. Σε σχέση με τη διδασκαλία μέσα στην τάξη:

- Στην παρουσίαση κάθε θεματικής ενότητας και κάθε επιμέρους δραστηριότητας ανακοινώνουμε το στόχο της. Παρουσιάζουμε τα οφέλη που θα αποκομίσουν τα παιδιά από τη συμμετοχή τους (ευχαρίστηση, διασκέδαση, γνώσεις κ.ά.) και προσπαθούμε να τα συνδέσουμε με τα οφέλη σε άλλους τομείς της ζωής τους (για τη σχολική, οικογενειακή, αθλητική, κοινωνική ζωή).

- Η διδασκαλία δεξιοτήτων απαιτεί: να ονομάσουμε και να περιγράψουμε τη δεξιότητα στο μαθητή, να του εξηγήσουμε γιατί θα μάθει αυτή τη δεξιότητα και σε τι θα του χρησιμεύσει, αλλά και να επιδείξουμε αυτή τη δεξιότητα στο μαθητή και να τον βοηθήσουμε να την εξασκήσει.

- Χρησιμοποιούμε ελκυστικά μέσα παρουσίασης. Δίνουμε ερεθίσματα μέσα από ιστορίες, φωτογραφίες, εφημερίδες, περιοδικά, άρθρα, γελοιογραφίες, κόμικς, κασέτες ήχου και βίντεο κ.ά.

- Χρησιμοποιούμε διδακτικές μεθόδους που προϋποθέτουν αλληλεπίδραση με τους μαθητές. Προτιμάμε τη συζήτηση από το μονόλογο με χρήση συχνών ερωτήσεων και ενθαρρύνουμε τη συμμετοχή όλων των παιδιών. Οι εργασίες σε μικρές ομάδες υποστηρίζουν την αλληλεπίδραση και μεταξύ των μαθητών. Δημιουργούμε ευκαιρίες για ομαδικές δραστηριότητες, μέσα από τις οποίες οι μαθητές θα συνεργάζονται και θα αναπτύσσουν την αίσθηση ενός κοινού σκοπού. Μοιράζουμε ρόλους και αρμοδιότητες στα παιδιά.

- Τους διηγούμαστε μικρές ιστορίες ή τους δείχνουμε φωτογραφίες που θα παρουσιάζουν κάποιο σχετικό πρόβλημα ή δίλημμα· δίνουμε λίγο χρόνο για συζήτηση. Για παράδειγμα, προβάλλουμε πρότυπα ηθικής (όπως πραγματικές ιστορίες αθλητών που θυσιάσαν μια σίγουρη νίκη για να βοηθήσουν το συναθλητή τους).

- Υπάρχει περίπτωση κάποια παιδιά να μη συμμετέχουν ενεργά ή να μην ανταποκρίνονται θετικά σε αυτές τις μεθόδους διδασκαλίας,



κυρίως γιατί δεν τις έχουν συνηθίσει. Ας μην αποθαρρυνόμαστε· ας αντιμετωπίσουμε με ευελιξία τις αντιδράσεις των παιδιών.

- Ζητούμε από τα παιδιά να μας προτείνουν τρόπους ή κανόνες που θα διέπουν το μάθημα της Φυσικής Αγωγής. Έτσι, προωθείται η αίσθηση του «εμείς» και της ομαδικότητας. Επίσης, κάνουμε γνωστό στους μαθητές, κυρίως τους μικρούς, ποιες είναι οι ενδεδειγμένες συμπεριφορές και ποιες όχι. Έτσι, τα παιδιά θα μπορούν να θέτουν τις προτεραιότητές τους και να κάνουν τις επιλογές τους.
- Προσπαθούμε να εξισώνουμε τη «δύναμη» μεταξύ των μαθητών, αμβλύνοντας περιπτώσεις ρατσισμού, διάκρισης φύλου και κοινωνικών τάξεων κ.ά.
- Χρησιμοποιούμε την «αλληλοδιδασκαλία», όποτε αυτό είναι δυνατόν, αναθέτοντας στα μεγαλύτερα παιδιά να διδάσκουν τα μικρότερα.
- Ενθαρρύνουμε τα παιδιά να βάζουν προσωπικούς στόχους, να αναλαμβάνουν ευθύνες και να δρουν ανεξάρτητα, έτσι ώστε να καλλιεργηθεί η αυτονομία.

### 3. Σε σχέση με τις άλλες σχολικές δραστηριότητες:

- Ο υπεύθυνος εκπαιδευτικός εμπλέκει τους διδάσκοντες άλλων ειδικοτήτων σε δράσεις που σχετίζονται με τις επιδιώξεις και τους στόχους της Ολυμπιακής Παιδείας.

Π.χ.:

- α) ο διδάσκων της Πληροφορικής να δημιουργήσει τις προϋποθέσεις για on-line επαφή με άλλα σχολεία ή αθλητικούς φορείς, για έκδοση έντυπου υλικού κ.ά.
  - β) το μάθημα των εικαστικών να συνδεθεί με την παραγωγή υλικού για τους Ολυμπιακούς Αγώνες, τη δημιουργία μακετών, τις εκθέσεις με έργα των παιδιών κ.ά.
- Ο υπεύθυνος εκπαιδευτικός συνεργάζεται με τον καθηγητή Φυσικής Αγωγής του σχολείου, δημιουργώντας ευκαιρίες που θα ανταποκρίνονται στη φιλοσοφία της εκπαίδευσης και στις επίκαιρες ανάγκες των μαθητών, με σεβασμό στις ατομικές ιδιαιτερότητες.

Π.χ.:

- α) Δημιουργία συνθηκών «ευ αγωνίζεσθαι» και δέσμευση σε συγκεκριμένους κανόνες συμπεριφοράς
  - β) Οργάνωση εσωτερικών πρωταθλημάτων σε λιγότερο γνωστά σπορ
  - γ) Γνωριμία με σπορ που ενδιαφέρουν τους λιγότερο δραστήριους μαθητές (υπέρβαρους, κορίτσια), ως εναλλακτική λύση για την αύξηση της φυσικής τους δραστηριότητας
  - δ) Αύξηση του ποσοστού των μαθητών που συμμετέχουν συστηματικά σε οργανωμένα σπορ εκτός σχολικού προγράμματος
- Ο υπεύθυνος εκπαιδευτικός φροντίζει να αυξήσει το ποσοστό των μαθητών που συμμετέχουν σε εθελοντικές δραστηριότητες εντός και εκτός σχολείου.

Π.χ.:

Δημιουργία ομάδων κατά τμήμα

### 4. Σε σχέση με το περιβάλλον του σχολείου:

Το πρόγραμμα της Ολυμπιακής Παιδείας θα πρέπει:

- να δημιουργήσει κλίμα κατάλληλο για μάθηση, που θα χαρακτηρίζεται από τις καλές σχέσεις και το σεβασμό μεταξύ των μελών της μαθητικής κοινότητας
- να προσφέρει επαρκή αριθμό δραστηριοτήτων και επιλογών που θα ανταποκρίνονται στα ενδιαφέροντα όλων των μαθητών
- να εξασφαλίζει, κατά τη διάρκεια των διαλειμμάτων, κατάλληλα

αθλητικά όργανα για την ενασχόληση των παιδιών με λιγότερο διαδομένα σπορ

- να δίνει στους μαθητές τη δυνατότητα πρόσβασης στο σχολείο σε ώρες εκτός προγράμματος, για την προώθηση εργασιών στο πλαίσιο των ομάδων εργασίας.

#### 5. Σε σχέση με το περιβάλλον εκτός σχολείου:

Το πρόγραμμα της Ολυμπιακής Παιδείας θα πρέπει:

- να ενημερώνει τους ενδιαφερόμενους και να διασφαλίσει την υποστήριξη των διδασκόντων, του διοικητικού προσωπικού και των γονέων σχετικά με τα μηνύματα που το σχολείο οφείλει να προωθεί σε θέματα υγείας και άσκησης
- να δημιουργήσει και να εδραιώσει δεσμούς συνεργασίας με συναφείς υπηρεσίες και φορείς που θα μπορούσαν να συνεισφέρουν στους στόχους του προγράμματος
- να αναπτύξει δεσμούς συνεργασίας με τοπικούς δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς που συνδέονται με την άσκηση (π.χ. αθλητικούς συλλόγους, γυμναστήρια, δημοτικά κέντρα άθλησης, πολιτιστικούς ή και θρησκευτικούς φορείς), με στόχο την προώθηση της φυσικής δραστηριότητας των νέων
- να αναπτύξει συνεργασία με άλλα σχολεία, μαθητές, γονείς και την ευρύτερη κοινότητα για την οργάνωση πρωτοβουλιών σχετικών με τους Ολυμπιακούς του 2004
- να προσφέρει ποικιλία δραστηριοτήτων σχετικών με την Ολυμπιάδα, που θα απευθύνονται στο διδακτικό προσωπικό και τους γονείς
- να ενημερώνει με ειδικά έντυπα για τις δράσεις που υλοποιεί.

Στη διδασκαλία του προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας ο εκπαιδευτικός μπορεί να έχει σημαντική βοήθεια από:

- το ΥΠ.Ε.Π.Θ., μέσω της οργάνωσης επιμορφωτικών σεμιναρίων και ημερίδων, της παραγωγής εντύπων κ.ά.
- συναδέλφους που υλοποιούν το πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας, αλλά και συναδέλφους άλλων ειδικοτήτων
- εξωτερικούς συνεργάτες και συμβούλους
- την Οργανωτική Επιτροπή Ολυμπιακών Αγώνων ΑΘΗΝΑ 2004. Σημαντικά βοηθήματα αποτελούν τα βιβλία της ΑΘΗΝΑ 2004, η βίντεοταινία των Ολυμπιακών αθλημάτων και η ιστοσελίδα youth 2004 (<http://www.athens.olympic.org/> Για Νέους). Αυτά τα υλικά προσαρμόστηκαν στα ηλικιακά χαρακτηριστικά των μαθητών στους οποίους απευθύνονται, ώστε αυτοί να αποκτήσουν σφαιρική αντίληψη της διάστασης του Ολυμπισμού αλλά και των σύγχρονων προβλημάτων των Ολυμπιακών Αγώνων. Ειδικότερα, ο κόμβος youth 2004 προσφέρει μια νέα διάσταση στην εκπαιδευτική πραγματικότητα της χώρας μας, αφού δίνει στα σχολεία τη δυνατότητα άμεσης επικοινωνίας, με στόχο την ενημέρωση, την άντληση πληροφοριών, τη διάδοση υλικού, και την επιμόρφωση διδασκόντων και διδασκομένων.

Στη διδασκαλία του προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας ο εκπαιδευτικός μπορεί να έχει σημαντική βοήθεια από:

- το ΥΠ.Ε.Π.Θ., μέσω της οργάνωσης επιμορφωτικών σεμιναρίων και ημερίδων, της παραγωγής εντύπων κ.ά.
- συναδέλφους που υλοποιούν το πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας, αλλά και συναδέλφους άλλων ειδικοτήτων
- εξωτερικούς συνεργάτες και συμβούλους
- την Οργανωτική Επιτροπή Ολυμπιακών Αγώνων ΑΘΗΝΑ 2004. Σημαντικά βοηθήματα αποτελούν τα βιβλία της ΑΘΗΝΑ 2004, η βίντεοταινία των Ολυμπιακών αθλημάτων και η ιστοσελίδα youth 2004 (<http://www.athens.olympic.org/> Για Νέους).

Η διαδικασία της αξιολόγησης εκπαιδευτικών προγραμμάτων περιλαμβάνει τα εξής διαδοχικά βήματα:

- καθορισμό των τομέων του προγράμματος που θα αξιολογηθούν
- καθορισμό των επιμέρους δεικτών οι οποίοι χαρακτηρίζουν την αποτελεσματικότητα κάθε τομέα
- καθορισμό μετρήσεων για κάθε δείκτη
- καθορισμό αποδεκτών επιπέδων επίδοσης για κάθε δείκτη, ώστε να επιτρέπεται η αποτίμηση του προγράμματος.

Οι τομείς που αξιολογούνται είναι:

- α) η εφαρμογή του προγράμματος στα σχολεία,
- β) η επιλογή θεματικών ενοτήτων παρέμβασης
- γ) οι μέθοδοι οργάνωσης των δραστηριοτήτων, των εκδηλώσεων, των «μαθημάτων» κ.λπ.
- δ) οι δυσκολίες εφαρμογής
- ε) η συμμετοχή των μαθητών και ο βαθμός αποδοχής του προγράμματος
- στ) η οργάνωση σε επίπεδο σχολείου
- ζ) η οργάνωση σε επίπεδο περιφέρειας.

Το πρόγραμμα Ολυμπιακής Παιδείας σχεδιάστηκε βάσει ανάλογων σύγχρονων εκπαιδευτικών μοντέλων και, ως τέτοιο, αποδίδει μεγάλη σημασία στη φάση της αξιολόγησης. Η αξιολόγηση αυτή δεν αφορά στον έλεγχο των εκπαιδευτικών που συμμετέχουν. Γίνεται για να διαπιστώσει την αξία του προγράμματος συνολικά, να καταγράψει τις πρωτοβουλίες και τις ιδέες που αναπτύχθηκαν σε κάθε σχολείο, πόλη ή νομό και να τις διαδώσει, για να προσφέρει αξιοποιήσιμη ανατροφοδότηση σε εκπαιδευτικούς, διευθύνσεις, προϊστάμενους σχολείων και νομών, καθώς και σχολικούς συμβούλους· κι ακόμη, για να εντοπίσει τις αδυναμίες ή τα ισχυρά σημεία του προγράμματος, ώστε να γίνουν βελτιώσεις τις επόμενες χρονιές.

Η διαδικασία της αξιολόγησης εκπαιδευτικών προγραμμάτων περιλαμβάνει τα εξής διαδοχικά βήματα:

- καθορισμό των τομέων του προγράμματος που θα αξιολογηθούν
- καθορισμό των επιμέρους δεικτών οι οποίοι χαρακτηρίζουν την αποτελεσματικότητα κάθε τομέα
- καθορισμό μετρήσεων για κάθε δείκτη
- καθορισμό αποδεκτών επιπέδων επίδοσης για κάθε δείκτη, ώστε να επιτρέπεται η αποτίμηση του προγράμματος.

## Σχεδιασμός της αξιολόγησης

Η συνολική αξιολόγηση του προγράμματος γίνεται στο τέλος κάθε σχολικής χρονιάς.

Οι τομείς που αξιολογούνται είναι:

- α) η εφαρμογή του προγράμματος στα σχολεία,
- β) η επιλογή θεματικών ενοτήτων παρέμβασης
- γ) οι μέθοδοι οργάνωσης των δραστηριοτήτων, των εκδηλώσεων, των «μαθημάτων» κ.λπ.
- δ) οι δυσκολίες εφαρμογής
- ε) η συμμετοχή των μαθητών και ο βαθμός αποδοχής του προγράμματος
- στ) η οργάνωση σε επίπεδο σχολείου
- ζ) η οργάνωση σε επίπεδο περιφέρειας.

Η αξιολόγηση γίνεται από τους καθηγητές φυσικής αγωγής και τους μαθητές. Πειραματικά μπορεί να οργανωθούν και άλλες μορφές αξιολόγησης. Η αξιολόγηση γίνεται με ειδικά διαμορφωμένα ερωτηματολόγια στα οποία οι καθηγητές φυσικής αγωγής αξιολογούν το πρόγραμμά τους και τη συμμετοχή των μαθητών, καταγράφουν τις δραστηριότητες που εφάρμοσαν και τα προβλήματα που συνάντησαν, και προτείνουν ιδέες και λύσεις. Οι μαθητές αξιολογούν την ελκυστικότητα του προγράμματος.

Οι φόρμες της αξιολόγησης συγκεντρώνονται είτε ηλεκτρονικά, μέσω του εκπαιδευτικού κόμβου youth 2004

(<http://www.athens.olympic.org/Για Νέους>) είτε με αλληλογραφία και τις επεξεργάζεται επιστημονική ομάδα. Τελικές εκθέσεις με τα αποτελέσματα της αξιολόγησης του προγράμματος συντάσσονται από το Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, και κατατίθενται στο ΥΠ.Ε.Π.Θ. και την ΑΘΗΝΑ 2004. Ταυτόχρονα διατυπώνονται προτάσεις για αλλαγές, παρεμβάσεις και βελτίωση προς το Υπουργείο

Παιδείας.

Τομείς που αξιολογούνται	Ενδεικτικά κριτήρια	Αξιολόγηση
Εφαρμογή του προγράμματος	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Αριθμός των σχολείων που συμμετέχουν / συνολικός αριθμός σχολείων</li> <li>■ Αριθμός μαθητών που συμμετέχουν / συνολικός αριθμός μαθητών</li> <li>■ Ώρες εφαρμογής του προγράμματος</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Καθηγητές Φ.Α.</li> </ul>
Επιλογή θεματικών ενοτήτων παρέμβασης	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Αριθμός δραστηριοτήτων που εκπονήθηκαν</li> <li>■ Αριθμός ενοτήτων που διδάχτηκαν</li> <li>■ Ποικιλία δραστηριοτήτων ανά ενότητα</li> <li>■ Συμμετοχή μαθητών ανά δραστηριότητα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Καθηγητές Φ.Α.</li> </ul>
Μέθοδοι οργάνωσης του προγράμματος	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Τεχνικές διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκαν</li> <li>■ Εκπαιδευτικό υλικό</li> <li>■ Πηγές</li> <li>■ Καινοτομία ιδεών, ελκυστικότητα</li> <li>■ Αποδοχή από τους μαθητές</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Καθηγητές Φ.Α.</li> </ul>
Δυσκολίες εφαρμογής	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Οργάνωση</li> <li>■ Τεχνικές διδασκαλίας</li> <li>■ Συμμετοχή μαθητών</li> <li>■ Περιεχόμενα εκπαιδευτικού υλικού</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Καθηγητές Φ.Α.</li> <li>■ Μαθητές</li> </ul>
Συμμετοχή μαθητών και βαθμός αποδοχής προγράμματος	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Μάθηση</li> <li>■ Χρησιμότητα</li> <li>■ Ευχαρίστηση / διασκέδαση</li> <li>■ Ενδιαφέρον / προσπάθεια</li> <li>■ Συμμετοχή σε επιδιωκόμενες εξωσχολικές δραστηριότητες</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Καθηγητές Φ.Α.</li> <li>■ Μαθητές</li> </ul>

Τομείς που αξιολογούνται	Ενδεικτικά κριτήρια	Αξιολόγηση
Οργάνωση σε επίπεδο σχολείου	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Ώρες που έγιναν</li><li>■ Ώρες άλλων μαθημάτων που χάθηκαν</li><li>■ Ενδιαφέρον εκπαιδευτικών άλλων ειδικοτήτων</li><li>■ Συμμετοχή-άποψη γονέων</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Διευθυντής</li><li>■ Άλλοι καθηγητές /δάσκαλοι</li></ul>
Οργάνωση σε επίπεδο περιφέρειας	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Ποσοστό σχολείων που συμμετέχουν</li><li>■ Ποσοστό μαθητών που συμμετέχουν</li><li>■ Ποσοστό ωρών που έγιναν</li><li>■ Ποσοστό ωρών άλλων μαθημάτων που χάθηκαν</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Σχολικοί σύμβουλοι</li><li>■ Προϊστάμενοι γραφείων</li></ul>







## Κωδικοποίηση δραστηριοτήτων\*

### Δημοτικό

Θεματική ενότητα	Προσέγγιση	Κωδικός
1. ΑΡΧΑΙΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Aα1
	Εικαστική (2)	Bα1(I) Bα1(II)
	Κινητική (3)	Γα1(I) Γα1(II) Γα1(III)
2. ΣΥΓΧΡΟΝΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Aα2
	Εικαστική (3)	Bα2(I) Bα2(II) Bα2(III)
	Κινητική (5)	Γα2(I) Γα2(II) Γα2(III) Γα2(IV) Γα2(V)
3. ΑΘΗΝΑ 2004, ΕΛΛΑΔΑ 2004	Θεωρητική (1)	Aα3
	Εικαστική (1)	Bα3
4 - 5. ΗΘΙΚΑ - ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ	Θεωρητική (1)	Aα4-5
	Εικαστική (2)	Bα4-5(I) Bα4-5(II)
	Κινητική (3)	Γα4-5(I) Γα4-5(II) Γα4-5(III)
6. ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Aα6
	Εικαστική (1)	Bα6
7. ΜΗ ΔΙΑΔΕΔΟΜΕΝΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ	Θεωρητική (1)	Aα7
	Εικαστική (1)	Bα7
	Κινητική (6)	Γα7(I) Γα7(II) Γα7(III) Γα7(IV) Γα7(V) Γα7(VI)

\* A = Θεωρητική, B = Εικαστική, Γ = Κινητική  
α = Δημοτικό, β = Γυμνάσιο, γ = Λύκειο

## Γυμνάσιο

Θεματική ενότητα	Προσέγγιση	Κωδικός
1. ΑΡΧΑΙΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Αβ1
	Εικαστική (1)	Ββ1
	Κινητική (2)	Γβ1(I) Γβ1(II)
2. ΣΥΓΧΡΟΝΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Αβ2
	Εικαστική (2)	Ββ2(I) Ββ2(II)
	Κινητική (3)	Γβ2(I) Γβ2(II) Γβ2(III)
3. ΑΘΗΝΑ 2004, ΕΛΛΑΔΑ 2004	Θεωρητική(I)	Αβ3
	Εικαστική (1)	Ββ3
	Κινητική (2)	Γβ3(I) Γβ3(II)
4. ΗΘΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ	Θεωρητική (1)	Αβ4
	Εικαστική (2)	Ββ4(I) Ββ4(II)
	Κινητική (2)	Γβ4(I) Γβ4(II)
5. ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ	Θεωρητική (1)	Αβ5
	Εικαστική (2)	Ββ5(I) Ββ5(II)
	Κινητική (2)	Γβ5(I) Γβ5(II)
6. ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Αβ6
	Εικαστική (1)	Ββ6
	Κινητική (1)	Γβ6
7. ΜΗ ΔΙΑΔΕΔΟΜΕΝΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ	Θεωρητική (1)	Αβ7
	Εικαστική (1)	Ββ7
	Κινητική (6)	Γβ7(I) Γβ7(II) Γβ7(III) Γβ7(IV) Γβ7(V) Γβ7(VI)
8. ΟΦΕΛΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΑΛΗΨΗ ΤΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ	Θεωρητική (1)	Αβ8
	Εικαστική (2)	Ββ8(I) Ββ8(II)

## Λύκειο

Θεματική ενότητα	Προσέγγιση	Κωδικός
1. ΑΡΧΑΙΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Αγ1
	Εικαστική (2)	Βγ1(I) Βγ1(II)
	Κινητική (1)	Γγ1
2. ΣΥΓΧΡΟΝΟΙ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Αγ2
	Εικαστική (1)	Βγ2
	Κινητική (2)	Γγ2(I) Γγ2(II)
3. ΑΘΗΝΑ 2004, ΕΛΛΑΔΑ 2004	Θεωρητική (1)	Αγ3
	Εικαστική (2)	Βγ3(I) Βγ3(II)
4. ΗΘΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ	Θεωρητική (1)	Αγ4
	Εικαστική (2)	Βγ4(I) Βγ4(II)
	Κινητική (1)	Γγ4
5. ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ	Θεωρητική (1)	Αγ5
	Εικαστική (3)	Βγ5(I) Ββ5(II) Βγ5(III)
	Κινητική (1)	Γγ5
6. ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΑΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ	Θεωρητική (1)	Αγ6
	Εικαστική (1)	Βγ6
7. ΜΗ ΔΙΑΔΕΔΟΜΕΝΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ	Θεωρητική (1)	Αγ7
	Εικαστική (1)	Βγ7
	Κινητική (4)	Γγ7(I) Γγ7(II)
		Γγ7(III) Γγ7(IV)
8. ΟΦΕΛΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΑΛΗΨΗ ΤΩΝ ΟΛΥΜΠΙΑΚΩΝ ΑΓΩΝΩΝ	Θεωρητική (1)	Αγ8
	Εικαστική (2)	Βγ8(I) Βγ8(II)

## Πίνακας δραστηριοτήτων για το Δημοτικό

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
<p>Εισαγωγική</p> <p><b>Στόχος:</b> Ενημέρωση των μαθητών για το πρόγραμμα και τους στόχους του. Οργάνωση και κανόνες λειτουργίας.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των περιεχομένων και των στόχων του προγράμματος
<p>1</p> <p>Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Να γνωρίσουν την ιστορία των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των Αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων
	εικαστική (2)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (3)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας
<p>2</p> <p>Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Να γνωρίσουν την ιστορία των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων.</p>	θεωρητική (1)	Σύντομη παρουσίαση των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Μετά από μια εισαγωγική εισήγηση (10-15 λεπτών), όπου θα περιγράψετε το πρόγραμμα και τους στόχους του, ορίστε τους κανόνες λειτουργίας της δραστηριότητας.</p> <p>Οργανώστε τα παιδιά σε ομάδες εργασίας των 3 ατόμων τουλάχιστον. Φτιάξτε ένα πρωτόκολλο δικαιωμάτων και υποχρεώσεων των ομάδων εργασίας ως προς τη δραστηριότητα και ορίστε τις επιθυμητές και μη συμπεριφορές. (Εισαγωγική δραστηριότητα)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο). Συζήτηση και σύσταση πρωτοκόλλου</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Παρουσίαση του προγράμματος στους εκπαιδευτικούς του σχολείου</li> <li>■ Παρουσίαση του προγράμματος στους γονείς και σε φορείς της τοπικής κοινωνίας</li> </ul>
<p>Παρουσιάστε στοιχεία από τα παρακάτω θέματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Οι αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες, ιδρυτές, αγωνίσματα, αθλητές κ.ά.</li> <li>■ Αμοιβές και ποινές στους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες (Aa1)</li> </ul>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Εκδρομή σε αρχαιολογικό χώρο (π.χ. Ολυμπία, Δίον, Δελφοί) και παρουσίαση των εικαστικών εργασιών των μαθητών σε όλο το σχολείο.</li> <li>■ Οι μαθητές σε συνεργασία με τον καθηγητή φυσικής αγωγής της Ολυμπιακής Παιδείας και καθηγητές άλλων ειδικοτήτων μπορούν να δραματοποιήσουν και να παρουσιάσουν σε εκδήλωση του σχολείου μύθους που σχετίζονται με τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες.</li> <li>■ Συναντήσεις αθλητικού ή πολιτιστικού περιεχομένου με άλλα σχολεία της περιοχής (αθλητική συνάντηση - αγώνας, παρουσιάσεις εργασιών, ποιήματα, θεατρικά)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Κατασκευή αθλητικών οργάνων (Ba1(I))</li> <li>■ Αρχαία Ολυμπία, μουσείο Ολυμπίας (Ba1(II))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Αρχαία αγωνίσματα (Γa1(I))</li> <li>■ Ιστορία, έπαθλα αγώνων (Γa1(II))</li> <li>■ Αρχαίοι Ολυμπιακοί αγώνες (Γa1(III))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στίλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδουμένης ανακάλυψης κ.ά.).</p>	
<p>Παρουσιάστε στοιχεία από τα παρακάτω θέματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Η πορεία των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων (από χώρα σε χώρα, ημερομηνίες, πόλεις αθλήματα και αθλητές)</li> <li>■ Μετάλλια, μασκότ, γραμματόσημα, δάδες, κ.ά. (Aa2)</li> </ul>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Εκδρομή (όπου υπάρχει η δυνατότητα) σε Ολυμπιακές εγκαταστάσεις.</li> </ul>

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	εικαστική (3)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (5)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας
<p><b>3</b> Ελλάδα 2004, Αθήνα 2004</p> <p><b>Στόχος:</b> Να ενημερωθούν οι μαθητές για την Ολυμπιάδα του 2004 και να αποκτήσουν θετική στάση προς αυτήν</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 στην Αθήνα
	εικαστική (1)	Ανάθεση ομαδικής εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
<p><b>4-5</b> Ηθικά-Κοινωνικά ζητήματα</p> <p><b>Στόχος:</b> Να ευαισθητοποιηθούν και να προβληματιστούν για ηθικά και κοινωνικά ζητήματα που σχετίζονται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες και τον αθλητισμό γενικότερα</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των ηθικών και κοινωνικών ζητημάτων που σχετίζονται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες
	εικαστική (2)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης



Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Ένα καλύτερο μέλλον (Ba2(I))</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Χαρτοκατασκευές (Ba2(III))</li> <li>■ Ολυμπιακό παιχνίδι (Ba2(III))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Οργάνωση μίνι Ολυμπιάδας με αθλήματα που θα έχουν δημιουργήσει οι μαθητές με δικούς τους κανονισμούς. Οι μαθητές αναλαμβάνουν την όλη οργάνωση (επιλογή αθλημάτων, κριτές, αφίσες, βραβεία κ.λπ.)</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Οργάνωση αγώνων-έπαθλα (Γα2(I))</li> <li>■ Σκυταλοδρομίες με Ολυμπιακό περιεχόμενο (Γα2(III))</li> <li>■ Μίμηση τελετών έναρξης και λήξης με χορούς, προγράμματα ρυθμικής γυμναστικής κ.ά. (Γα2(III))</li> <li>■ Παιχνίδια χωρίς σύνορα (Γα2(IV))</li> <li>■ Ομαδικά αγωνίσματα σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων. (Γα2(V))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στίλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης, κ.ά.).</p>	
<p>Παρουσιάστε στοιχεία και συζητήστε με τους μαθητές κάποια από τα παρακάτω θέματα: προετοιμασία για τη διοργάνωση, αθλητές, δημοσιογράφοι, εθελοντές, θεατές, φιλοξενία, προβολή των Αγώνων, προστασία του περιβάλλοντος (Αα3)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Επισκέψεις σε χώρους έκθεσης φωτογραφίας, ζωγραφικής, γλυπτικής κ.ά. με θέματα Ολυμπιακών Αγώνων.</li> <li>■ Επίσκεψη σε ομοσπονδίες μετά από συνεννόηση, για να παρουσιάσουν στους μαθητές τις ετοιμασίες τους για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004.</li> <li>■ Συμμετοχή σε πανελλήνιους και διεθνείς διαγωνισμούς που σχετίζονται με θέματα Ολυμπιακών Αγώνων.</li> </ul>
<p>Προτεινόμενη δραστηριότητα: «Αθήνα 2004 - όλοι οι δρόμοι οδηγούν στην Ελλάδα». Εικαστικό παιχνίδι γνώσεων (Ba3)</p>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Αναπτύξτε σε μορφή συζήτησης, με ερωτήσεις και θέτοντας διλήμματα, τα παρακάτω θέματα: «Άσκηση για υγεία και αποφυγή ανθυγιεινών συμπεριφορών», «Αθλητισμός και κανονισμοί, αναγκαιότητα και χρησιμότητα» και «Δέσμευση και τήρηση υποσχέσεων» «Αθλητισμός και ανάπτυξη της συνεργασίας» (Αα4-5(I))</p>	<p>Συζήτηση με τη μορφή ερωτήσεων και ηθικών διλημάτων.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Πρόσκληση Ολυμπιονικών ή Ελλήνων πρωταθλητών στο σχολείο, και διοργάνωση ανοικτής συζήτησης για ηθικά ζητήματα του αθλητισμού και των Ολυμπιακών Αγώνων (π.χ. fair play, φιλία μεταξύ αθλητών από διαφορετικές χώρες κ.ά.)</li> <li>■ Πρόσκληση σε ανοικτή συζήτηση με διαφόρους ειδικούς όπως γιατρούς (επιπτώσεις των αναβολικών στην υγεία ή επιδράσεις της άσκησης στην υγεία), αθλητικούς παράγοντες (βία στους αθλητικούς χώρους), εκπροσώπους της Τοπικής Αυτοδιοίκησης (χώροι άθλησης μέσα και έξω από τα σχολεία της περιοχής)</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Βάλτε τα παιδιά να γράψουν σε μια καρτέλα καθένα και από ένα παιχνίδι που του αρέσει να παίζει. Βάλτε όλες τις καρτέλες σε ένα κουτί και χρησιμοποιήστε το κάθε φορά που θέλετε να παίξετε ένα παιχνίδι στο μάθημα, επιλέγοντας στην τύχη μία καρτέλα (Ba4-5(I))</li> <li>■ Φτιάξτε με βαμβάκι και ένα μπουκάλι τη «μηχανή καπνίσματος» για να δουν τα παιδιά πώς ο καπνός επιδρά στους πνεύμονες (Ba4-5(II))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	κινητική (3)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας.
<p><b>6</b> Παραολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Να ενημερωθούν για τους Παραολυμπιακούς Αγώνες και να ευαισθητοποιηθούν απέναντι στα άτομα με αναπηρία.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των Παραολυμπιακών Αγώνων
	εικαστική (1)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης.
<p><b>7</b> Μη διαδεδομένα αθλήματα</p> <p><b>Στόχος:</b> Να γνωρίσουν αθλήματα, μη διαδεδομένα στη χώρα μας.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των μη διαδεδομένων αθλημάτων.

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Βάλτε τα παιδιά να παίξουν παιχνίδια που απαιτούν συνεργασία μεταξύ τουλάχιστον 2 ατόμων (π.χ. σε χαραγμένη διαδρομή το ένα παιδί να περπατάει με κλειστά μάτια και ο συνοδός του να το καθοδηγεί με προφορικές οδηγίες) (Γα4-5(I))</li> <li>■ Βάλτε τα παιδιά να φτιάξουν ένα δικό τους παιχνίδι με κανονισμούς ή να τροποποιήσουν ένα γνωστό παιχνίδι, ώστε να κατανοήσουν την ανάγκη της ύπαρξης και τήρησης των κανονισμών των αθλημάτων (Γα4-5(II))</li> <li>■ Βάλτε τα παιδιά να πραγματοποιούν σε σταθμούς διάφορες δραστηριότητες αυξανόμενης έντασης και να μετρούν τους σφυγμούς τους μετά από κάθε σταθμό (Γα4-5(III))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στυλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.).</p>	
<p>Αναπτύξτε (σε μορφή συζήτησης) με τους μαθητές το θέμα του αθλητισμού και ατόμων με αναπηρία. Παρουσιάστε τους στοιχειά από τα παρακάτω θέματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Ονομασία Παραολυμπιακών</li> <li>■ Κατηγορίες αθλητών που παίρνουν μέρος</li> <li>■ Αγώνισμα Παραολυμπιακών (Αα6)</li> </ul>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Επισκέψεις σε χώρους άθλησης και παρακολούθηση της προπόνησης ή αγώνων ατόμων που συμμετέχουν στους Παραολυμπιακούς Αγώνες.</li> </ul>
<p>Χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες (ανάλογα με τον αριθμό της τάξης και αναθέστε τους το θέμα για τους Έλληνες Παραολυμπιονίκες του Σίδνεϊ. Δώστε την ευκαιρία στους μαθητές να φτιάξουν μια αφίσα με εικόνες όπως τη θέλουν αυτοί (Βα6)</p>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Μετά από μια γενική παρουσίαση και ορισμό των μη διαδεδομένων αθλημάτων (σόφτμπολ, μπέιζπολ, μπάντμιντον, χόκκι επί χόρτου, τρίαθλο, κάνοε-καγιάκ, κωπηλασία, τοξοβολία, μοντέρνο πένταθλο, σκοποβολή, ξιφασκία), επιλέξτε τα αγωνίσματα που θα παρουσιάσετε και ενημερώστε τους μαθητές για τον αριθμό παικτών, τα γήπεδα, τις εγκαταστάσεις και τους βασικούς κανονισμούς (Αα7)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Καλέστε στο σχολείο συλλόγους της περιοχής σας που ασχολούνται με τα μη διαδεδομένα αθλήματα για να σας τα παρουσιάσουν</li> <li>■ Επισκεφθείτε ομοσπονδίες ή αθλητικούς χώρους προκειμένου να γνωρίσουν καλύτερα οι μαθητές τα μη διαδεδομένα αθλήματα</li> </ul>

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	εικαστική (1)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης.
	κινητική (6)	Εξάσκηση σε μη διαδεδομένα αθλήματα.

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Προτείνεται να δημιουργήσουν τα παιδιά αφίσες-κολάζ με φωτογραφίες από γήπεδα, αθλητικά όργανα και τους κανονισμούς για ένα ή περισσότερα μη διαδεδομένα αθλήματα (Ba7)</p>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Ανάλογα με το υλικό και τις εγκαταστάσεις που διαθέτει κάθε σχολείο, διδάξτε από 2 έως 4 μη διαδεδομένα αθλήματα.          Προτεινόμενα μη διαδεδομένα αθλήματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ μπίτζμπολ με μπάλες Γα7(I), Γα7(II), Γα7(III)</li> <li>■ ξιφασκία Γα7(IV)</li> <li>■ τρίαθλο Γα7(V)</li> <li>■ μπάντμιτον (αντιπτέριση) Γα7(VI)</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στιλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.).</p>	

## Πίνακας δραστηριοτήτων για το Γυμνάσιο

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
<p>Εισαγωγική</p> <p><b>Στόχος:</b> Ενημέρωση των μαθητών για το πρόγραμμα και τους στόχους του. Οργάνωση και κανόνες λειτουργίας.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των περιεχομένων και των στόχων του προγράμματος.
<p>1</p> <p>Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Ενημέρωση των μαθητών για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων
	εικαστική (1)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης.
	κινητική (2)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας.
<p>2</p> <p>Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Ενημέρωση των μαθητών για θέματα που σχετίζονται με τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες</p>	θεωρητική (1)	Σύντομη παρουσίαση των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων



Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Μετά από μια εισαγωγική εισήγηση (10-15 λεπτών) όπου θα περιγράψετε το πρόγραμμα και τους στόχους του, ορίστε τους κανόνες λειτουργίας της δραστηριότητας.</p> <p>Οργανώστε τα παιδιά σε ομάδες εργασίας των 3 ατόμων τουλάχιστον. Φτιάξτε ένα πρωτόκολλο δικαιωμάτων και υποχρεώσεων των ομάδων εργασίας ως προς τη δραστηριότητα, και ορίστε τις επιθυμητές και μη συμπεριφορές (εισαγωγική δραστηριότητα)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο)</p> <p>Συζήτηση και σύσταση πρωτοκόλλου</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Παρουσίαση του προγράμματος στους εκπαιδευτικούς του σχολείου</li> <li>■ Παρουσίαση του προγράμματος στους γονείς και σε φορείς της τοπικής κοινωνίας</li> </ul>
<p>Παρουσιάστε στοιχεία από τα παρακάτω θέματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Χώροι τέλεσης Αγώνων</li> <li>■ Αγώνισματα αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων και κανονισμοί (Αβ1)</li> </ul>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Επίσκεψη σε αρχαιολογικό χώρο (π.χ. Ολυμπία, Δίον, Δελφοί) και παρουσίαση των εικαστικών εργασιών των μαθητών σε όλο το σχολείο.</li> <li>■ Λεύκωμα λογοτεχνικών κειμένων για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες.</li> <li>■ Αθλητική ημέρα με αρχαία αγώνισματα.</li> <li>■ Συναντήσεις αθλητικού ή πολιτιστικού περιεχομένου με άλλα σχολεία της περιοχής (αθλητική συνάντηση-αγώνας, παρουσιάσεις εργασιών, ποιήματα, θεατρικά)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Κατασκευή αθλητικών οργάνων (ββ1)</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να μιμηθούν τα αρχαία δρομικά αγώνισματα (π.χ. στάδιο) (Γβ1 (I))</li> <li>■ Να μιμηθούν τα αρχαία δυναμικά αγώνισματα (π.χ. δισκοβολία, ακοντισμός, άλμα) (Γβ1 (II))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στίλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης, κ.ά.).</p>	
<p>Παρουσιάστε στοιχεία σχετικά με Ολυμπιάδες-σταθμούς των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων (π.χ. η καλύτερη τελετή έναρξης και λήξης, διοργανώσεις που αμαυρώθηκαν από το πολιτικό μποϋκοτάζ, ή τρομοκρατικές ενέργειες, κ.ά.) (Αβ2)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Εκδρομή (όπου υπάρχει η δυνατότητα) σε Ολυμπιακές εγκαταστάσεις.</li> <li>■ Έκθεση με αντίγραφα Ελλήνων και ξένων ζωγράφων, με θέμα τους Ολυμπιακούς Αγώνες ή τον αθλητισμό)</li> <li>■ Να κάνουν ένα λεύκωμα αθλητικών γελοιογραφιών που θα εντοπίσουν σε εφημερίδες και περιοδικά.</li> </ul>

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	εικαστική (2)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (3)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας
3	Ελλάδα 2004, Αθήνα 2004 <b>Στόχος:</b> Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004 και να αποκτήσουν θετική στάση απέναντι σε αυτήν	<p data-bbox="644 966 1019 1132">θεωρητική (1)</p> <p data-bbox="644 1132 1019 1298">εικαστική (1)</p> <p data-bbox="644 1298 1019 1487">κινητική (2)</p> <p data-bbox="1019 966 1479 1132">Παρουσίαση των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 στην Αθήνα</p> <p data-bbox="1019 1132 1479 1298">Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης</p> <p data-bbox="1019 1298 1479 1487">Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας</p>
4	Ηθικά ζητήματα <b>Στόχος:</b> Να ενημερώσει και να προβληματίσει τους μαθητές για τα ηθικά ζητήματα που σχετίζονται με τον αθλητισμό και τους Ολυμπιακούς Αγώνες.	<p data-bbox="644 1487 1019 1736">θεωρητική (1)</p> <p data-bbox="644 1736 1019 2008">εικαστική (2)</p> <p data-bbox="1019 1487 1479 1736">Παρουσίαση των ηθικών ζητημάτων που σχετίζονται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες</p> <p data-bbox="1019 1736 1479 2008">Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης</p>

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Δημιουργία λευκωμάτων (Bβ2(I))</li> <li>■ Δημιουργία λευκωμάτων (Bβ2(II))</li> </ul>	Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)	
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να παίξουν παιχνίδια εφαρμοζοντας τις Ολυμπιακές αρχές (Γβ1 (I))</li> <li>■ Να μιμηθούν τελετές έναρξης και λήξης με παραδοσιακούς και μοντέρνους χορούς (Γβ1 (II))</li> <li>■ Να ετοιμάσουν ρυθμικά προγράμματα και σχηματισμούς στο χώρο (πυραμίδες, σχηματισμούς συμβόλων, κ.ά.) (Γβ1 (III))</li> </ul>	Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στίλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης, κ.ά.).	
Παρουσιάστε στοιχεία και συζητήστε με τους μαθητές θέματα που αφορούν τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004 (Αβ3)	Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Θεατρική ανάπτυξη - απόδοση του παραμυθιού <i>Η Δέσποινα και το περιστέρι</i> και παρουσίαση του θεατρικού έργου.</li> </ul>
Προτεινόμενη δραστηριότητα: να ετοιμάσουν ένα κολάζ με φωτογραφίες από διάφορα Ολυμπιακά αθλήματα και να τα εκθέσουν (Bβ3)	Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Επίσκεψις σε χώρους έκθεσης φωτογραφίας, ζωγραφικής, γλυπτικής κ.ά. με θέματα Ολυμπιακών Αγώνων.</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ποδόσφαιρο-χάντμπολ (Γβ3 (I))</li> <li>■ μπάσκετ-βόλεϊ (Γβ3 (II))</li> </ul>	Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στίλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.).	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Επίσκεψη σε ομοσπονδίες, μετά από συνεννόηση, για να παρουσιάσουν στους μαθητές τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004.</li> <li>■ Συμμετοχή σε πανελλήνιους και διεθνείς διαγωνισμούς που σχετίζονται με θέματα Ολυμπιακών Αγώνων.</li> </ul>
Αναπτύξτε σε μορφή συζήτησης με τους μαθητές τα παρακάτω θέματα: έντιμη αθλητική συμπεριφορά (fair play), πώς και γιατί δημιουργούνται οι κανονισμοί των αθλημάτων, οι Έλληνες Ολυμπιονίκες ως πρότυπα (Αβ4)	Συζήτηση υπό μορφή ερωτήσεων και ηθικών διλημάτων.	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να καλέσουν Έλληνες Ολυμπιονίκες ή πρωταθλητές στο σχολείο και να διοργανώσουν ανοιχτή συζήτηση για ηθικά θέματα του αθλητισμού και των Ολυμπιακών Αγώνων (π.χ. fair play, φιλία μεταξύ αθλητών από διαφορετικές χώρες κ.ά.)</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Αφίσα «ευ αγωνίζεσθαι» (Bβ4(I))</li> <li>■ Δημιουργία λευκώματος με τον Ολυμπιονίκη που θαυμάζουν (Bβ4 (II))</li> </ul>	Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)	

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	κινητική (2)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας
<p><b>5</b></p> <p>Κοινωνικά ζητήματα</p> <p><b>Στόχος:</b> Να ενημερώσει τους μαθητές για τις κοινωνικές προεκτάσεις και για ζητήματα του αθλητισμού.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των κοινωνικών ζητημάτων που σχετίζονται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες
	εικαστική (2)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (2)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας
<p><b>6</b></p> <p>Παραολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Να ενημερώσει τους μαθητές για τους Παραολυμπιακούς και να τους ευαισθητοποιήσει σε θέματα μη αποκλεισμού ατόμων από τον αθλητισμό.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των Παραολυμπιακών Αγώνων
	εικαστική (1)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ να κατανοήσουν στην πράξη τις αρχές του fair play (Γβ4(I))</li> <li>■ παιχνίδια συνεργασίας (Γβ4 (II))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στίλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης, κ.ά.).</p>	
<p>Αναπτύξτε σε μορφή συζήτησης με τους μαθητές τα παρακάτω θέματα: «Αθλητισμός και βία», «Ισότητα», «Οφέλη της άσκησης - φιλία» (Αβ5)</p>	<p>Συζήτηση με ανοιχτές ερωτήσεις προς τους μαθητές.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Πρόσκληση σε ανοιχτή συζήτηση με διαφόρους ειδικούς, όπως γιατρούς (επιπτώσεις των αναβολικών στην υγεία ή επιπτώσεις της άσκησης στην υγεία), αθλητικούς παράγοντες (βία στους αθλητικούς χώρους), εκπροσώπους της τοπικής αυτοδιοίκησης (χώροι άθλησης μέσα και έξω από τα σχολεία της περιοχής).</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ να συγκεντρώσουν υλικό από τον Τύπο και να αντιπαραβάλουν τις έντιμες και τις βίαιες συμπεριφορές που προβάλλονται από τα ΜΜΕ: να γράψουν άρθρο / εργασία για τη βία στα γήπεδα (Ββ5 (I))</li> <li>■ να φτιάξουν με κολάζ αφίσα όπου θα απεικονίζεται το ανθρώπινο σώμα και με τοξάκια να γράψουν τα οφέλη της άσκησης για κάθε όργανο του σώματος (Ββ5 (II))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ παιχνίδια που προωθούν τη φιλία (Γβ5 (I))</li> <li>■ παιχνίδια που έχουν σχέση με την ισότητα και τη δικαιοσύνη (Γβ5 (II))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στίλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης, κ.ά.).</p>	
<p>Παρουσιάστε στους μαθητές στοιχεία που έχουν σχέση: με την ιστορία των Παραολυμπιακών Αγώνων, την ονομασία τους, τις κατηγορίες των αθλητών που παίρνουν μέρος και τα αγωνίσματά τους (Αβ6)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Επισκέψεις σε χώρους άθλησης και παρακολούθηση της προπόνησης ή αγώνων ατόμων που συμμετέχουν στους Παραολυμπιακούς Αγώνες.</li> </ul>
<p>Ομαδική εργασία με θέμα: «Αθλητισμός και άτομα με αναπηρίες» Πείτε στους μαθητές να συλλέξουν στοιχεία για τα προγράμματα άθλησης για άτομα με αναπηρίες που υπάρχουν στην περιοχή τους (σχολεία, δήμους, αθλητικούς συλλόγους, γυμναστήρια). Την εργασία τους μπορούν να την παρουσιάσουν στην τάξη ή σε εκδήλωση του σχολείου. (Ββ6)</p>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	κινητική (1)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας
7	Μη διαδεδομένα αθλήματα <b>Στόχος:</b> Να ενημερώσει τους μαθητές για τα μη διαδεδομένα αθλήματα των Ολυμπιακών Αγώνων	θεωρητική (1)  Παρουσίαση των μη διαδεδομένων αθλημάτων
	εικαστική (1)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (6)	Εξάσκηση σε μη διαδεδομένα αθλήματα
8	Οφέλη από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων <b>Στόχος:</b> Να ενημερώσει τους μαθητές για τα οφέλη που θα αποκομίσει η Ελλάδα από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων	θεωρητική (1)  Παρουσίαση των ωφελειών για τη χώρα μας μετά την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004



Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Προτεινόμενη δραστηριότητα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ μπάσκετ με το ένα χέρι. Πείτε στα παιδιά να πάρουν ένα μαντίλι ή επίδεσμο και να ακινητοποιήσουν το δεξί τους χέρι. Σκοπός της δραστηριότητας είναι να βιώσουν οι μαθητές πώς ένα άτομο με αναπηρίες συμμετέχει σε αθλήματα που και οι ίδιοι παίζουν. (Γβ6)</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στιλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης, κ.ά.).</p>	
<p>Μετά από μια γενική παρουσίαση και ορισμό των μη διαδεδομένων αθλημάτων (σόφτμπολ, μπίτζμπολ, μπάντμιντον, χόκεί επί χόρτου, τρίαθλο, κάνοε-καγιάκ, κωπηλασία, τοξοβολία, μοντέρνο πένταθλο, σκοποβολή, ξιφασκία), επιλέξτε τα αγωνίσματα που θα παρουσιάσετε και ενημερώστε τους μαθητές για τον αριθμό παικτών, τα γήπεδα, τις εγκαταστάσεις και τους βασικούς κανονισμούς (Αβ7)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Καλέστε στο σχολείο συλλόγους της περιοχής σας που ασχολούνται με τα μη διαδεδομένα αθλήματα για να σας τα παρουσιάσουν.</li> <li>■ Επισκεφθείτε ομοσπονδίες ή αθλητικούς χώρους προκειμένου να γνωρίσουν καλύτερα οι μαθητές τα μη διαδεδομένα αθλήματα.</li> </ul>
<p>Προτείνετε να συλλέξουν στοιχεία (φωτογραφίες, εικόνες κ.ά.) από τα πιο διαδεδομένα αθλήματα ανά ήπειρο ((Ββ7))</p>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Ανάλογα με το υλικό και τις εγκαταστάσεις που διαθέτει κάθε σχολείο διδάξτε από 2 έως 4 μη διαδεδομένα αθλήματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ξιφασκία (Γβ7 (I))</li> <li>■ τρίαθλο (Γβ7 (II))</li> <li>■ μπίτζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (Γβ7 (III), Γβ7 (IV), Γβ7 (V))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στιλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.).</p>	
<p>Παρουσιάστε στοιχεία και συζητήστε με τους μαθητές κάποια από τα παρακάτω θέματα: «Νέες αθλητικές εγκαταστάσεις», «Ανακαίνιση παλαιών αθλητικών εγκαταστάσεων», «Ολυμπιακοί Αγώνες και τουρισμός», «Νέες τεχνολογίες και Ολυμπιακοί Αγώνες» (Αβ8)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Οργανώστε επίσκεψη σε νέες, υπό κατασκευή αθλητικές εγκαταστάσεις ζητήστε από τους υπεύθυνους να σας δείξουν μακέτες ή σχέδια και συζητήστε μαζί τους θέματα, όπως πόσα άτομα απασχολούν, αν θα μείνουν οι αθλητικές εγκαταστάσεις και μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες για χρήση από τους κατοίκους, αν έχουν ληφθεί τα απαραίτητα μέτρα για την προστασία του περιβάλλοντος κ.ά.</li> </ul>

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	εικαστική (2)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης.

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Προτείνετε στα παιδιά:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ να συλλέξουν στοιχεία από το site της ΑΘΗΝΑ 2004 για το ποιες αθλητικές εγκαταστάσεις της περιοχής τους αναβαθμίζονται ή δημιουργούνται εν όψει των Ολυμπιακών Αγώνων (Ββ8 (I))</li> <li>■ να συλλέξουν στοιχεία για το ποιες κατηγορίες επαγγελματιών θα ωφεληθούν από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων (Ββ8 (II))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στιλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.).</p>	

## Πίνακας δραστηριοτήτων για το Λύκειο

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
<p>Εισαγωγική</p> <p><b>Στόχος:</b> Ενημέρωση των μαθητών για το πρόγραμμα και τους στόχους του. Οργάνωση και κανόνες λειτουργίας.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των περιεχομένων και των στόχων του προγράμματος.
<p><b>1</b></p> <p>Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Ενημέρωση των μαθητών για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων
	εικαστική (2)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης.
	κινητική (1)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας.
<p><b>2</b></p> <p>Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Ενημέρωση των μαθητών για θέματα που σχετίζονται με τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες</p>	θεωρητική (1)	Σύντομη παρουσίαση των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Μετά από μια εισαγωγική εισήγηση (10-15 λεπτών) όπου θα περιγράψετε το πρόγραμμα και τους στόχους του, ορίστε τους κανόνες λειτουργίας της δραστηριότητας.</p> <p>Οργανώστε τα παιδιά σε ομάδες εργασίας των 3 ατόμων τουλάχιστον. Φτιάξτε ένα πρωτόκολλο δικαιωμάτων και υποχρεώσεων των ομάδων εργασίας ως προς τη δραστηριότητα και ορίστε τις επιθυμητές και μη συμπεριφορές (<i>εισαγωγική δραστηριότητα</i>)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο). Συζήτηση και σύσταση πρωτοκόλλου</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Παρουσίαση του προγράμματος στους εκπαιδευτικούς του σχολείου</li> <li>■ Παρουσίαση του προγράμματος στους γονείς και τους φορείς της τοπικής κοινωνίας</li> </ul>
<p>Παρουσιάστε στοιχεία από τα παρακάτω θέματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες και Πολιτισμός (αγγεία, κείμενα κ.ά.)</li> <li>■ αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες - σταθμοί στην Ιστορία (Αγ1)</li> </ul>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Επίσκεψη σε αρχαιολογικό χώρο (π.χ. Ολυμπία, Δίον, Δελφοί) και παρουσίαση των εικαστικών εργασιών των μαθητών σε όλο το σχολείο.</li> <li>■ Συναντήσεις αθλητικού ή πολιτιστικού περιεχομένου με άλλα σχολεία της περιοχής (αθλητική συνάντηση-αγώνας, παρουσιάσεις εργασιών, ποιήματα, θεατρικά)</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Κατασκευή μακέτας Αρχαίας Ολυμπίας. Εργασία με θέμα τα έργα που γίνονται στην περιοχή της Αρχαίας Ολυμπίας (Bγ1 (I)-(II))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Το πενήνημερο των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων (Γγ1)</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στιλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδουμένης ανακάλυψης κ.ά.).</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Παρουσιάστε στοιχεία και συζητήστε με τους μαθητές κάποια από τα παρακάτω θέματα: «Εθελοντισμός και Ολυμπιακοί Αγώνες», «Πολιτιστική Ολυμπιάδα» (Αγ2)</li> </ul>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Εκδρομή (όπου υπάρχει η δυνατότητα) σε Ολυμπιακές εγκαταστάσεις.</li> <li>■ Μελοποίηση στίχων που οι ίδιοι θα γράψουν με θέμα τον αθλητισμό και τους Ολυμπιακούς Αγώνες</li> <li>■ Να φτιάξουν το δικό τους αθλητικό σποτ</li> <li>■ Να σκισάρουν αποδίδοντας χιουμοριστικά θέματα όπως: «Οι συμμαθητές μου = μελλοντικοί Ολυμπιονίκες»</li> </ul>

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	εικαστική (1)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (2)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια μέσα από τα οποία θα εξυπηρετείται και ο σκοπός της ενότητας
3	Ελλάδα 2004, Αθήνα 2004 <b>Στόχος:</b> Να ενημερωθούν οι μαθητές για την Ολυμπιάδα του 2004 και να αποκτήσουν θετική στάση απέναντι σε αυτήν	θεωρητική (1) Παρουσίαση των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 στην Αθήνα
	εικαστική (2)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (1)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια θα εξυπηρετούν και το σκοπό της ενότητας
4	Ηθικά ζητήματα <b>Στόχος:</b> Να ενημερώσει και να προβληματίσει τους μαθητές σχετικά με τα ηθικά ζητήματα που σχετίζονται με τον Αθλητισμό και τους Ολυμπιακούς Αγώνες.	θεωρητική (1) Παρουσίαση των ηθικών ζητημάτων που σχετίζονται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες
	εικαστική (2)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Προτρέψτε τα παιδιά να συλλέξουν υλικό με θέμα μουσικές συνθέσεις εμπνευσμένες από τους Ολυμπιακούς Αγώνες (Bγ2)</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Λαμπαδηδρομία φιλίας και εθελοντισμού (Γγ2 (I))</li> <li>■ Ημερίδα αγώνων (Γγ2 (II))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στιλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.)</p>	
<p>Επισκεφθείτε (μέσα ή έξω από το σχολείο) τον πλησιέστερο χώρο με υπολογιστή και πρόσβαση στο Internet. Κάντε περιήγηση στις σελίδες του site της ΑΘΗΝΑ 2004 (<a href="http://www.athens.olympic.org">www.athens.olympic.org</a>). (Aγ3)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Θεατρική ανάπτυξη - απόδοση του παραμυθιού <i>Η Δέσποινα και το περιστέρι</i> και παρουσίαση του θεατρικού έργου</li> <li>■ Επισκέψεις σε χώρους έκθεσης φωτογραφίας, ζωγραφικής, γλυπτικής κ.ά. με θέματα Ολυμπιακών Αγώνων.</li> <li>■ Επίσκεψη σε ομοσπονδίες, μετά από συνεννόηση, για να παρουσιάσουν στους μαθητές τις ετοιμασίες τους για τους Αγώνες του 2004.</li> <li>■ Να συμμετέχουν σε πανελλήνιους και διεθνείς διαγωνισμούς που σχετίζονται με θέματα Ολυμπιακών Αγώνων.</li> <li>■ Να σχεδιάσουν τα ρούχα της Ολυμπιακής ομάδας της χώρας μας για μια διοργάνωση στο μέλλον (π.χ. 2150).</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να ενημερωθούν και να ενημερώσουν για την πολιτιστική Ολυμπιάδα «Αθήνα 2004» (Bγ3 (I))</li> <li>■ <i>Η Δέσποινα και το περιστέρι</i> (Bγ3 (II))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να ψηφίσουν το πιο δημοφιλές άθλημα της τάξης και να το παίξουν όλοι μαζί.</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στιλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.)</p>	
<p>Αναπτύξτε σε μορφή συζήτησης με τους μαθητές θέματα όπως η βία στους αθλητικούς χώρους και η δικαιοσύνη ή ο γιγαντισμός και παρουσιάστε τους τον κώδικα ηθικής της IOC (Code of Ethics) (Aγ4)</p>	<p>Συζήτηση με τη μορφή ερωτήσεων και ηθικών διλημμάτων.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να καλέσουν Ολυμπιονίκες ή Έλληνες πρωταθλητές στο σχολείο και να διοργανώσουν ανοιχτή συζήτηση για ηθικά ζητήματα του Αθλητισμού και των Ολυμπιακών Αγώνων (π.χ. fair play, φιλία μεταξύ αθλητών από διαφορετικές χώρες κ.ά.)</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να επενδύσουν με μια αγαπημένη τους μελωδία στίχους που μόνοι τους θα γράψουν για θέματα ηθικής (Bγ4(I))</li> <li>■ Να καταγράψουν τις φωτεινές και σκοτεινές σελίδες των Ολυμπιακών Αγώνων και να τις κάνουν 2 αφίσες με ανάλογο φόντο (Bγ4 (II))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	



Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	κινητική (1)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια που θα εξυπηρετούν και το σκοπό της ενότητας
<p><b>5</b> Κοινωνικά ζητήματα</p> <p><b>Στόχος:</b> να ενημερώσει τους μαθητές για τις κοινωνικές προεκτάσεις και τα ζητήματα που σχετίζονται με τον αθλητισμό.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των κοινωνικών ζητημάτων που σχετίζονται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες
	εικαστική (3)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (1)	Κινητικές δραστηριότητες ή παιχνίδια που θα εξυπηρετούν και το σκοπό της ενότητας
<p><b>6</b> Παραολυμπιακοί Αγώνες</p> <p><b>Στόχος:</b> Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους Παραολυμπιακούς και να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα μη αποκλεισμού ατόμων από τον αθλητισμό.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των Παραολυμπιακών Αγώνων

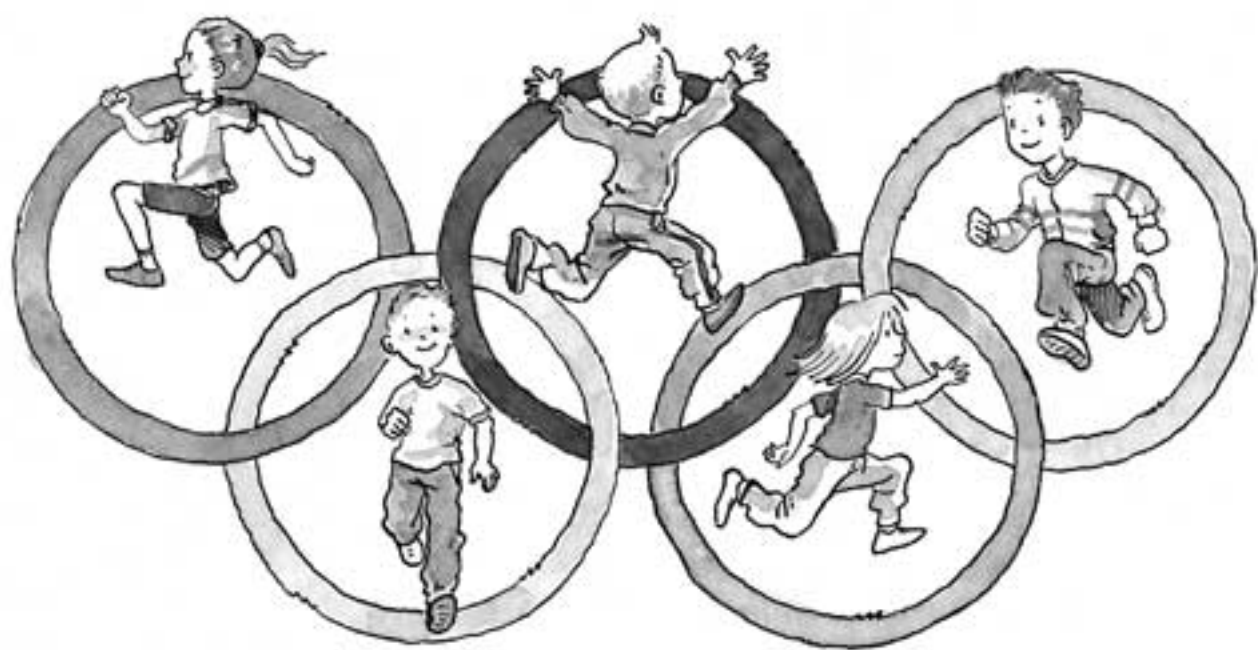
Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Προτεινόμενη δραστηριότητα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Πείτε στους μαθητές να παίξουν όποιο παιχνίδι θέλουν. Ορίστε τον εαυτό σας διαιτητή και δώστε εσκεμμένα αντίθετα σφυρίγματα. Μετά βάλτε τους να γράψουν όλοι από μία αναφορά για τα τυχόν επεισόδια που θα γίνουν. Δώστε τις αναφορές σε μαθητές άλλου τμήματος για να αποδώσουν δικαιοσύνη (Γγ4)</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά σιτλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.)</p>	
<p>Συζητήστε για: ισότητα (φύλου, φυλής, τάξης κ.ά.), το ρόλο της διαφήμισης σε υγιεινές και ανθυγιεινές συνήθειες, την ατομική και κοινωνική ευθύνη (Αγ5)</p>	<p>Συζήτηση με ανοικτές ερωτήσεις προς τους μαθητές</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Προτείνεται οι μαθητές να αναζητήσουν τρόπους εθελοντικής εργασίας και προσφοράς στην κοινότητα του σχολείου ή του Δήμου μέσα από τα προγράμματα που ήδη υπάρχουν.</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ να τροποποιήσουν όσες διαφημίσεις τσιγάρων εντοπίσουν ξεσκεπάζοντας την αλήθεια που κρύβεται πίσω από αυτές, με σατιρικό πνεύμα (Bγ5 (I))</li> <li>■ να κατασκευάσουν μια διαφημιστική αφίσα με όλους τους χώρους όπου μπορούν να αθληθούν στην περιοχή τους (Bγ5 (II))</li> <li>■ τα κορίτσια να οργανώσουν διάλεξη ή έκθεση με θέμα «Ταξίδι στον χρόνο: η θέση της γυναίκας στην κοινωνία και στους Ολυμπιακούς Αγώνες» (Bγ5 (III))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Πρόσκληση για ανοικτή συζήτηση με διαφόρους ειδικούς όπως γιατρούς (επιπτώσεις των αναβολικών στην υγεία ή επιπτώσεις της άσκησης στην υγεία), αθλητικούς παράγοντες (βία στους αθλητικούς χώρους), εκπροσώπους της τοπικής αυτοδιοίκησης (χώροι άθλησης μέσα κι έξω από τα σχολεία της περιοχής)</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Προτρέψτε τους να οργανώσουν μόνοι τους μια ημερίδα στίβου, μοιράζοντας ρόλους και καθήκοντα αθλητών, προπονητών, κριτών και γραμματείας (Γγ5)</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά σιτλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.)</p>	
<p>Αναπτύξτε σε μορφή συζήτησης με τους μαθητές θέματα που έχουν σχέση με την αυτονομία, την αυτοεξυπηρέτηση και την προσπάθεια. Συνδέστε αυτές τις έννοιες με τον αθλητισμό των ατόμων με ειδικές ικανότητες. Ρωτήστε τους μαθητές αν ο αθλητισμός βοηθάει τα άτομα με ειδικές ικανότητες στην</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Να οργανώσουν οι μαθητές έρευνα σχετικά με τα μέτρα που η πολιτεία έχει θεσπίσει για την εξυπηρέτηση των ατόμων με αναπηρίες</li> <li>■ Να επισκεφθούν χώρους άθλησης και να παρακολουθήσουν προπόνηση ή αγώνες ατόμων που συμμετέχουν στους Παραολυμπιακούς Αγώνες.</li> </ul>

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
	εικαστική (1)	Ανάθεση στις ομάδες εργασίας εικαστικών δραστηριοτήτων και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
<p><b>7</b> Μη διαδεδομένα Αθλήματα</p> <p><b>Στόχος:</b> Να ενημερώσει τους μαθητές για τα μη διαδεδομένα αθλήματα των Ολυμπιακών Αγώνων.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των μη διαδεδομένων αθλημάτων
	εικαστική (1)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης
	κινητική (4)	Εξάσκηση σε μη διαδεδομένα αθλήματα

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>ανάπτυξή τους και στην κοινωνική τους επανένταξη. Παράλληλα με τη συζήτηση, σε κάθε ευκαιρία που σας δίνεται, δίνετε πληροφορίες για την ονομασία των Αγώνων, την ιστορία τους, τους αθλητές που παίρνουν μέρος σε αυτούς, τα αγωνίσματα κ.λπ., καθώς και το δικαίωμα στη διαφορά (Αγ6)</p>		
<p>Προτεινόμενη δραστηριότητα: με το σύνθημα της Διεθνούς Παραολυμπιακής Επιτροπής «Ψυχή - Σώμα - Πνεύμα» παροτρύνετε τους μαθητές να οργανώσουν μια εκδήλωση σε συνεργασία με κάποιο ειδικό σχολείο. Αφήστε τους μαθητές να επιλέξουν τις δραστηριότητες που θα περιλαμβάνει η εκδήλωση (αγώνες, παιχνίδια, μουσική, χορό, εκθέσεις, θέατρο κ.λπ.) (Βγ6)</p>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Μετά από μια γενική παρουσίαση και ορισμό των μη διαδεδομένων αθλημάτων (σόφτμπολ, μπίτζμπολ, μπάντμιντον, χόκεϊ επί χόρτου, τρίαθλο, κάνοε-καγιάκ, κωπηλασία, τοξοβολία, μοντέρνο πένταθλο, σκοποβολή, ξιφασκία), επιλέξτε τα αγωνίσματα που θα παρουσιάσετε και ενημερώστε τους μαθητές για τον αριθμό παικτών, τα γήπεδα, τις εγκαταστάσεις και τους βασικούς κανονισμούς (Αγ7)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Καλέστε στο σχολείο συλλόγους της περιοχής σας που ασχολούνται με τα μη διαδεδομένα αθλήματα για να σας τα παρουσιάσουν</li> <li>■ Επισκεφθείτε ομοσπονδίες ή αθλητικούς χώρους προκειμένου να γνωρίσουν καλύτερα οι μαθητές τα μη διαδεδομένα αθλήματα</li> </ul>
<p>Προτεινόμενη δραστηριότητα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ κατασκευή από τους μαθητές γλυπτών με χαρτόνι και φωτογραφίες (Βγ7)</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	
<p>Ανάλογα με το υλικό και τις εγκαταστάσεις που διαθέτει κάθε σχολείο, διδάξτε από 2 έως 4 μη διαδεδομένα αθλήματα</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ μπίτζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (Γγ7 (I), Γγ7 (II), Γγ7 (III))</li> <li>■ αντιπέρση (μπάντμιντον) (Γγ7 (IV))</li> </ul>	<p>Προτιμήστε κάποιο από τα μαθητοκεντρικά στιλ διδασκαλίας (αμοιβαίας διδασκαλίας, καθοδηγούμενης ανακάλυψης κ.ά.).</p>	

Ενότητες	Προσέγγιση	Περιεχόμενα
<p data-bbox="175 474 224 555">8</p> <p data-bbox="290 480 639 612">Οφέλη από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων</p> <p data-bbox="290 625 599 772"><b>Στόχος:</b> Να ενημερώσει τους μαθητές για τα οφέλη που θα αποκομίσει η Ελλάδα από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων.</p>	θεωρητική (1)	Παρουσίαση των ωφελειών που συνεπάγεται για τη χώρα μας η ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004
	εικαστική (2)	Ανάθεση εικαστικών δραστηριοτήτων στις ομάδες εργασίας και οργάνωση υλικού ή παρουσίασης.

Προτεινόμενες δραστηριότητες	Τεχνικές διδασκαλίας & μέσα	Προτεινόμενες δραστηριότητες εκτός ωρολόγιου προγράμματος
<p>Παρουσιάστε στοιχεία και συζητήστε με τους μαθητές κάποια από τα παρακάτω θέματα: «Τα έργα υποδομής των Αγώνων και οι επιπτώσεις τους στη ζωή των πολιτών» «Το οικονομικό μέγεθος των Αγώνων και η αναμενόμενη οικονομική ανάπτυξη της χώρας μας» (Bγ8)</p>	<p>Παρουσίαση στοιχείων (με φωτογραφίες, διαφάνειες, βίντεο) και συζήτηση για τα θέματα που περιλαμβάνονται στην ενότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Οργανώστε επίσκεψη σε νέες, υπό-κατασκευή αθλητικές εγκαταστάσεις, ζητήστε από τους υπευθύνους να σας δείξουν μακέτες ή σχέδια και συζητήστε μαζί τους θέματα, όπως: πόσα άτομα απασχολούν, αν οι αθλητικές εγκαταστάσεις θα αξιοποιηθούν και μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες από τους κατοίκους, αν έχουν ληφθεί τα απαραίτητα μέτρα για την προστασία του περιβάλλοντος κ.ά.</li> </ul>
<p>Προτεινόμενες δραστηριότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Οι μαθητές να ερευνήσουν τη σημασία και την εφαρμογή της σύγχρονης τεχνολογίας στους Ολυμπιακούς Αγώνες: στους χώρους της τηλεοπτικής μετάδοσης, της μέτρησης και της μετάδοσης των αποτελεσμάτων, του ελέγχου των εισιτηρίων, του ντόπινγκ, της συνολικής οργάνωσης του Ολυμπιακού προγράμματος κ.λπ. (Bγ8 (I))</li> <li>■ Οι μαθητές να ερευνήσουν το ενδιαφέρον των εταιρειών παραγωγής ή προώθησης προϊόντων κατάναλωσης όσον αφορά τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Να προτείνουν κατηγορίες προϊόντων που κατά τη γνώμη τους θα μπορούσαν να διαφημίζονται στη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων (Bγ8 (II))</li> </ul>	<p>Ανάθεση των δραστηριοτήτων στους μαθητές (μέθοδος project)</p>	







Δραστηριότητες  
για το Δημοτικό

## Εισαγωγική δραστηριότητα

Αφιερώστε 5-10 λεπτά για να συστηθείτε στα παιδιά και για να τους παρουσιάσετε τους στόχους της Ολυμπιακής παιδείας. Στη συνέχεια, οργανώστε το μάθημα γύρω από τις 2 υποδραστηριότητες που ακολουθούν.

### Υποδραστηριότητα 1 (5-10 λεπτά)

Πείτε τους: «Πολλές από τις δραστηριότητες του προγράμματος θα τις εκτελούμε σε μικρές ή μεγαλύτερες ομάδες. Οι ομάδες που θα δημιουργήσουμε σήμερα θα είναι των 3 (έως 5) ατόμων, κάποιες από τις δραστηριότητες όμως θα ανατίθενται σε 2-3 ομάδες μαζί. Τώρα, θα ήθελα να χωριστείτε μόνοι σας σε τριάδες. Έχετε 3 λεπτά να το κάνετε και να γράψετε τα ονόματά σας σε χαρτί που θα σας μοιράσω. Πάνω πάνω στο χαρτί θα γράψετε ένα όνομα για την ομάδα σας». (Φροντίστε να συμπεριληφθούν όλα τα παιδιά σε ομάδες.)

### Υποδραστηριότητα 2 (10-20 λεπτά)

Πείτε τους: «Για να λειτουργήσουμε πιο αποτελεσματικά και με το μέγιστο όφελος για όλους πρέπει από την αρχή να συμφωνήσουμε όλοι για τον τρόπο με τον οποίο θα διεξάγονται οι δραστηριότητες. Μαζί θα καταλήξουμε σε κάποιες προτάσεις και θα υποσχεθούμε ότι θα τις τηρούμε. Σκοπός μας είναι να έχουμε όλοι το μεγαλύτερο όφελος στο μικρότερο χρόνο.» Αφού καταλήξετε σε κάποιες προτάσεις, αναθέστε σε ορισμένα παιδιά να τις καθαρογράψουν και στο επόμενο μάθημα φωτοτυπήστε και δώστε τους από ένα αντίγραφο, για να υπογράψουν ότι δεσμεύονται να τηρήσουν τις προτάσεις που συναποφάσισαν. Αναθέστε σε μια ομάδα να το κάνει αφίσα και τοιχοκολλήστε το στην αίθουσα. Παρακάτω προτείνονται μερικά σημεία που μπορείτε να τα συζητήσετε με τα παιδιά για να τα συμπεριλάβετε στο πρωτόκολλο που θα συντάξετε:

Να ακούμε ο ένας τον άλλο, να μιλάμε ένας ένας και όχι όλοι μαζί, δεν διακόπτω ποτέ τον άλλο, αφήνω να ολοκληρώσει και μετά ζητάω το λόγο. Έρχομαι στην ώρα μου στο μάθημα. Είμαι συνεπής στις υποχρεώσεις της ομάδας μου. Προσπαθώ όσο περισσότερο μπορώ. Δεν πληγώνω τους άλλους σωματικά ή λεκτικά. Προσέχω τον εαυτό μου. Προσέχω το θρανίο, την τάξη και όλο το σχολείο. Δεν πετάω σκουπίδια, δεν γράφω σε τοίχους/θρανία, δεν λερώνω το χώρο όπου κινούμαι. Δεν θα εκφέρω αρνητικά σχόλια για τους συμμαθητές μου. Τα σχόλια θα έχουν πάντα τη μορφή πρότασης για βελτίωση και ενθάρρυνση. Όλες οι διαφονίες θα λύνονται με συζήτηση. Η συζήτηση θα σταματάει μόνο όταν υπάρξει κοινή συμφωνία για οποιοδήποτε θέμα προκύπτει ανάμεσά μας. Συναντήσεις μεταξύ των μελών της ομάδας ή μεταξύ των ομάδων θα γίνονται και έξω από το σχολείο μετά από κοινή συμφωνία και όλοι θα είναι παρόντες. Δεν ξεχνώ να ζητήσω την έγκριση των γονιών μου πριν δώσω υποσχέσεις. Οι συναντήσεις μπορεί να γίνονται για δραστηριότητες εξωσχολικές που αφορούν όμως το σχολείο, όπως η συλλογή στοιχείων από βιβλιοθήκες για κάποια εργασία κ.ά. Συνεργαζόμαστε και βοηθούμε άλλες ομάδες.

Τα παραπάνω δεν είναι δεσμευτικά. Αφήστε τα παιδιά να προτείνουν και να αποφασίσουν. Προτείνετε κι εσείς ό,τι νομίζετε απαραίτητο, αρκεί να δεχτούν και τα παιδιά να το συμπεριλάβετε στο πρωτόκολλο. Τέλος, πείτε τους να αποφασίσουν τι θα συμβαίνει όταν κάποιος δεν τηρούν τη συμφωνία. Προτρέψτε τους να μη βάλουν ποινές, απλώς οι υπεύθυνοι να ζητούν συγνώμη από τους θιγόμενους και να υπόσχονται ότι αυτό που έγινε δεν θα επαναληφθεί. Το πιθανότερο είναι να μην υπάρξουν παραβάτες, αφού οι ίδιοι τα συναποφάσισαν.

**Δραστηριότητα:** Εισαγωγική δραστηριότητα

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους στόχους του προγράμματος και να τεθεί το πλαίσιο των δραστηριοτήτων.

**Εξοπλισμός:** Χαρτιά και μολύβια

### Περισσότερες πληροφορίες:

Ellias M.J. & Clabby, J.F. (1992). *Building social problem-solving skills*, Jossey - Bass, San Francisco.

Canfield, J. & Siccone, F. (1995). *101 Ways to develop student self esteem and responsibility*, U.S.A. Allyn and Bacon.

### Βοήθεια:

- Τονίστε στα παιδιά ότι αυτή είναι μια συμφωνία που υπέγραψαν και όχι κανόνες που τους επιβάλλονται.
- Σε τυχόν υπαναχωρήσεις κατά τη διάρκεια της χρονιάς θυμίζετε τους ότι οι ίδιοι έκαναν τις προτάσεις και ότι σκοπός αυτής της συμφωνίας είναι να έχουν όλοι το μέγιστο όφελος.
- Ακόμη και αν δεν συμφωνήσουν όλοι σε όλα μπορείτε και πάλι να λειτουργήσετε. Αυτό γίνεται για να εξασφαλιστεί το καλύτερο αποτέλεσμα και το μέγιστο δυνατό όφελος για όλους.
- Η διαδικασία με τις μικρές συντροφίες στην αρχή μπορεί να σας δυσκολέψει και μπορεί να προκύψουν και προβλήματα. Επιμεινέτε και ο χρόνος θα σας δικαιώσει.

## Aa1

**Δραστηριότητα:** Οι Ολυμπιακοί Αγώνες στην αρχαία Ελλάδα.

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες.

**Εξοπλισμός:** Διαφάνειες, βίντεο (αν υπάρχει), φωτογραφίες (εφημερίδες, περιοδικά, έντυπα της ΑΘΗΝΑ 2004), βιβλία, εργασίες μαθητών, slides.

**Λέξεις-κλειδιά:** αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες, Ολυμπία, έπαθλα αρχαίων Αγώνων, εκκεχειρία.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές - Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. Ολυμπιακές ματιές, ΑΘΗΝΑ 2004.
3. Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας, Υπουργείο Αιγαίου
4. Athens 2004 Olympic News, Ο.Ε.Ο.Α. ΑΘΗΝΑ 2004 (Τεύχη 1,2,3 & 4)
5. <http://www.athens.olympic.org>
6. <http://www.ime.gr>

## Οι Ολυμπιακοί Αγώνες στην αρχαία Ελλάδα

Η δραστηριότητα μπορεί να γίνει μέσα στην τάξη, με τη βοήθεια εποπτικού υλικού που θα κάνει πιο ευχάριστη την παρουσίαση. Προσπαθήστε να βρείτε και να παρουσιάσετε με όποιο τρόπο μπορείτε εικόνες από αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες (αθλητές, αθλήματα, χώρους της Ολυμπίας, κ.ά.) χρησιμοποιώντας βιβλία, εγκυκλοπαίδειες ή το διαδίκτυο. Χρησιμοποιήστε βίντεο, φωτογραφίες και ό,τι άλλο έχετε στη διάθεσή σας ή μπορείτε να βρείτε ώστε να κάνετε το μάθημα ελκυστικό.

Οι μαθητές θα πρέπει να μάθουν ότι:

- Πρώτη επίσημη καταγραφή Ολυμπιακών Αγώνων έχουμε από το 776 π.Χ.
- Οι Αγώνες γίνονταν κάθε 4 χρόνια κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού και την ευθύνη της οργάνωσης των Αγώνων είχε η βουλή των Ηλείων.
- Στους Αγώνες συμμετείχαν μόνο Έλληνες και αποκλείονταν όσοι είχαν διαπράξει εγκλήματα.
- Οι κριτές των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων ονομάζονταν ελλανοδίκες.
- Τα αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων ήταν: ο δρόμος, το άλμα, ο δίσκος, το ακόντιο, η πάλη, η πυγμαχία, το παγκράτιο, το πένταθλο και τα αγωνίσματα του ιπποδρόμου.
- Ο χώρος της Ολυμπίας για τους αρχαίους ήταν ιερός.
- Τα σπουδαιότερα κτήρια που υπήρχαν ήταν ο ναός του Ολύμπιου Δία, το Ηραίο, το Φιλιπείο, το Πρυτανείο, το Μητρώο και το Βουλευτήριο, όπου οι αθλητές ορκίζονταν στον Δία ότι θα αγωνιστούν τίμια.
- Τα αγωνίσματα γίνονταν στο Στάδιο και τον Ιππόδρομο, ενώ για την προετοιμασία τους οι αθλητές χρησιμοποιούσαν την Παλαίστρα και το Γυμνάσιο.
- Το έπαθλο των Αγώνων για τους νικητές ήταν ένα στεφάνι από αγριελιά. Οι νικητές δεν έπαιρναν άλλη αμοιβή, αποκτούσαν όμως πολλά προνόμια στις πόλεις καταγωγής τους (προς τιμήν τους συνήθιζαν να γκρεμίζουν κι ένα μέρος από τα τείχη της πόλης).
- Η εκκεχειρία στην αρχαία Ελλάδα ήταν μια περίοδος ειρήνης κατά τη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων. Ήταν σεβαστή και ιερή για όλους τους Έλληνες.

Αφιερώστε το τελευταίο δεκάλεπτο της δραστηριότητας για συζήτηση με τα παιδιά πάνω σε θέματα όπως: η σημασία των Ολυμπιακών Αγώνων για τους αρχαίους Έλληνες, το νόημα της εκκεχειρίας, σύγκριση αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων και Ολυμπιάδας 2004.





## Κατασκευή αθλητικών οργάνων

Αφιερώνουμε 5-8 λεπτά του χρόνου που διαθέτουμε για να δείξουμε στα παιδιά φωτογραφίες από αγγεία που παρουσιάζουν αρχαία Ολυμπιακά αθλήματα. Κάνουμε μια σύντομη περιγραφή των οργάνων που χρησιμοποιούσαν οι αθλητές. Αφήνουμε τα παιδιά να επιλέξουν το όργανο που θέλουν να κατασκευάσουν και να επιλέξουν το υλικό που θα χρησιμοποιήσουν.

Για την κατασκευή ακοντίων ο ευκολότερος τρόπος είναι να κατευθύνουμε τα παιδιά στη χρήση ξύλων (π.χ. κοντάρια από σκούπα) ή εύκαμπτων λεπτών πλαστικών σωλήνων, τους οποίους θα γεμίσουν με γύψο ή άλλο υλικό και θα επενδύσουν με χαρτιά ή θα βάψουν με ρευστά χρώματα.

Πηλό, γύψο και σκληρά χαρτόνια μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι μαθητές για την κατασκευή των αλτήρων και των δίσκων.

Ενημερώνουμε τους μαθητές για το μέγεθος τόσο των δίσκων (ποικιλία σε διάμετρο και βάρος), που χρησιμοποιούσαν οι αρχαίοι αθλητές, όσο και για τα διαφορετικά σχήματα αλτήρων (ελλειψοειδείς, σφαιροειδείς κ.ά.).

Τα ολοκληρωμένα έργα πρέπει να στεγνώσουν αργά και, αφού βαφτούν, να περαστούν ένα χέρι βερνίκι επίπλων, ώστε τα χρώματα να διατηρήσουν τη λάμψη τους.

Τα όργανα που θα κατασκευαστούν μπορούν να χρησιμοποιηθούν την ώρα των κινητικών δραστηριοτήτων της αντίστοιχης ενότητας ή και να εκτεθούν κατά τη διάρκεια σχολικής εκδήλωσης με θέμα τους Ολυμπιακούς Αγώνες.

### Bal(l)

**Δραστηριότητα:** Κατασκευή αθλητικών οργάνων

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τα όργανα που χρησιμοποιούσαν οι αθλητές της αρχαιότητας μέσα από την αισθητική αγωγή

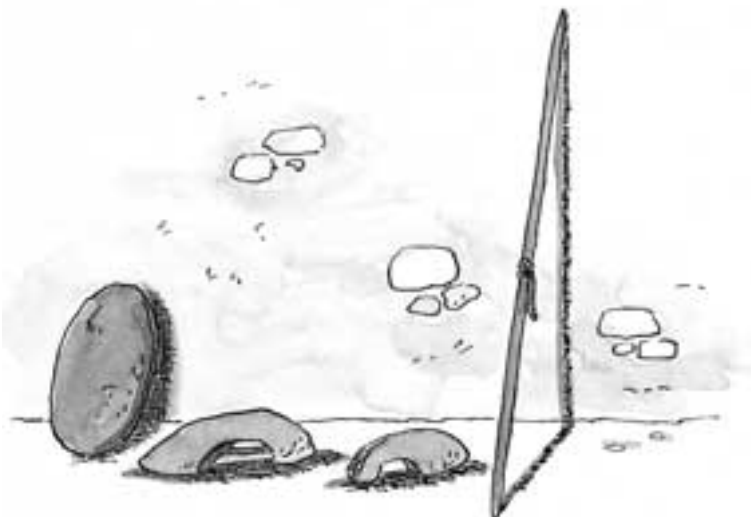
**Εξοπλισμός:** Πηλός, πλαστελίνη, γύψος, σκληρά χαρτόνια, ζυμάρι κ.ά.

**Λέξεις-κλειδιά:**

Ακόντιο, δίσκος, αλτήρες.

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας, Υπουργείο Αιγαίου
3. <http://www.athens.olympic.org>



## Ba1(II)

**Δραστηριότητα:** Αρχαία Ολυμπία, Μουσείο Ολυμπίας

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τον αρχαιολογικό χώρο της Ολυμπίας και τα αρχαιολογικά ευρήματα που εκτίθενται στο μουσείο της.

**Εξοπλισμός:** Μεγάλα χαρτόνια, τουριστικοί οδηγοί της Ολυμπίας, φωτογραφικό υλικό.

**Λέξεις-κλειδιά:** Αρχαία Ολυμπία

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.ime.gr>
2. <http://www.culture.gr>
3. <http://www.olympia.gr>

## Αρχαία Ολυμπία, Μουσείο Ολυμπίας

Η συγκεκριμένη δραστηριότητα έχει στόχο την ενημέρωση των μαθητών για την αρχαία Ολυμπία, μέσα από τη δημιουργία ταμπλό-πινάκων για τα μνημεία της περιοχής.

Για την υλοποίηση της δραστηριότητας πρέπει εκ των προτέρων να έχουμε φροντίσει για τη συλλογή συγκεκριμένου υλικού που θα καλύψει τις ανάγκες μας. Για το λόγο αυτόν, ζητάμε από τα παιδιά να έχουν μαζί τους όποιο φωτογραφικό (κυρίως) υλικό μπορούν να βρουν σχετικά με την αρχαία Ολυμπία και τα εκθέματα του μουσείου της.

Αφού κάνουμε μια μικρή περιγραφή-εισαγωγή για τα μνημεία της αρχαίας Ολυμπίας, χωρίζουμε τους μαθητές σε ομάδες και τους αναθέτουμε:

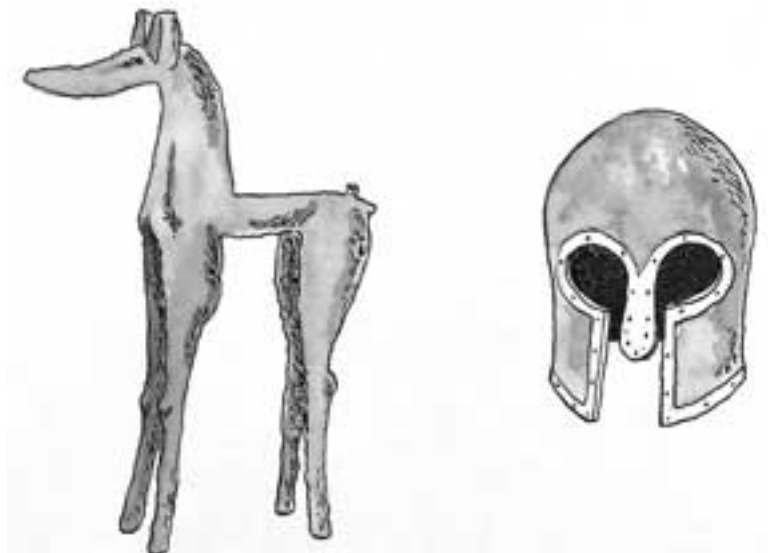
1η ομάδα: την αξιολόγηση και το διαχωρισμό του φωτογραφικού υλικού, σε υλικό που αφορά τον αρχαιολογικό χώρο και σε υλικό που αφορά τα εκθέματα του μουσείου

2η ομάδα: τις φωτοτυπίες, την τακτοποίηση και το κόψιμο του φωτογραφικού υλικού

3η ομάδα: την επικόλληση του φωτογραφικού υλικού που αφορά στον αρχαιολογικό χώρο της Ολυμπίας σε μεγάλα χαρτόνια και τη δημιουργία του αντίστοιχου ταμπλό

4η ομάδα: την επικόλληση του φωτογραφικού υλικού που αφορά στα σημαντικότερα εκθέματα του μουσείου της Ολυμπίας σε μεγάλα χαρτόνια και τη δημιουργία του αντίστοιχου ταμπλό.

Τα ταμπλό που θα δημιουργηθούν μπορούν να αναρτηθούν στην τάξη ή και στον πίνακα ανακοινώσεων του σχολείου, και μέσα από αναφορές και σχόλια να αποτελέσουν πλούσιο ενημερωτικό υλικό για ολόκληρη τη σχολική μονάδα.



## Αγωνίσματα αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων

Τέσσερα τουλάχιστον από τα αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων είναι πολύ εύκολο να εκτελεστούν από τους μαθητές: άλμα, δίσκος, ακόντιο, δρόμος.

Αφού γίνει (εν συντομία) περιγραφή των αγωνισμάτων από τον εκπαιδευτικό, προτείνεται να ακολουθήσει κυκλική εκτέλεση των αγωνισμάτων από τους μαθητές. Κατά την εκτέλεση των αγωνισμάτων, οι μαθητές χρησιμοποιούν τα όργανα που έχουν ήδη κατασκευάσει σε άλλο μάθημα της ίδιας ενότητας [Bal(l)].

Στο τέλος της δραστηριότητας, οι μαθητές συζητούν για τις ομοιότητες και τις διαφορές των αρχαίων αγωνισμάτων που εκτέλεσαν, με τα αντίστοιχα σύγχρονα. Στη συνέχεια, αν υπάρχει χρόνος, παίζουν το παιχνίδι των αρματοδρομιών.

Οι μαθητές σχηματίζουν ομάδες των έξι παιδιών. Πέντε μαθητές σχηματίζουν το «άρμα» και ο έκτος αναλαμβάνει το ρόλο του «αρματηλάτη» που ανεβαίνει επάνω στο άρμα βοηθούμενος από τα χέρια των δύο παιδιών που βρίσκονται στα άκρα του «αρματος». Από ορισμένο σημείο εκκίνησης τα παιδιά-άρματα συναγωνίζονται ποιο θα νικήσει, σε απόσταση 25-30 μέτρων.



### Gal(l)

**Δραστηριότητα:** Αγωνίσματα αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων

**Στόχος:** Η απόκτηση γνώσεων για τα αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων. Οι μαθητές με τη συμμετοχή σε κινητικές δραστηριότητες αποκτούν γνώσεις για τα αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων και τα συγκρίνουν με τα σύγχρονα.

**Εξοπλισμός:** Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν τις κατασκευές (ακόντια, δίσκους, αλτήρες) που θα έχουν φτιάξει οι ίδιοι κατά τη διάρκεια της εικαστικής δραστηριότητας στην ίδια ενότητα.

**Λέξεις-κλειδιά:** Δίσκος, ακόντιο, άλμα, δρόμοι, αρματοδρομίες.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. *Ολυμπικό 2004 τετράδιο (10-12ετών)*, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Μουρατίδη Ι. (1998), *Οι Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες (για παιδιά)*, Εκδόσεις Πλάτων, Θεσσαλονίκη
3. *Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας*, Υπουργείο Αιγαίου
4. <http://www.athens.olympic.org>
5. <http://www.ime.gr>

#### Βοήθεια:

Στις αρματοδρομίες να συστήσετε στα παιδιά να προτιμήσουν για αρματηλάτη τον ελαφρύτερο μαθητή της ομάδας και να είναι προσεκτικά κατά την εκτέλεση της διαδρομής, ώστε να αποφευχθούν τυχόν ατυχήματα.

## Γαί(II)

**Δραστηριότητα:** Ιστορία, έπαθλα Αγώνων

**Σκοπός:** Να γνωρίσουν οι μαθητές τους Πανελλήνιους Αγώνες στην αρχαία Ελλάδα, τα αρχαία αγωνίσματα, καθώς και στοιχεία των αγώνων –όπως έπαθλα, ποινές, αθλητές– με τη συμμετοχή τους σε παιχνίδια και κινητικές δραστηριότητες.

**Εξοπλισμός:** Χαρτόνια ή χαρτιά Α4 πάνω στα οποία ο εκπαιδευτικός θα έχει σημειώσει λέξεις-κλειδιά, όπως άλμα, δίσκος, Ίσθμια, Ολυμπία, Άλις, κότινος, στεφάνι πεύκου κ.ά., ισάριθμα με τους μαθητές. Τέσσερα στεφάνια ρυθμικής γυμναστικής διαφορετικού χρώματος.

**Λέξεις-κλειδιά:** Πανελλήνιοι Αγώνες στην αρχαία Ελλάδα, αρχαία αγωνίσματα.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Μουρατίδη Ι. (1998), *Οι Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες (για παιδιά)*, Εκδόσεις Πλάτων, Θεσσαλονίκη.
2. Μουρατίδη Ι. (1998), *Ιστορία Φυσικής Αγωγής*, Εκδόσεις Χριστοδουλίδη, Θεσσαλονίκη
3. *Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας*, Υπουργείο Αιγαίου
4. <http://www.athens.olympic.org>
5. <http://www.ime.gr>

**Βοήθεια:**

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος και σε σχέση με τις δραστηριότητες, μπορείτε να κάνετε διάφορες επισημάνσεις που θα βοηθήσουν τους μαθητές να πάρουν επιπλέον πληροφορίες για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες· π.χ.:

- α) μην περιοριστείτε μόνο σε ατομικά αγωνίσματα, συμπεριλάβετε και αγωνίσματα όπως οι αρματοδρομίες
- β) μπορείτε να ενισχύσετε τη σκυταλοδρομία και με καρτέλες σύγχρονων αγωνισμάτων και να ορίσετε ότι όσα από αυτά γίνονταν και στην αρχαιότητα θα τοποθετούνται μέσα στο αντίστοιχο στεφάνι μαζί με τα αρχαία αγωνίσματα. Όσα ανήκουν αποκλειστικά στη σύγχρονη εποχή θα τοποθετούνται απ' έξω.

## Ιστορία, έπαθλα Αγώνων

Ζητάμε από τους μαθητές να σκορπίσουν ελεύθερα στο χώρο μετά το άκουσμα του πρώτου παραγγέλματος (σφύριγμα, παλαμάκι) και την αναγγελία από τον εκπαιδευτικό ενός αρχαίου αγωνίσματος. Με το δεύτερο παράγγελμα που θα ακούσουν, σε όποιο σημείο του χώρου και αν βρίσκονται, πρέπει να πάρουν μια στάση αγάλματος σχετική με το αγώνισμα που ανήγγειλε ο εκπαιδευτικός (για κάποια αγωνίσματα, τα αγάλματα μπορούν να αποδοθούν και από συνδυασμούς μαθητών). Η δραστηριότητα επαναλαμβάνεται 8-10 φορές και κάθε φορά ο εκπαιδευτικός επιλέγει τα τρία καλύτερα αγάλματα (ή συνδυασμούς αγαλμάτων), που κερδίζουν από 1 βαθμό. Στο τέλος της δραστηριότητας, από το σύνολο των βαθμών που έχει κερδίσει κάθε άγαλμα ανακηρύσσεται και ο νικητής.

Στη συνέχεια και για το υπόλοιπο της ώρας οι μαθητές συμμετέχουν στην ακόλουθη σκυταλοδρομία:

Το σύνολο των μαθητών της τάξης χωρίζεται σε 2 ομάδες (Α, Β) και τα μέλη κάθε ομάδας μπαίνουν στη σειρά, ο ένας πίσω από τον άλλο. Τοποθετούμε χαρτόνια με γραμμένα πάνω τους ιστορικά στοιχεία σε απόσταση 20-25 μ. περίπου από τους μαθητές. Μπροστά από κάθε ομάδα παιδιών και κοντά στο σημείο που ορίζουμε ως αφετηρία, τοποθετούμε δύο στεφάνια διαφορετικού χρώματος και ορίζουμε το ένα να αντιστοιχεί σε καρτέλες με αγωνίσματα, έπαθλα, ποινές, και το άλλο σε πρόσωπα, τόπους και μνημεία των Αγώνων. Μετά το παράγγελμα έναρξης της σκυταλοδρομίας, πρέπει κάθε μαθητής με τη σειρά του, αφού τρέξει γρήγορα και επιλέξει καρτέλα, να τοποθετήσει επιστρέφοντας την καρτέλα, ανάλογα με το τι γράφει, στο αντίστοιχο στεφάνι. Μετά την κάλυψη της καθορισμένης διαδρομής από τους μαθητές και των δύο ομάδων, γίνεται έλεγχος στις καρτέλες που έχουν τοποθετηθεί στα στεφάνια και, για κάθε σωστή τοποθέτηση, κερδίζει 1 βαθμός, ενώ για κάθε λάθος τοποθέτηση αφαιρείται 1 βαθμός.

Νικήτρια ανακηρύσσεται η ομάδα που θα συγκεντρώσει τους περισσότερους βαθμούς. Επαναλαμβάνουμε το παιχνίδι 2-3 φορές.





## Αγωνίσματα αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων

Χωρίστε τους μαθητές σε δύο ομάδες (Α, Β) και δώστε σε κάθε μαθητή από ένα νούμερο (1,2,3,4, κ.λπ.). Οι ομάδες τοποθετούνται σε δύο γραμμές, η μία απέναντι από την άλλη και σε απόσταση 10 περίπου μέτρων. Ανάμεσά τους τοποθετήστε τα υλικά που έχουν κατασκευάσει οι μαθητές [ακόντια, δίσκους, αλτήρες - Βα1(1)]. Με το άκουσμα του παραγγέλματος (που περιλαμβάνει το αγώνισμα και έναν αριθμό), οι μαθητές που έχουν τον αντίστοιχο αριθμό τρέχουν, επιλέγουν όργανο (αν τους χρειάζεται) και αναπαριστούν το αγώνισμα. Ο μαθητής που θα φτάσει πρώτος να επιλέξει όργανο και θα αναπαραστήσει σωστά το αντίστοιχο αγώνισμα, κερδίζει 1 βαθμό για την ομάδα του. Ο μαθητής που θα φτάσει πρώτος και θα κάνει λάθος στην επιλογή οργάνου ή στην αναπαράσταση χάνει έναν βαθμό.

Στη συνέχεια, τοποθετείτε και τα υπόλοιπα όργανα (μπάλες, κορίνες κ.λπ.) ανάμεσα στα παιδιά και ξαναρχίζει η ίδια διαδικασία. Η διαφορά είναι ότι, τώρα, τα παραγγέλματα αφορούν τόσο σε αρχαία όσο και σε σύγχρονα αγωνίσματα και ότι ο μαθητής που θα επιλέξει πρώτος το σωστό όργανο για να αναπαραστήσει το αγώνισμα του παραγγέλματος και να κερδίσει βαθμό θα πρέπει να αναφέρει μία ομοιότητα ή μία διαφορά ανάμεσα στην αρχαία και τη σύγχρονη εκδοχή του αγωνίσματος που αναπαριστά.

Νικήτρια ανακηρύσσεται η ομάδα που θα συγκεντρώσει τους περισσότερους βαθμούς.

### Γα1(III)

**Δραστηριότητα:** Αγωνίσματα αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων

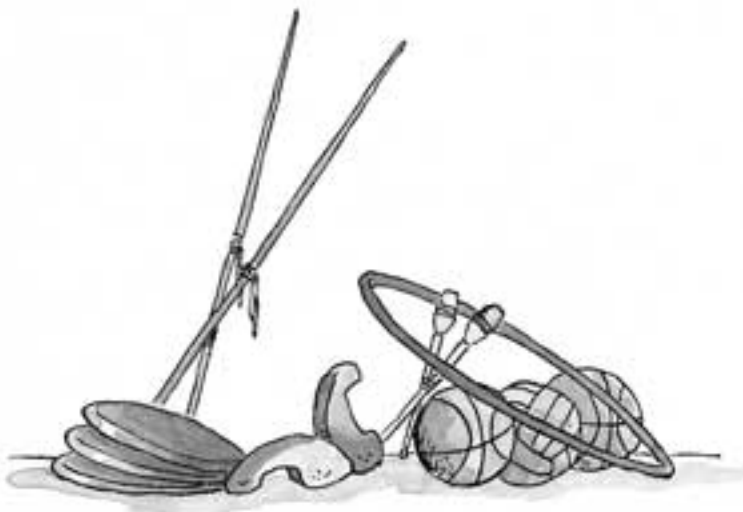
**Σκοπός:** Να μάθουν οι μαθητές τα αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων με το παιχνίδι και να είναι σε θέση να διακρίνουν διαφορές και ομοιότητες με τα σύγχρονα Ολυμπιακά αγωνίσματα.

**Εξοπλισμός:** Καλό είναι οι μαθητές στο πρώτο μέρος του παιχνιδιού, για λόγους ασφαλείας, να χρησιμοποιήσουν κατασκευές (ακόντια, δίσκους, αλτήρες), που θα έχουν φτιάξει οι ίδιοι σε άλλη δραστηριότητα της ενότητας. Ακόμη, μπάλες μπασκετ, βόλβι, ποδοσφαίρου, χάντμπολ, σκοινάκια, κορίνες κ.λπ., για το δεύτερο μέρος.

**Λέξεις-κλειδιά:** Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες, σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
3. Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας, Υπουργείο Αιγαίου
4. <http://www.athens.olympic.org>
5. <http://www.ime.gr>



## Αα2

**Δραστηριότητα:** Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερώσει τους μαθητές για τους Ολυμπιακούς Αγώνες, για τα αθλήματα των σύγχρονων Ο.Α., και να τους δώσει πληροφορίες, όπως: διοργανώτριες πόλεις, μασκότ, μετάλλια, δάδες κ.ά.

**Εξοπλισμός:** Χαρτιά, μολύβια.

**Λέξεις-κλειδιά:** Σύγχρονα Ολυμπιακά αθλήματα, χώρες, μετάλλια, μασκότ, δάδες, γραμματόσημα.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

<http://www.athens2004.gr>

<http://www.sport.gov.gr>

**Βοήθεια:**

- Αποφύγετε να δώσετε πολλά ονόματα, ημερομηνίες κ.ά. Εστιάστε σε 3-4 στοιχεία και αναφέρετε τα κατά τη γνώμη σας σημαντικότερα.
- Προσπαθήστε να χρησιμοποιήσετε φωτογραφίες ή βιβλία. Αποφύγετε το μονόλογο και την απλή παράθεση πληθώρας πληροφοριών.

## Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

Κάντε μια εισαγωγική ενημέρωση δείχνοντας ταυτόχρονα φωτογραφίες ή βίντεο από τα εξής στοιχεία: χώρες που διοργάνωσαν Ο.Α., μετάλλια, μασκότ, δάδες, γραμματόσημα.

Επιλέξτε από πριν σε ποιες Ολυμπιάδες θα επικεντρωθείτε. Πιο πρόσφοροι είναι οι πρώτοι Ολυμπιακοί Αγώνες του 1896 στην Αθήνα και οι 2-3 τελευταίοι Ολυμπιακοί Αγώνες – ανάλογα με το χρόνο και τα υλικά/στοιχεία που διαθέτετε.

Στη συνέχεια, μπορείτε να κάνετε την ακόλουθη δραστηριότητα:

Παρουσιάστε 5-15 αθλήματα των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων με δική σας επιλογή από το βιβλίο *Τα Ολυμπιακά αθλήματα*. Πείτε στα παιδιά να προσέχουν, γιατί αμέσως μετά θα συμπληρώσουν ένα κουίζ. Βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά κατανόησαν (σε γενικές γραμμές) τα αθλήματα, αποφεύγοντας να χρησιμοποιήσετε τις λέξεις-χαρακτηρισμούς που περιέχει το κουίζ.

Μετά, πείτε στα παιδιά να σχεδιάσουν σε ένα φύλλο χαρτί έναν πίνακα με 7 στήλες (ή μοιράστε τον σε φωτοτυπίες). Στην πρώτη στήλη, γράψτε τα αθλήματα των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων που παρουσιάσατε και στις υπόλοιπες βάλτε ως επικεφαλίδες χαρακτηρισμούς των αθλημάτων, π.χ. ομαδικό-ατομικό, χειμερινό-θερινό, στεριάς-θάλασσας κ.ά. Για κάθε άθλημα να τσεκάρουν τον/τους χαρακτηρισμό/ούς που ταιριάζει/ουν στο άθλημα. Αμέσως μετά, δώστε στους μαθητές τις σωστές απαντήσεις και ζητήστε τους να διορθώσουν οι ίδιοι τυχόν λάθη τους.

Τη δραστηριότητα αυτή μπορείτε να την τροποποιήσετε, αντικαθιστώντας τα αθλήματα με χρονολογίες Ολυμπιακών Αγώνων και χώρες όπου διεξήχθησαν, ή με Ολυμπιονίκες και άθλημα που κέρδισαν.



## Ένα καλύτερο μέλλον

Αφιερώνουμε τα πρώτα 10 λεπτά για να ενημερώσουμε τα παιδιά σχετικά με τον τόπο όπου εξελίσσεται η ιστορία μας, να τους δώσουμε περισσότερες πληροφορίες για τα Ολυμπιακά έργα που θα γίνουν στην περιοχή και να κουβεντιάσουμε μαζί τους για την περιβαλλοντική πολιτική που ακολουθείται εν όψει των Αγώνων του 2004 ως προς την προστασία του βιότοπου και των αρχαιολογικών θησαυρών της περιοχής. Στη συνέχεια, μοιράζουμε στους μαθητές φωτοτυπίες με το κείμενο της ιστορίας μας και, αφού το διαβάσουν, κουβεντιάζουμε μαζί τους τα παρακάτω θέματα:

- Ποια ζώα ζουν στο δάσος της Κουκουναριάς;
- Ποια είναι η μεγάλη απειλή που θέτει σε κίνδυνο τη ζωή τους;
- Για ποιες εκπλήξεις μιλάει το ξωτικό Ολυμπόνικος;

Μπορούμε επίσης να αναθέσουμε στα παιδιά να παίξουν ένα παιχνίδι ρόλων, δίνοντας έμφαση στην αυτενέργεια, τη συμμετοχή, το διάλογο, τη δημιουργική έκφραση, την ανάπτυξη της κριτικής ικανότητας.

Η ιστορία μπορεί να αξιοποιηθεί όχι μόνο μέσα από το θεατρικό παιχνίδι (με ενίσχυση των διαλόγων και ανάπτυξη του επιλόγου της από τα παιδιά), αλλά και με άλλες εικαστικές δραστηριότητες, όπως:

- οι μαθητές να ζωγραφίσουν τα ζώα της ιστορίας όπως εκείνοι τα φαντάζονται
- να αποδώσουν τα ζώα της ιστορίας με πηλό ή ζυμάρι.

### Ba2(I)

**Δραστηριότητα:** Ένα καλύτερο μέλλον  
*Ολυμπιακό 2004άδιο (10-12 ετών),*  
ΑΘΗΝΑ 2004

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για το Εθνικό πάρκο στον Σχινιά

**Εξοπλισμός:** Ανάλογος των επιλογών των μαθητών (χαρτόνια, πολύχρωμα υφάσματα κ.ά.)

**Λέξεις-κλειδιά:** Μακαρία πηγή, λίμνη Στόμι, χερσόνησος Κυνοσούρας, δάσος Κουκουναριάς.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. *Ολυμπιακό 2004άδιο (10-12 ετών),*  
ΑΘΗΝΑ 2004
2. *Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-Προσεγγίσεις,*  
ΑΘΗΝΑ 2004
3. <http://www.athens.olympic.org>



## Ba2(II)

**Δραστηριότητα:** Εικαστικές δημιουργίες Ολυμπιακού-αθλητικού περιεχομένου

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες

**Εξοπλισμός:** Ανάλογος με τις επιλογές των μαθητών

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. Προτάσεις-προοπτικές (για το Δημοτικό), ΑΘΗΝΑ 2004

## Εικαστικές δημιουργίες Ολυμπιακού-αθλητικού περιεχομένου

Αφιερώνουμε 5-8 λεπτά για να συζητήσουμε και να καταλήξουμε σε μια σειρά εικαστικών προτάσεων, με σκοπό τη δημιουργία προσωπικών αναμνηστικών, την παρουσίασή τους στους υπόλοιπους μαθητές ή την έκθεσή τους σε κάποια σχολική εκδήλωση. Αφήνουμε τους μαθητές να προτείνουν κάποιες δραστηριότητες και, παράλληλα, τους προτείνουμε κι εμείς μερικές, όπως:

- Χαρτοκατασκευές με αθλητές των εξής αθλημάτων και αγωνισμάτων: (ακοντισμός, άρση βαρών, καλαθοσφαίριση, ενόργανη γυμναστική, ιππασία, ποδόσφαιρο, κολύμβηση, σκι, τένις, στίβος, πάλη)
- Χαρτοκατασκευή κότινου
- Χαρτοκατασκευή κινούμενου αθλητή/τριας
- Χαρτοκατασκευή αναμνηστικού διπλώματος
- Αποτύπωση εικόνας σε διαφάνεια
- Κολάζ

Αφήνουμε τα παιδιά να επιλέξουν μόνα τους τη χαρτοκατασκευή με την οποία θα ασχοληθούν και τους ζητάμε, αφού την ολοκληρώσουν, να μας την παρουσιάσουν, δίνοντας ταυτόχρονα σύντομες πληροφορίες σχετικά με την επιλογή τους.

Το σύνολο των κατασκευών των μαθητών προτείνεται να αποτελέσει μια μικρή συλλογή κατασκευών που θα εκτεθεί σε κάποιο σημείο της τάξης.



## Κατασκευή επιτραπέζιου Ολυμπιακού παιχνιδιού

Χωρίζουμε τους μαθητές της τάξης σε ομάδες και τους αναθέτουμε εργασίες με σκοπό την κατασκευή-δημιουργία ενός Ολυμπιακού παιχνιδιού. Μετά από συζήτηση, οι μαθητές αναπτύσσουν το σενάριο της αρεσκείας τους και, σε περίπτωση που αποφασίσουν να φτιάξουν επιτραπέζιο παιχνίδι, ακολουθούν τις οδηγίες σας για να συντονιστούν καλύτερα.

Ζητήστε από τα παιδιά της 1ης ομάδας να γράψουν ερωταποκρίσεις ή να χρησιμοποιήσουν αυτές που υπάρχουν στο εκπαιδευτικό υλικό της ΑΘΗΝΑ 2004, και να τις τοποθετήσουν πάνω σε κάρτες.

Τα παιδιά της 2ης ομάδας μπορούν να αναλάβουν να κόψουν και να διακοσμήσουν με ζωγραφιές, φωτογραφίες, γελοιογραφίες κ.ά. τις κάρτες πάνω στις οποίες η 1η ομάδα θα γράψει τις ερωτήσεις.

Η 3η ομάδα μπορεί να αναλάβει τη δημιουργία της βάσης του παιχνιδιού, χρησιμοποιώντας ένα χοντρό χαρτόνι.

Στη συνέχεια, θα μπορούν όλοι μαζί να παίξουν το καινούργιο αυτό παιχνίδι.

Τα παιδιά μπορούν να ασχοληθούν και με τη δημιουργία ερωτήσεων και, στη συνέχεια, να αναπτύξουν το παιχνίδι ως τηλεπαιχνίδι ερωταποκρίσεων. Ένας μαθητής αναλαμβάνει το ρόλο του παρουσιαστή-συντονιστή, κάποιος άλλος μαθητής θα είναι ο παίκτης των ομάδων που συμμετέχουν και οι υπόλοιποι θα αναλάβουν το ρόλο του κοινού. Και σε αυτή την περίπτωση, τα παιδιά φτιάχνουν μόνα τους το σενάριο του τηλεπαιχνιδιού και ορίζουν τους κανόνες.



### Bα2(III)

**Δραστηριότητα:** Κατασκευή επιτραπέζιου Ολυμπιακού παιχνιδιού

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές την ιστορία των Αγώνων μέσα από δραστηριότητες με τη μορφή παιχνιδιού.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

Προτάσεις-προοπτικές (για το Δημοτικό),  
ΑΘΗΝΑ 2004

## Γα2(1)

**Δραστηριότητα:** Οργάνωση αγώνων - έπαθλα, επιβραβεύσεις

**Στόχος:** Η συμμετοχή των μαθητών στην κινητική δραστηριότητα και στην οργάνωση μικρών αγώνων στην τάξη τους. Οι μαθητές θα πρέπει να μάθουν να συνεργάζονται, να συμμετέχουν, να αποκτούν οργανωτικές ικανότητες.

**Εξοπλισμός:** Ανάλογα με τις δραστηριότητες που θα επιλέξουν οι μαθητές

**Λέξεις-κλειδιά:** Συμμετοχή, έπαθλα, Ολυμπιακά αγωνίσματα.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Προτάσεις-προοπτικές (για Γυμνάσιο, Λύκειο), ΑΘΗΝΑ 2004.

**Βοήθεια:**

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, ο εκπαιδευτικός πρέπει να δώσει ιδιαίτερη βαρύτητα στο ότι αυτό που έχει σημασία είναι η συμμετοχή.

## Οργάνωση αγώνων - έπαθλα, επιβραβεύσεις

Οι μαθητές παίρνουν μέρος σε ένα ατομικό αγώνισμα (δρόμο ταχύτητας ή ρίψη με το μπαλάκι) ανά τριάδες. Όλοι νικούν και όλοι κερδίζουν τα αντίστοιχα μετάλλια. Τα μετάλλια μπορεί να έχουν κατασκευαστεί στην τάξη και να τα απονείμει ο εκπαιδευτικός ή και τα ίδια τα παιδιά. Μπορούμε επίσης να αναθέσουμε διαφορετικά αγωνίσματα, ανάλογα με τις εγκαταστάσεις μας, και να βραβεύσουμε τα παιδιά σε αγωνίσματα της επιλογής τους.

Την ώρα που μια τριάδα μαθητών αγωνίζεται, οι άλλες τριάδες έχουν καθορισμένους ρόλους ανάλογα με το αγώνισμα (π.χ. κάποιες τριάδες κάνουν προθέρμανση, κάποιες είναι κριτές, άλλες κάνουν τις απονομές, κ.λπ.). Κάθε τριάδα περνάει κυκλικά από ρόλο σε ρόλο.

Με ανάλογο τρόπο οι μαθητές μπορεί να χωριστούν σε μεγαλύτερες ομάδες και να οργανώσουν ένα μικρό τουρνουά σε κάποιο ομαδικό άθλημα της επιλογής τους (μίνι-βόλεϊ, μίνι-μπάσκετ, μίνι-ποδόσφαιρο). Στην περίπτωση αυτή, φροντίζουμε να συμμετέχουν όλοι ανεξαιρέτως οι μαθητές· την τήρηση των κανονισμών την αναθέτουμε επίσης σε μαθητές.





## Ολυμπιοδρομίες - Ολυμπιακοί κύκλοι

Οργανώνουμε αναπαράσταση της μεταφοράς της φλόγας, ορίζοντας μια διαδρομή με 28 σταθμούς –όσες και οι Ολυμπιάδες– από το ΑΘΗΝΑ 1896 έως το ΑΘΗΝΑ 2004. Έτσι, παράλληλα με τη συμβολική λαμπαδηδρομία (μεταφορά της σκυτάλης από πόλη-σταθμό σε πόλη-σταθμό) οι μαθητές μπορούν να μαθαίνουν, παίζοντας, τις πόλεις (και τις αντίστοιχες χώρες) που έχουν διοργανώσει Ολυμπιακούς Αγώνες.

Οι μαθητές της τάξης χωρίζονται σε δύο ομάδες και συναγωνίζονται μεταξύ τους προκειμένου να φτάσουν στο τέρμα της προκαθορισμένης διαδρομής με τους 28 σταθμούς. Η διαδρομή της σκυταλοδρομίας μπορεί να γίνει πιο δύσκολη, αν σε κάθε σταθμό ο μαθητής αναφέρει και τη χώρα της διοργανώτριας πόλης ή κάποια άλλη πληροφορία. Η σκυταλοδρομία πραγματοποιείται ως εξής: αφού οι μαθητές των 2 ομάδων τοποθετηθούν ο ένας πίσω από τον άλλο στο σημείο εκκίνησης, με το παράγγελμα ο πρώτος κάθε ομάδας ξεκινά και μεταφέρει τη σκυτάλη του μέχρι τον πρώτο σταθμό, δηλαδή την ΑΘΗΝΑ 1896, αφήνει τη σκυτάλη και επιστρέφει στην ομάδα του, για να ξεκινήσει αμέσως ο δεύτερος ο οποίος πρέπει να φθάσει στον πρώτο σταθμό, να πάρει τη σκυτάλη και να τη μεταφέρει μέχρι το δεύτερο σταθμό, δηλαδή το ΠΑΡΙΣΙ 1900 και να επιστρέψει πίσω για να ξεκινήσει ο τρίτος στη σειρά μαθητής κ.ο.κ.

Νικήτρια είναι η ομάδα που πρώτη θα ολοκληρώσει τη διαδρομή των 28 Ολυμπιάδων. Σε περίπτωση που ορίσουμε πρόσθετες δυσκολίες, ο μαθητής που δεν γνωρίζει π.χ. ποια είναι η χώρα της ΒΑΡΚΕΛΩΝΗΣ 1992, επιστρέφει τη σκυτάλη στον προηγούμενο σταθμό, δηλαδή τη ΣΕΟΥΛ 1988.

Στο τέλος της δραστηριότητας, εξηγούμε στους μαθητές τι συμβολίζουν οι πέντε κύκλοι της σημαίας των Ολυμπιακών Αγώνων. Τα χρώματα παραπέμπουν σε όλες τις σημαίες του κόσμου και η ένωσή τους στην ένωση των πέντε ηπείρων. Στη συνέχεια, οι μαθητές χωρίζονται σε πέντε ομάδες και σκορπίζουν σε χώρο όπου υπάρχουν σχεδιασμένοι (στην αυλή ή στο πάτωμα του γυμναστηρίου), με χρωματιστές κιμωλίες, οι πέντε Ολυμπιακοί κύκλοι. Κάθε ομάδα έχει το δικό της χρώμα και με το σύνθημα του εκπαιδευτικού τρέχει για να σχηματίσει πρώτη τον κύκλο της. Οι ομάδες αλλάζουν χρώματα και το παιχνίδι επαναλαμβάνεται.



### Γα2(II)

**Δραστηριότητα:** Ολυμπιοδρομίες - Ολυμπιακοί κύκλοι

**Σκοπός:** Να μάθουν οι μαθητές μέσα από το παιχνίδι στοιχεία από τη σύγχρονη ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων και το συμβολισμό των 5 Ολυμπιακών κύκλων

**Εξοπλισμός:** Σκυτάλες, καρτόνια με χρονολογίες

**Λέξεις-κλειδιά:** Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες, Ολυμπιακή σημαία.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακό 2004άθιο (6-9 ετών και 10-12 ετών), ΑΘΗΝΑ 2004
2. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές - Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
3. <http://www.athens.olympic.org>



## Γα2(III)

**Δραστηριότητα:** Η έναρξη και η λήξη των Ολυμπιακών Αγώνων

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τις τελετές έναρξης και λήξης των Ολυμπιακών Αγώνων, να αναπτύξουν τη συνεργασία και τη φαντασία τους.

**Εξοπλισμός:** Κασετόφωνο, CD, σημαίες, μπαλόνια, πυρσός.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Ολυμπιακός ύμνος, τελετές Αγώνων.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακές ματιές (λεύκωμα), ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.athens.olympic.org>

## Η έναρξη και η λήξη των Ολυμπιακών Αγώνων

Παρουσιάζουμε στους μαθητές το τελετουργικό έναρξης των Αγώνων και τους αναθέτουμε ρόλους. Άλλοι συμμετέχουν στην παρέλαση εκπροσωπώντας κάποια χώρα, κάποιοι φέρουν την Ολυμπιακή Σημαία, τραγουδούν όλοι μαζί ή ακούν (ηχογραφημένο) τον Ολυμπιακό Ύμνο. Ένας μαθητής ή μαθήτρια, με το ρόλο λαμπαδηδρόμου, φέρει τη δάδα με το Ολυμπιακό φως και ανάβει ο βωμός. Στη συνέχεια, με τη συνοδεία μουσικής και στο πλαίσιο του καλλιτεχνικού προγράμματος των τελετών έναρξης, ζητάμε από τα παιδιά να αυτοσχεδιάσουν και να παρουσιάσουν χορευτικές δημιουργίες και γυμναστικές ασκήσεις.

Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας μπορείτε να κάνετε διάφορες επισημάνσεις σχετικά με:

- το ποια χώρα παρελαύνει πρώτη στην τελετή έναρξης των Ολυμπιακών Αγώνων
- τον Ολυμπιακό Ύμνο (συνθέτης, στιχουργός, πότε καθιερώθηκε)
- τον Ολυμπιακό Όρκο (αθλητών και κριτών)
- την άφιξη της Ολυμπιακής φλόγας
- το περιεχόμενο του καλλιτεχνικού μέρους του προγράμματος
- την παρέλαση όλων των αθλητών μαζί και όχι ανά έθνος κατά την τελετή λήξης των Αγώνων.



## Παιχνίδια χωρίς σύνορα

Χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες 4-5 ατόμων ανάλογα με τον αριθμό τους. Δώστε σε κάθε ομάδα κάποια όργανα. Ζητήστε από κάθε ομάδα να δημιουργήσει ένα παιχνίδι επιστρατεύοντας τη φαντασία της. Οι ομάδες έχουν τη δυνατότητα να αλλάξουν μεταξύ τους τα όργανα ή τις μπάλες που τους δώσαμε ή να χρησιμοποιήσουν άλλα που είναι διαθέσιμα. Ο μόνος περιορισμός που θέτουμε στη δραστηριότητα που θα επιλέξουν οι μαθητές είναι να είναι ασυνήθιστη.

Αφού καταλήξουν στο παιχνίδι της επιλογής τους, το παρουσιάζουν στις άλλες ομάδες και στη συνέχεια, κυκλικά, όλες οι ομάδες παίζουν τα παιχνίδια που έχουν προταθεί.

Κάποια από τα παιχνίδια που θα μπορούσαν να επιλεγούν είναι: τσουβαλοδρομία, τρέξιμο σε ζευγάρι με τρία πόδια, τρέξιμο με μπάλα ανάμεσα στα πόδια, πέρασμα πάνω και κάτω από εμπόδια κ.ά.

### Γα2 (IV)

**Δραστηριότητα:** Παιχνίδια χωρίς σύνορα  
**Στόχος:** Να χρησιμοποιήσουν οι μαθητές τη φαντασία τους για να φτιάξουν παιχνίδια.

**Εξοπλισμός:** Μπάλες, σχοινάκια, κορίνες, τσουβάλια και ό,τι άλλο επιλέξουν οι μαθητές.

**Λέξεις-κλειδιά:** παιχνίδια, δημιουργικότητα

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.pe.auth.gr>
2. <http://www.athens.olympic.org>

#### Βοήθεια:

Τονίστε τη σημασία της συμμετοχής και της συνεργασίας. Οι μαθητές πρέπει να κατανοήσουν ότι δεν χρειάζεται να λειτουργούν ανταγωνιστικά και ότι η χαρά του παιχνιδιού είναι το σημαντικότερο. Σε σύνδεση με τους Ολυμπιακούς Αγώνες μπορείτε να αναφερθείτε στο γεγονός ότι πολλά από τα Ολυμπιακά αθλήματα ξεκίνησαν ως απλές δραστηριότητες με σκοπό τη διασκέδαση του εμπνευστή τους, για να καταλήξουν στη μορφή που έχουν σήμερα.

Επίσης, μπορείτε να εξηγήσετε στα παιδιά ότι οι Ολυμπιακοί Αγώνες δεν είναι μόνο μια παγκόσμια αθλητική συνάντηση αλλά και μια συνάντηση φιλίας, ειρήνης, και Πολιτισμού.



## Γα2(V)

**Δραστηριότητα:** Ολυμπιακά αθλήματα  
 Σκοπός: Να γνωρίσουν οι μαθητές τα Ολυμπιακά αθλήματα μέσα από τη συμμετοχή τους σε κινητικές δραστηριότητες και παιχνίδια.

**Εξοπλισμός:** Κάθε είδους αθλητικά όργανα που διαθέτουμε, κασετόφωνο και κασέτα με μουσική

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακά αθλήματα, μίμηση, φαντασία.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. <http://www.athens.olympic.org>
3. <http://www.sport.gov.gr>

**Βοήθεια:**

Καλό είναι να ορίζουμε πολλές κατηγορίες αγωνισμάτων, π.χ. ατομικά, ομαδικά, εσωτερικού και εξωτερικού χώρου, χειμερινά, θερινά, και να δίνουμε στους μαθητές ή να τους ζητούμε πληροφορίες σχετικές με το αγώνισμα που επιλέγουν να αναπαραστήσουν. Οι πληροφορίες αυτές μπορούν να έχουν σχέση με το χώρο όπου θα διεξαχθεί το αγώνισμα στους Αγώνες του 2004 ή τα όργανα που χρησιμοποιούνται, τον εξοπλισμό των αθλητών και βασικούς κανονισμούς του αγωνίσματος.

## Ολυμπιακά αθλήματα

Ζητήστε από τους μαθητές να αναπαραστήσουν σύγχρονα Ολυμπιακά αθλήματα που γνωρίζουν, όσο θα ακούν τη μουσική από το κασετόφωνο. Τα παιδιά μιμούνται κάποιο άθλημα της αρεσκείας τους ή κάποιο που θα τους ζητήσετε εσείς. Με την παύση της μουσικής μένουν ακίνητα. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν όργανα, όπως στεφάνια, μπάλες, εμπόδια, μικρά μπαλάκια κ.λπ. Στη διάρκεια της παύσης πείτε στους μαθητές να αναγνωρίσουν ποιο ήταν το άθλημα που μιμήθηκε ο διπλανός τους.

Στη συνέχεια, χρησιμοποιήστε τους τρεις κύκλους του γηπέδου του μπάσκετ ή σχηματίστε τρεις άλλους τυχαίους κύκλους. Εξηγήστε στους μαθητές ότι σε κάθε κύκλο πραγματοποιούνται αθλήματα διαφορετικών κατηγοριών, π.χ. βουνού, θάλασσας ή με μπάλα. Οι μαθητές, με το σύνθημα, επιλέγουν κύκλο και μιμούνται κάποιο άθλημα της αντίστοιχης κατηγορίας. Ζητήστε από τα παιδιά να παρουσιάσουν αγώνισμα όλων των κατηγοριών.



## Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004

Ρωτήστε τους μαθητές να σας πουν τι γνωρίζουν για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Αφήστε τους 4-5' να δώσουν τις απαντήσεις τους. Αφού τους πείτε ότι η χώρα μας έχει τη μεγάλη τιμή να φιλοξενήσει, το 2004 στην Αθήνα, τη μεγαλύτερη αθλητική γιορτή του κόσμου, ρωτήστε τους αν ξέρουν τι είναι το Ολυμπιακό Αθλητικό Κέντρο Αθηνών (Ο.Α.Κ.Α.). Ενημερώστε τους για τις εγκαταστάσεις και τα γήπεδα του Κέντρου (φωτογραφίες) και δώστε μερικά στοιχεία από τις καινούργιες αθλητικές εγκαταστάσεις που θα δημιουργηθούν για τη διεξαγωγή των Αγώνων (καλό θα είναι την παρουσίαση των εγκαταστάσεων να τη συνδυάζετε με κάποιες διοργανώσεις που έχουν ήδη διεξαχθεί εκεί).

Στη συνέχεια, παρουσιάστε στους μαθητές στοιχεία σχετικά με τον αριθμό των επισκεπτών κατά τη διάρκεια των Αγώνων (16.000 αθλητές και συνοδοί, 20.000 δημοσιογράφοι, εκατοντάδες χιλιάδες τουρίστες), τους εθελοντές που θα χρειαστούν (60.000) και τα εκατομμύρια των τηλεθεατών που εκείνες τις μέρες θα έχουν τα μάτια τους στραμμένα στους Αγώνες και σ' ολόκληρη την Ελλάδα.

Συζητήστε με τους μαθητές σχετικά με την προετοιμασία που πρέπει να κάνει η χώρα μας για να υποδεχτεί τους Αγώνες (οργάνωση, υποδομή, φιλοξενία, προβολή, προστασία του περιβάλλοντος).

Στο χρόνο που απομένει χωρίστε τους μαθητές σε 3-4 ομάδες (ανάλογα με τον αριθμό τους) και ζητήστε από κάθε ομάδα να ετοιμάσει μια λίστα από ενέργειες που θα έκαναν, εάν καλούνταν να οργανώσουν μαθητικούς Ολυμπιακούς Αγώνες στην πόλη ή το χωριό τους.

Στο τέλος της δραστηριότητας, ρωτήστε τους μαθητές, πώς αισθάνονται που η χώρα μας θα φιλοξενήσει και θα οργανώσει τους Αγώνες του 2004.

### Αα3

**Δραστηριότητα:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για την Ολυμπιάδα του 2004 και να την αντιμετωπίσουν θετικά.

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες από περιοδικά και εφημερίδες με αθλητές, αθλητικές εγκαταστάσεις, στιγμιότυπα από Ολυμπιακούς Αγώνες, φιλάθλους, κ.λπ.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακό 2004άδιο (10-12 ετών), ΑΘΗΝΑ 2004
2. Ολυμπιακές ματιές (λεύκωμα), ΑΘΗΝΑ 2004
3. Ολυμπιακοί Αγώνες Αναφορές-Προσεγγίσεις ΑΘΗΝΑ 2004
4. <http://www.athens.olympic.org>



## Βα3

**Δραστηριότητα:** Αθήνα 2004 –

Όλοι οι δρόμοι οδηγούν στην Ελλάδα  
**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές κάποιες από τις χώρες που θα συμμετάσχουν στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Να τους παρακινήσει να παρακολουθήσουν τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Να μάθουν να εργάζονται ομαδικά.

**Εξοπλισμός:** Γεωγραφικοί χάρτες, καρτόνια, κόλλες (stick),μπογιές

**Λέξεις-κλειδιά:** Αθήνα, Ελλάδα, Ολυμπιακοί Αγώνες.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες. Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
2. <http://www.athens.olympic.org>

**Βοήθεια:**

Οι μαθητές για την εργασία τους μπορούν να βρουν επιπλέον στοιχεία από εγκυκλοπαίδειες, από τους χάρτες και τους άτλαντες του σχολείου.

## Αθήνα 2004 - Όλοι οι δρόμοι οδηγούν στην Ελλάδα

Οι μαθητές ως επιλέξουν 1 ή 2 χώρες που θα συμμετάσχουν στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004 από κάθε ήπειρο. Για κάθε χώρα:

- να ζωγραφίσουν το χάρτη της με την πρωτεύουσα και τις κυριότερες πόλεις
- να ζωγραφίσουν τη σημαία της
- να βρουν από χιλιομετρικούς οδηγούς την απόσταση της πρωτεύουσάς της από την Αθήνα
- να φτιάξουν το χάρτη της Ελλάδας με την Αθήνα, τις κυριότερες πόλεις και την πόλη ή το χωριό όπου βρίσκεται το σχολείο. Στην συνέχεια να φτιάξουν από χαρτόνι τους 5 Ολυμπιακούς κύκλους και να τους κολλήσουν στη διάταξη του σήματος των Ολυμπιακών Αγώνων, στον τοίχο ή τον πίνακα που έχουν ορίσει ως χώρο για τις κατασκευές του μαθήματος της Ολυμπιακής παιδείας. Κάτω από αυτή την κατασκευή να τοποθετήσουν και το χάρτη της Ελλάδας.

Στη συνέχεια, να βάλουν μέσα σε κάθε κύκλο-ήπειρο το χάρτη και τη σημαία από την αντίστοιχη χώρα ή τις χώρες που έχουν ετοιμάσει. Τέλος, να ενώσουν με μια χάρτινη λωρίδα την πρωτεύουσα της χώρας με την Αθήνα και να κολλήσουν πάνω της αεροπλανάκια από χαρτόνι που θα δείχνουν τη διαδρομή (π.χ. Πεκίνο-Αθήνα) και τη χιλιομετρική απόσταση.

Τέλος, να φτιάξουν και να κολλήσουν πάνω στο χάρτη της Ελλάδας άλλη μία χάρτινη λωρίδα-«διαδρομή», που θα ενώνει την πόλη ή το χωριό του σχολείου με την Αθήνα. Πάνω σε αυτήν, να κολλήσουν τη ζωγραφιά ενός μεταφορικού μέσου από χαρτόνι (π.χ. ένα λεωφορείο, τρένο, καράβι ή αεροπλάνο) και να σημειώσουν επάνω τη χιλιομετρική απόσταση και τη διαδρομή που θα κάνουν το 2004 (π.χ. Ρόδος-Αθήνα) για να παρακολουθήσουν τους Ολυμπιακούς Αγώνες.



## Μαθαίνω-συνεργάζομαι-δεσμεύομαι

Συζητήστε με τα παιδιά για 10 λεπτά καθένα από τα παρακάτω υποθετικά σενάρια:

- **Τήρηση κανόνων:**  
«Ο Κώστας, την τελευταία φορά που παίξαμε σκυταλοδρομία, “έκλεψε” στην εκκίνηση, με αποτέλεσμα να νικήσει η ομάδα του. Τα παιδιά της άλλης ομάδας...»  
Και:  
«Ο αθλητής των 100 μέτρων κέρδισε το χρυσό μετάλλιο. Στον έλεγχο αντιντόпинγκ βρέθηκε ότι είχε χρησιμοποιήσει μια απαγορευμένη ουσία. Η τιμωρία που του επέβαλαν...»
- **Συνεργασία:**  
«Ο Γιώργος στο τελευταίο παιχνίδι μπάσκετ είχε συνέχεια την μπάλα στα χέρια του και δεν έδινε πάσες, ήθελε να τα κάνει όλα μόνος του. Χάσαμε σε αυτό το παιχνίδι. Τα παιδιά της ομάδας του...»  
Και:  
«Ο ποδοσφαιριστής ήθελε πάση θυσία να βγει πρώτος σκόρερ σε αυτή την Ολυμπιάδα. Όλες οι ενέργειές του για γκολ εκείνη την ημέρα ήταν άστοχες. Το παιχνίδι χάθηκε, όπως και το μετάλλιο που θα έκανε περήφανη τη χώρα του. Ο προπονητής του μετά το τέλος του αγώνα...»
- **Δέσμευση - τήρηση υποσχέσεων:**  
«Η Άννα υποσχέθηκε πως, αν παίξουμε τώρα το παιχνίδι που πρότεινε εκείνη, την επόμενη φορά θα παίξει όποιο προτείνουμε εμείς. Την επόμενη φορά που αποφασίζαμε ποιο παιχνίδι θα παίξουμε εκείνη είπε ότι δεν παίζει. Τα υπόλοιπα παιδιά της είπαμε...»  
Και:  
«Όλες οι χώρες συμφώνησαν να κατεβάσουν σε αυτή την Ολυμπιάδα αποστολές που θα αποτελούνταν από άνδρες και γυναίκες. Για άλλη μία φορά, όμως, αυτή η χώρα έστειλε μόνο αθλητές και καμία αθλήτρια. Προφασίστηκε...»
- **Άσκηση και υγεία:**  
«Η Ζωή δεν μας ακολουθεί όπως παλιά στην καθημερινή μας βόλτα με τα ποδήλατα. Όλο μένει πίσω και παραπονιέται ότι θέλει να γυρίσουμε. Κάποια παιδιά μάς είπαν ότι την είδαν να καπνίζει...»



### Αα4-5(Ι)

**Δραστηριότητα:** Μαθαίνω-συνεργάζομαι-δεσμεύομαι

**Στόχος:** Να προβληματίσει τους μαθητές και τις μαθήτριες για θέματα συνεργασίας, τήρησης κανόνων, άσκησης και υγείας, δέσμευσης-τήρησης υποσχέσεων.

**Εξοπλισμός:** Διαφάνειες και διαφανοσκόπιο.

**Λέξεις-κλειδιά:** ηθικά και κοινωνικά διλήμματα.

#### Βοήθεια:

- Τα μικρά αυτά σενάρια μπορείτε να τα γράψετε και στον πίνακα. Προτιμήστε, όμως, αν υπάρχει η δυνατότητα, να τα έχετε σε διαφάνειες και να τα διακοσμήσετε με κάποιες σχετικές εικόνες, ώστε να είναι πιο εύκολο για σας και πιο ενδιαφέρον για τους μαθητές.
- Μην προσπαθήσετε να καταλήξετε οπωσδήποτε σε συμπέρασμα για κάθε θέμα. Αρκεί να γίνει συζήτηση και να ακουστούν διάφορες απόψεις. Στόχος είναι ο προβληματισμός σε τέτοιου είδους θέματα.
- Σε περίπτωση που παρόμοια περιστατικά συμβούν οποιαδήποτε άλλη στιγμή, διακόψτε τη δραστηριότητα και κάντε μια μικρή συζήτηση. Τα πραγματικά περιστατικά προβληματίζουν τους μαθητές και βιώνονται εντονότερα από τα υποθετικά!

## Ba4-5 (I)

**Δραστηριότητα:** Η μηχανή του καπνίσματος

**Στόχος:** Το μάθημα έχει στόχο να σοκάρει το μαθητή, να του δείξει τι συμβαίνει στους πνεύμονες όταν κάποιος καπνίζει και να εξηγήσει ότι υπάρχουν χημικές ουσίες (π.χ. νικοτίνη) που αλλάζουν τον τρόπο που λειτουργεί το σώμα μας, δηλαδή ότι η χρήση καπνού είναι βλαβερή για την υγεία.

**Εξοπλισμός:** Η μηχανή καπνίσματος κι ένα τσιμπιδάκι για να βγάλετε τα βαμβάκια μετά το πείραμα από το μπουκάλι.

**Λέξεις-κλειδιά:** Κάπνισμα, υγεία, βλαβερές συνέπειες.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. *Νοιάζομαι για μένα προσέχω την υγεία μου. Δεν καπνίζω. Γυμνάζομαι (Τετράδιο μαθητή και Οδηγός για τον καθηγητή), εκδόσεις Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.*

**Βοήθεια:**

Αποφύγετε να «κάνετε κήρυγμα», να ρωτήσετε αν κάποιος/α από τους παρευρισκόμενους μαθητές καπνίζει (ακόμα και στην περίπτωση που γνωρίζετε τους καπνιστές) ή να χαρακτηρίσετε «κακό» κάποιον που καπνίζει. Προσπαθήστε να δώσετε στα παιδιά να κατανοήσουν ότι η υγεία οικοδομείται στη δική τους ηλικία και ότι ένα μεγάλο μέρος των μελλοντικών καπνιστών αρχίζουν το κάπνισμα σε πολύ νεαρή ηλικία. Συζητήστε τη βλαβερή επίδραση του καπνίσματος στην υγεία και την εμφάνιση, επηρεάστε τους συναισθηματικά, εξηγήστε τους ότι το κάπνισμα είναι ισχυρή εθιστική ουσία (όπως και τα ναρκωτικά, απλώς είναι νόμιμη). Τέλος να τους εξηγήσετε ότι τα ευχάριστα συναισθήματα που προκαλεί το κάπνισμα είναι προσωρινά και βραχυπρόθεσμα ενώ ο εθισμός μόνιμος, ότι δεν καπνίζει μόνο ο καπνιστής αλλά όλοι γύρω του.

## Η μηχανή του καπνίσματος

Μία από τις πιο δημοφιλείς τεχνικές πρόληψης είναι η μηχανή καπνίσματος. Ακολουθήστε τις οδηγίες για να κατασκευάσετε μια απλή μηχανή καπνίσματος μόνοι σας.

1. Χρησιμοποιήστε ένα μπουκάλι απορρυπαντικού πιάτων διάφανο που θα το έχετε καθαρίσει πολύ προσεκτικά.
2. Αφού το μπουκάλι έχει καθαριστεί και στεγνώσει εντελώς, τοποθετήστε μέσα μπάλες βαμβακιού (από εκείνες που χρησιμοποιούνται για τον καθαρισμό του προσώπου) και ξαναβάλτε το καπάκι στη θέση του.
3. Αφαιρέστε τη «μύτη» του μπουκαλιού.
4. Τοποθετήστε ένα τσιγάρο στο άνοιγμα που έχετε κάνει και σταθεροποιήστε το αεροστεγώς με στόκο, πηλό ή πλαστελίνη.
5. Η μηχανή καπνίσματος είναι έτοιμη για χρήση τώρα. Είναι καλύτερο να τη χρησιμοποιήσετε σε ανοικτό χώρο και όχι μέσα στην τάξη για να μη γεμίσει καπνό.
6. Εξηγήστε ότι το βαμβάκι αντιπροσωπεύει τους πνεύμονες ενός καπνιστή. Ζητήστε από τους μαθητές σας να παρατηρήσουν τι θα συμβεί στο βαμβάκι ακόμα και μετά από τη χρήση ενός και μόνο τσιγάρου.
7. Πιέστε το μπουκάλι σταθερά ώστε να βγει όλος ο αέρας που είναι μέσα πριν ανάψετε το τσιγάρο. Αφού ανάψετε το τσιγάρο κάντε συνεχείς αργές και σταθερές κινήσεις πιέζοντας και αφήνοντας το μπουκάλι.
8. Αφού τελειώσει το τσιγάρο εντελώς, αφαιρέστε το φίλτρο και μετά το καπάκι. Οι μαθητές θα προσέξουν την πίσσα που έχει μείνει στο καπάκι και στο βαμβάκι.
9. Είναι σημαντικό να δώσετε έμφαση στη διαφορά μεταξύ των καθαρών και των γεμάτων πίσσα βαμβακιών.
10. Είναι επίσης σημαντικό να συζητήσετε τα προβλήματα που δημιουργεί η πίσσα στους πνεύμονες και τους κροσσούς.

Μία ακόμα δραστηριότητα που είναι πολύ αποτελεσματική και προτείνεται παράλληλα με τη μηχανή καπνίσματος, είναι να αφήσετε μερικά βαμβάκια σε χώρο όπου καπνίζει πολύς κόσμος (π.χ. γραφείο καθηγητών ή σε μια καφετέρια) για μία περίπου εβδομάδα. Τα βαμβάκια αυτά που έχουν εκτεθεί στον καπνό μπορούν μετά να συγκριθούν με εκείνα που βρίσκονται στο μπουκάλι της μηχανής, πριν και μετά το πείραμα (παθητικό κάπνισμα σε κοινόχρηστους χώρους).

Τέλος πείτε στα παιδιά να εντοπίσουν διαφημίσεις που συνδέουν τον αθλητισμό/τους αθλητές με το κάπνισμα.





## Το κουτί με τα παιχνίδια

Πείτε στους μαθητές ότι όλες οι χώρες που συμμετέχουν στους Ολυμπιακούς Αγώνες δεσμεύονται να τηρήσουν κάποιους κανόνες (International Olympic Committee: Code of Ethics). Η δέσμευση για τήρηση υποσχέσεων καθενός ξεχωριστά είναι απαραίτητη όταν πολλά άτομα μαζί αποφασίζουν να επιτύχουν ένα κοινό στόχο.

Πάρτε ένα κουτί και καρτέλες (χαρτόνια) ισάριθμες με τα παιδιά της τάξης.

Πείτε στα παιδιά να γράψουν στις καρτέλες ένα από τα αγαπημένα τους παιχνίδια που θα έχει τα εξής χαρακτηριστικά:

- Θα γυμνάζει το σώμα και ταυτόχρονα θα είναι ευχάριστο και διασκεδαστικό
- Θα είναι ομαδικό και θα απαιτεί συνεργασία περισσότερων των δύο παιδιών
- Θα μπορούν να παίξουν όλα τα παιδιά της τάξης
- Θα υποστηρίζεται από τις εγκαταστάσεις και το αθλητικό υλικό του σχολείου
- Αν δεν είναι ευρέως γνωστό, θα το περιγράψουν αναλυτικά (κανονισμούς, σκοπό, υλικά που χρειάζονται κ.λπ.)

Στο εξωτερικό του κουτιού γράψτε και κολλήστε το παρακάτω κείμενο:

«Ρίχνοντας μέσα σε αυτό το κουτί το δικό μου παιχνίδι δεσμεύομαι πως θα συμμετάσχω με ενθουσιασμό σε οποιοδήποτε παιχνίδι κληρωθεί να παίξουμε.»

Σε άλλη πλευρά του κουτιού αφήστε χώρο, ώστε κάθε παιδί που ρίχνει μέσα την καρτέλα του να υπογράψει ότι αποδέχεται το βασικό κανόνα του κουτιού με τα παιχνίδια.

Προτρέψτε όλα τα παιδιά να συμμετάσχουν προτείνοντας το δικό τους παιχνίδι.

Οι καρτέλες θα είναι ανώνυμες και θα τοποθετούνται μέσα στο κουτί. Κάθε φορά που τα παιδιά θα θέλουν να παίξουν ένα παιχνίδι θα διαλέγουν στην τύχη μία καρτέλα και αυτό το παιχνίδι θα παίζουν όλοι.

Αυτό το κουτί μπορεί ο καθηγητής να το χρησιμοποιεί και για τα παιχνίδια της προθέρμανσης ή της αποθεραπείας.

### Βα4-5 (II)

**Δραστηριότητα:** Το κουτί με τα παιχνίδια  
**Στόχος:** Να μάθουν να συνδυάζουν τις δικές τους επιθυμίες με αυτές των άλλων και να τηρούν υποσχέσεις.

**Εξοπλισμός:** Ένα κουτί, καρτέλες (χαρτόνια), μολύβια.

**Λέξεις-κλειδιά:** δέσμευση, υπευθυνότητα, παιχνίδι.

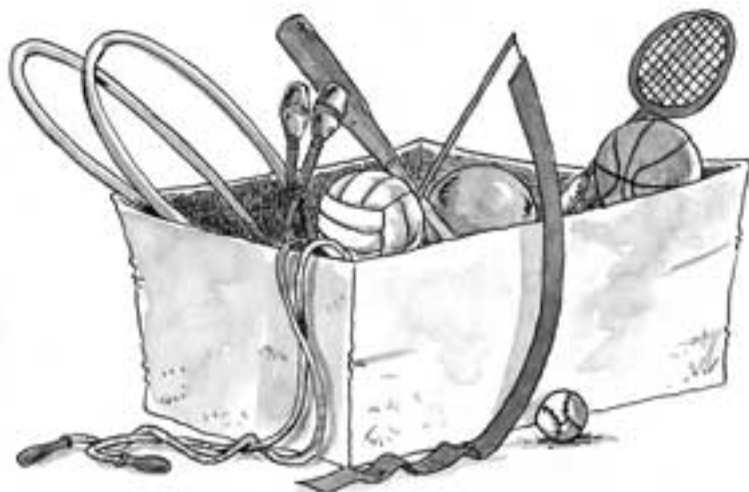
#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. [http://www.olympic.org/ioc/e/org/ethics/ethics\\_code\\_e.html](http://www.olympic.org/ioc/e/org/ethics/ethics_code_e.html)
2. Γ. Μουρατίδης, *Ο καλός και δίκαιος αγώνας*, Ίδρυμα Ολυμπιακής και Αθλητικής Παιδείας.

#### Βοήθεια:

Κάποια παιδιά θα προτείνουν παιχνίδια μέσα στη διδακτική ώρα. Τα υπόλοιπα αφήστε τα 2-3 μέρες να σκεφτούν ποιο παιχνίδι θα προτείνουν.

Σκοπός σας θα είναι όλα τα παιδιά να προτείνουν κάποιο παιχνίδι και να υπογράψουν πάνω στο κουτί τη δέσμευση για τήρηση της υπόσχεσής τους.



## Γα4-5 (I)

**Δραστηριότητα:** Το παιχνίδι της συνεργασίας και η Σημαία των Ολυμπιακών Αγώνων

**Στόχος:** Να κατανοήσουν οι μαθητές την αξία της συνεργασίας και να τη συνδέσουν με το σύμβολο των Ολυμπιακών Αγώνων.

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφία της Σημαίας των Ολυμπιακών Αγώνων, στεφάνια γυμναστικής, τετράδια, μολύβια

**Λέξεις-κλειδιά:** Συνεργασία, παιχνίδι, φιλία λαών, Ολυμπιακοί Αγώνες.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

- I. Terry Orlick, 1978, *The cooperative sports & games book*

**Βοήθεια:**

Σκοπός της δραστηριότητας είναι η ανάπτυξη της συνεργασίας. Να μη δίνεται έμφαση στο ποιος θα νικήσει αλλά στο πώς θα συνεργαστούν οι μαθητές αποτελεσματικότερα για να πετύχουν το στόχο τους.

Τονίστε τα πλεονεκτήματα της συνεργασίας που προκύπτουν από την άσκηση και ζητήστε από τους μαθητές να σας αναφέρουν σε ποια Ολυμπιακά αθλήματα απαιτείται συνεργασία δύο ή περισσότερων αθλητών.

Αφιερώστε 5 λεπτά στο τέλος για να συνδέσετε τη δραστηριότητα με το συμβολισμό της Σημαίας των Ολυμπιακών Αγώνων. Πέρα από τη συνεργασία, μπορεί επίσης να τονιστεί η έννοια της φιλίας και της ισότητας των λαών.

## Το παιχνίδι της συνεργασίας και η σημαία των Ολυμπιακών Αγώνων

Η δραστηριότητα μπορεί να γίνει στην αυλή του σχολείου, στο γυμναστήριο ή και μέσα στην τάξη.

Στην αρχή, αφού κάνετε μια γενική εισαγωγή για τα σύμβολα (σημαίες, σταυρούς, εμβλήματα ομάδων κ.λπ.) δείξτε στους μαθητές τη σημαία των Ολυμπιακών Αγώνων και ρωτήστε τους τι σημαίνει (αφήστε τους μαθητές για 2-3 λεπτά να δώσουν τις δικές τους απαντήσεις). Στη συνέχεια χωρίστε τους μαθητές σε δύο ομάδες στη μέση του γυμναστηρίου (δύο γραμμές) και τοποθετήστε απέναντί τους (στις άκρες του γυμναστηρίου) ένα τετράδιο για κάθε μαθητή για τη μία ομάδα και ένα μολύβι για κάθε μαθητή για την άλλη ομάδα. Με το σύνθημα, ζητάτε από τους μαθητές να φέρουν όσο μπορούν πιο γρήγορα τα τετράδια και τα μολύβια σε σας που βρίσκεστε στο κέντρο του γυμναστηρίου. Στη συνέχεια, αφού οι μαθητές επιστρέψουν τα τετράδια και τα μολύβια στις αρχικές τους θέσεις, τους βάζετε μέσα στα στεφάνια ανά δύο (έναν από κάθε ομάδα) και τους ζητάτε με το σύνθημα να φέρουν πάλι όσο γίνεται πιο γρήγορα τα τετράδια και τα μολύβια σε σας, χωρίς να βγουν έξω από τα στεφάνια. Στην περίπτωση που οι μαθητές, για τα επόμενα 2'-3' λεπτά, τραβούν ο ένας τον άλλον χωρίς αποτέλεσμα, σταματήστε το παιχνίδι και συζητήστε μαζί τους τι πρέπει να κάνουν και πώς πρέπει να συνεργαστούν, έτσι ώστε κάθε ζευγάρι να φέρει το τετράδιο και το μολύβι πιο γρήγορα σε σας. Είναι ξεκάθαρο πως οι μαθητές θα πρέπει να συνεργαστούν και να τρέξουν μαζί μέσα στο στεφάνι πρώτα προς τη μία κατεύθυνση για να πάρουν το τετράδιο, ύστερα προς την άλλη κατεύθυνση για να πάρουν το μολύβι και στο τέλος να τα φέρουν σε σας. Επαναλάβετε τη δραστηριότητα 2-3 φορές έως ότου όλοι οι μαθητές συνεργαστούν και εκτελέσουν τη δραστηριότητα σωστά.

Στην περίπτωση που κάποιοι από τους μαθητές συνεργαστούν για να εκτελέσουν την άσκηση, αφήνετε τη δραστηριότητα να εξελιχθεί, ενθαρρύνοντας τους μαθητές να ακολουθήσουν το παράδειγμα των συμμαθητών τους που συνεργάζονται. Επαναλαμβάνετε τη δραστηριότητα 2-3 φορές, έως ότου όλοι μαθητές συνεργαστούν και εκτελέσουν τη δραστηριότητα σωστά. Στο τέλος της δραστηριότητας, δείχνετε πάλι στα παιδιά τη σημαία με τους πέντε κύκλους και τους εξηγείτε ότι κάθε κύκλος αντιστοιχεί σε μία ήπειρο τονίζοντας ότι οι Ολυμπιακοί Αγώνες, για να πραγματοποιηθούν και να πετύχουν, χρειάζονται τη συνεργασία όλων των λαών – όπως ακριβώς στο παιχνίδι που έπαιξαν.

Στο τέλος βάζετε τους μαθητές να σχηματίσουν με τα στεφάνια τη Σημαία των Ολυμπιακών Αγώνων.



## Το παιχνίδι μας

Κάντε μια εισαγωγή στο θέμα με το οποίο θα ασχοληθείτε: «Γνωρίζουμε ότι κάθε παιχνίδι που παίζουμε έχει κάποιους κανόνες. Μπορείτε να μου πείτε γιατί χρειάζεται να υπάρχουν κανόνες;» Αφήστε τα παιδιά να δώσουν απαντήσεις για 2-3 λεπτά. Στη συνέχεια, συνοψίστε τις απαντήσεις τους και προσθέστε, αν δεν έχουν ήδη αναφερθεί, τα παρακάτω:

«Οι κανόνες υπάρχουν, ώστε όλοι να έχουν την ευκαιρία να συμμετέχουν, να κερδίσουν, να διασκεδάσουν, αλλά και να είναι ασφαλείς. Όπως στα παιχνίδια που παίζουμε, έτσι και στα σπορ υπάρχουν κάποιοι κανονισμοί που ακολουθούν οι αθλητές. Σήμερα θα παίξετε για 5 λεπτά όποιο παιχνίδι θέλετε με τους κανόνες που συνήθως το παίζετε.»

Δώστε τους χρόνο 5 λεπτά να παίξουν και ταυτόχρονα να προθερμανθούν. Στη συνέχεια, διακόψτε το παιχνίδι και πείτε: «Και τώρα θα ξαναπαίξουμε το ίδιο παιχνίδι χωρίς όμως κανένα περιορισμό από τους κανόνες που ισχύουν. Το πιθανότερο είναι να προκύψουν προβλήματα, ή τα παιδιά να μην το βρίσκουν πια τόσο ενδιαφέρον. Αφού παίξουν για λίγα λεπτά και προκύψουν διαφωνίες ή σύγχυση, τότε διακόψτε ξανά το παιχνίδι και συζητήστε για λίγο με τα παιδιά τα θέματα ή τα προβλήματα που προέκυψαν, ή γιατί δεν το βρίσκουν πλέον διασκεδαστικό κ.λπ. Θα ακολουθήσει μικρή συζήτηση για τη χρησιμότητα των κανονισμών, π.χ.: «Όπως καταλαβαίνετε, οι κανονισμοί φτιάχνονται για σημαντικούς λόγους, όπως η ασφάλεια των συμμετεχόντων, η διασκέδαση και η συμμετοχή όλων, αλλά και για να γνωρίζουμε πότε μια ομάδα ή ένα άτομο κερδίζει. Επίσης, όταν αποφασίζουμε να παίξουμε ένα παιχνίδι ή σπορ αυτό σημαίνει ότι θα σεβαστούμε και τους κανόνες του.»

Στη συνέχεια, τοποθετήστε διάφορα αθλητικά και μη υλικά που διαθέτει το σχολείο (μπάλες, στεφάνια, κώνους, λάστιχα, σχοινάκια, κιμωλίες κ.ά.), χωρίστε τα παιδιά σε 3 ή 4 ομάδες, και πείτε τους: «Έχετε στη διάθεσή σας αυτά τα υλικά (δειξτε τους το χώρο όπου τα έχετε τοποθετήσει) και 10 λεπτά καιρό για να φτιάξετε η κάθε ομάδα από ένα παιχνίδι με κανόνες που εσείς θα ορίσετε. Το παιχνίδι πρέπει να είναι έτσι φτιαγμένο, ώστε να εφαρμόζονται όσα συζητήσαμε.» Στο τέλος του μαθήματος λέμε στα παιδιά: «Από κάθε ομάδα κάποιος αναλαμβάνει να γράψει το παιχνίδι σε ένα χαρτί. Αφού το ολοκληρώσει έτσι όπως το διαμόρφωσε η ομάδα του, κολλά ένα αντίγραφο στον πίνακα ανακοινώσεων της τάξης. Αυτό το παιχνίδι μπορείτε να συνεχίσετε να το παίζετε στα διαλείμματα ή με την παρέα σας, και να βρείτε και άλλους τρόπους βελτίωσης ή παραλλαγές του. Επίσης, βλέποντας όλοι τα παιχνίδια όλων, μπορείτε να προτείνετε βελτιώσεις ή παραλλαγές στις άλλες ομάδες. Το ίδιο να κάνουν οι άλλοι για το δικό σας παιχνίδι.»



## Γα4-5 (II)

**Δραστηριότητα:** Το παιχνίδι μας  
**Στόχος:** Να κατανοήσουν τη χρησιμότητα και την αναγκαιότητα των κανονισμών στα παιχνίδια.

**Εξοπλισμός:** Ανάλογα με το παιχνίδι που θα επιλέξουν τα παιδιά για το πρώτο μέρος της ενότητας. Για το δεύτερο μέρος, οποιοδήποτε αθλητικό υλικό διαθέτει το σχολείο και ό,τι ζητήσουν τα παιδιά για το νέο παιχνίδι που θα δημιουργήσουν.

**Λέξεις-κλειδιά:** δημιουργία κανόνων, ασφάλεια, διασκέδαση, συμμετοχή.

### Βοήθεια:

1. Αποφύγετε να επιβάλετε στα παιδιά παιχνίδια ή κανόνες, αφήστε τα να επιλέξουν μόνο τους.
2. Όσο τα παιδιά είναι στη διαδικασία επίλυσης κανόνων, ο διδάσκων μετακινείται από ομάδα σε ομάδα και, όπου τα παιδιά δυσκολεύονται, τους δίνει ιδέες και τα βοηθάει να δημιουργήσουν κάτι απλό. Στη συνέχεια, τα προτρέπει να το παίξουν για να το δοκιμάσουν. Ανάλογα με τα τυχόν προβλήματα που προκύπτουν, κάνει σύντομες διακοπές και ρωτά τα παιδιά τι χρειάζεται για να βελτιωθεί το παιχνίδι. Τα βοηθάει, έμμεσα και με καθοδηγητικές πάντα ερωτήσεις. Για παράδειγμα, αν προκύπτουν επικίνδυνες καταστάσεις, ρωτά πώς θα μπορούσε να αποφευχθεί αυτό με κάποιον κανόνα ή, εάν κάποια παιδιά βρίσκουν το παιχνίδι ανιαρό, τα ρωτάμε τι θα πρότειναν για να γίνει πιο διασκεδαστικό.

## Γα4-5 (III)

**Δραστηριότητα:** Μαθαίνω να γυμνάζομαι

**Στόχος:** Να βοηθήσουμε τους μαθητές να συνειδητοποιήσουν τις αλλαγές που φέρνει στο σώμα τους η άσκηση.

**Εξοπλισμός:** α) Ένα χρονόμετρο ή ψηφιακό ρολόι,

β) Μπάλες μπάσκετ και βόλεϊ, σχοινάκια, ιατρικές μπάλες

γ) Κασετόφωνο και κασέτες (προαιρετικά) και

δ) 5 θερμόμετρα σώματος.

**Λέξεις- κλειδιά:** άσκηση, υγεία, οφέλη.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.pe.central.edu/>
2. <http://www.pe.auth.gr/>
3. Pate, R. R. & Hohn, R. C. (1994), *Health and Fitness Through Physical Education*, Human Kinetics
4. Pangrazi, R. P. (1997), *Διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση*, University Studio Press, Θεσσαλονίκη.

**Βοήθεια:**

Δείξτε στους μαθητές πώς θα μετρούν τους σφυγμούς τους και βοηθήστε να συνδέσουν τους σφυγμούς με την ένταση της άσκησης και την κούραση που τους προκαλεί.

Το μάθημα αυτό μπορεί να γίνει σε κλειστό ή ανοικτό χώρο και να προσαρμοστεί ώστε να ταιριάζει σε κάθε περίπτωση.

Οι μαθητές να ΜΗΝ έχουν απαλλαγή από το μάθημα της Σχολικής Φυσικής Αγωγής.

Οι μαθητές πρέπει να φορούν κατάλληλα ρούχα και παπούτσια, και να έχουν μαζί τους μια στεγνή φανέλα για να αλλάξουν στο τέλος του μαθήματος.

## Μαθαίνω να γυμνάζομαι

Το μάθημα κατευθύνεται από τον καθηγητή και οι μαθητές θα δουλεύουν σε μικρές ομάδες. Η βασική ιδέα είναι ότι οι μαθητές δοκιμάζουν μια σειρά δραστηριοτήτων οι οποίες επιδρούν διαφορετικά στον οργανισμό και καλούνται να συζητήσουν τις επιδράσεις των διαφόρων δραστηριοτήτων στο σώμα τους.

Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες. Ένας από κάθε ομάδα μετρά τη θερμοκρασία του, ενώ όλοι μετρούν το σφυγμό τους. Κάθε ομάδα, με έναν υπεύθυνο, εκτελεί προθέρμανση διάρκειας περίπου 6'.

Οργανώστε το χώρο, τοποθετώντας όργανα, κυκλικά, σε πέντε σταθμούς. Σε κάθε σταθμό τοποθετείται και μία ομάδα. Όλοι οι μαθητές θα εκτελούν και θα ξεκουράζονται συγχρόνως (σχέση εργασίας-ανάληψης 3'/1'30").

Οι δραστηριότητες που προτείνονται σε κάθε σταθμό είναι:

1ος: σχοινάκι, 2ος: χειρισμός μπάλας του μπάσκετ (μία ανά μαθητή), 3ος: ρίψεις/άρσεις με ιατρικές μπάλες, 4ος: αυτο-πάσες με μπάλα του βόλεϊ, 5ος: γρήγορο τρέξιμο.

Η διάρκεια άσκησης σε κάθε σταθμό θα είναι 3'. Στο τέλος κάθε τριλεπτού οι μαθητές σχολιάζουν στην ομάδα τους την επίδραση που είχε η συγκεκριμένη δραστηριότητα στον οργανισμό τους (σφυγμός, αναπνοή, ιδρώτας, λαχάνιασμα, κούραση κ.ά.) και θα μετακινούνται στον επόμενο σταθμό. Στο τέλος του κύκλου οι ίδιοι μαθητές ξαναμετρούν τη θερμοκρασία τους.

Θέστε ερωτήσεις και συζητήστε τις απαντήσεις. Συνδέστε το είδος της άσκησης που πραγματοποίησαν στο μάθημα με συγκεκριμένα Ολυμπιακά αγωνίσματα (π.χ. ρίψεις με ιατρικές μπάλες και αγωνίσματα ρίψεων - σχοινάκι με αλτική ικανότητα και ρυθμική γυμναστική - τρέξιμο με δρομικά αγωνίσματα και ομαδικά σπορ).

Αν υπάρχει χρόνος για αποθεραπεία, παίξτε παιχνίδι/ια με μπάλα για 10'.



## Παραολυμπιακοί Αγώνες

Κάντε μια εισαγωγή σχετικά με το τι εννοούμε όταν λέμε «άτομα με αναπηρία». Ρωτήστε τους μαθητές αν έχουν φίλους με αναπηρία. Στη συνέχεια, παρουσιάστε τους στοιχεία για την ονομασία των Αγώνων, τις κατηγορίες των αθλητών που παίρνουν μέρος σε αυτούς και τα αγωνίσματά τους:

■ Η ονομασία των Παραολυμπιακών Αγώνων προέρχεται από τη λέξη «παρά», δηλαδή παράλληλα, και «Ολυμπιακοί».

■ Οι κατηγορίες των αθλητών είναι:

-Άτομα με ακρωτηριασμό

-Άτομα με εγκεφαλική παράλυση

-Άτομα με νοητική υστέρηση

-Λοιπές αναπηρίες (νανισμός, πολιομυελίτιδα, σκλήρυνση κατά πλάκας)

-Άτομα με μειωμένη ή καθόλου όραση

-Άτομα με αναπηρικό αμαξίδιο

Τα αγωνίσματα των Παραολυμπιακών Αγώνων είναι: τοξοβολία, στίβος, μπάσκετ, μπότσια (παιχνίδι που παίζεται από άτομα με εγκεφαλική παράλυση, άνδρες και γυναίκες. Σκοπός του παιχνιδιού είναι, σε προκαθορισμένο χώρο, οι αγωνιζόμενοι να πετάξουν την μπάλα τους όσο γίνεται πιο κοντά σε μια άσπρη μπάλα-στόχο.), ποδηλασία, ιππασία, ξιφασκία, ποδόσφαιρο, ποδόσφαιρο για άτομα με μειωμένη όραση (goalball), τζούντο, άρση βαρών, ράγκμπι, ιστιοπλοΐα, σκοποβολή, κολύμβηση, επιτραπέζια αντισφαίριση, αντισφαίριση, βόλεϊ. Κατά την παρουσίαση των αγωνισμάτων, συζητήστε με τους μαθητές ποιες κατηγορίες ατόμων με αναπηρίες μπορούν να λάβουν μέρος σε αυτά και τι τροποποιήσεις των κανονισμών γίνονται προκειμένου να μπορέσουν να αγωνιστούν τα άτομα με αναπηρία.

### Αα6

**Δραστηριότητα:** Παραολυμπιακοί Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους Παραολυμπιακούς, να κατανοήσουν την αξία της προσπάθειας και το δικαίωμα των συνανθρώπων μας στη διαφορά

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες αθλητών με αναπηρία (εφημερίδες, περιοδικά, κ.λπ.)

**Λέξεις-κλειδιά:** Παραολυμπιακοί Αγώνες, αθλητές με αναπηρία, διαφορετικότητα.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004 (σελ. 254-273)
2. Ολυμπιακό 2004άδιο (10-12 ετών), ΑΘΗΝΑ 2004. (σελ. 42-43)
3. Γ. Μουρατίδης, Ο καλός και δίκαιος αγώνας, Ίδρυμα Ολυμπιακής και Αθλητικής Παιδείας (σελ. 50-55.)

#### Βοήθεια:

Στις μικρές τάξεις του Δημοτικού (και σε όποιες περιπτώσεις το κρίνετε απαραίτητο) παρουσιάστε το θέμα των Παραολυμπιακών με τη μορφή μιας μικρής ιστορίας.



## Βα6

**Δραστηριότητα:** Οι Έλληνες Παραολυμπιονίκες των Αγώνων του Σίδνεϊ

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές τους Έλληνες Παραολυμπιονίκες του Σίδνεϊ και τα αγωνίσματά τους. Να μάθουν να δουλεύουν σε ομάδες και να συνεργάζονται.

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες των αθλητών, μεγάλα χαρτόνια, κόλλες (stick) κ.λπ.

**Λέξεις-κλειδιά:** Παραολυμπιακοί, αγώνισμα Παραολυμπιακών, Παραολυμπιονίκες.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004, σελ. 254-273.
2. <http://www.ipc.org>
3. <http://www.athens.olympic.org>

**Βοήθεια:**

Οι μαθητές, αν θέλουν, μπορούν εναλλακτικά να παρουσιάσουν στις αφίσες τους αθλητές με αναπηρία από την περιοχή τους.

## Οι Έλληνες Παραολυμπιονίκες των Αγώνων του Σίδνεϊ.

Χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες 4-5 ατόμων (ανάλογα με τον αριθμό τους) και αναθέστε τους το θέμα για τους Έλληνες Παραολυμπιονίκες του Σίδνεϊ.

Δώστε την ευκαιρία στους μαθητές να φτιάξουν μια αφίσα με εικόνες όπως τη θέλουν αυτοί.

Το θέμα της αφίσας μπορεί να περιλαμβάνει έναν μόνο αθλητή, ομάδα αθλητών ενός συγκεκριμένου αθλήματος (π.χ. στίβος) ή και όλους τους Έλληνες Παραολυμπιονίκες του Σίδνεϊ.

Αναθέστε στις ομάδες εργασία να συλλέξουν υλικό (κείμενα και φωτογραφίες) από περιοδικά, εφημερίδες, το διαδίκτυο κ.ά., για τους Έλληνες που έχουν πάρει μετάλλιο στους Παραολυμπιακούς Αγώνες του Σίδνεϊ. Όπου υπάρχει η δυνατότητα, παροτρύνετε τους μαθητές να πάρουν συνεντεύξεις και να φωτογραφηθούν με τους Ολυμπιονίκες των Παραολυμπιακών Αγώνων.

Στη συνέχεια, αφού οι ομάδες συλλέξουν το υλικό, θα διακοσμήσουν την αφίσα τους με φωτογραφίες, ζωγραφιές ή σκίτσα και κείμενα. Η αφίσα μπορεί να έχει τίτλο, και να προβάλλει με έντονα γράμματα στιγμές από τη ζωή των αθλητών με αναπηρίες και κάποιες δηλώσεις τους.

Οι αφίσες ή η αφίσα που θα δημιουργήσουν οι ομάδες των μαθητών μπορούν να παρουσιαστούν σε έκθεση της τάξης ή σε κάποια από τις εκδηλώσεις του σχολείου.





## Μη διαδεδομένα αθλήματα

Στην εισαγωγή της δραστηριότητας εξηγήστε στους μαθητές πότε ένα άθλημα θεωρείται μη διαδεδομένο για μια χώρα (δεν υπάρχει εθνικό πρωτάθλημα, δεν υπάρχουν αθλητές υψηλού επιπέδου, δεν υπάρχουν θεατές κ.λπ).

Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες, δώστε τους μια λίστα με τα 28 αθλήματα των Ολυμπιακών Αγώνων και ζητήστε από τις ομάδες να κάνουν μια λίστα με τα μη διαδεδομένα αθλήματα στη χώρα μας.

Αφού γίνουν οι ανάλογες αναφορές από τις ομάδες, επικεντρωθείτε στα αγωνίσματα που έχετε επιλέξει να παίξετε στην αυλή σε επόμενες δραστηριότητες (π.χ. μπίτζμπολ, μπάντμιντον, τρίαθλο, ξιφασκία).

Παρουσιάστε το σκοπό, τον αριθμό των παικτών, τα γήπεδα και τους βασικούς κανονισμούς αυτών των αθλημάτων.

Όπου υπάρχει η δυνατότητα, προβάλετε τη βιντεοταινία με τα Ολυμπιακά Αθλήματα της ΑΘΗΝΑ 2004, για να γνωρίσουν οι μαθητές τα μη διαδεδομένα Ολυμπιακά Αθλήματα.

Στο τέλος της δραστηριότητας, ρωτήστε τους μαθητές με ποια από τα μη διαδεδομένα αθλήματα θα ήθελαν να ασχοληθούν στο μέλλον ή ποια από αυτά θα παρακολουθούσαν στους Ολυμπιακούς του 2004.

### Αα7

#### Δραστηριότητα:

Μη διαδεδομένα αθλήματα

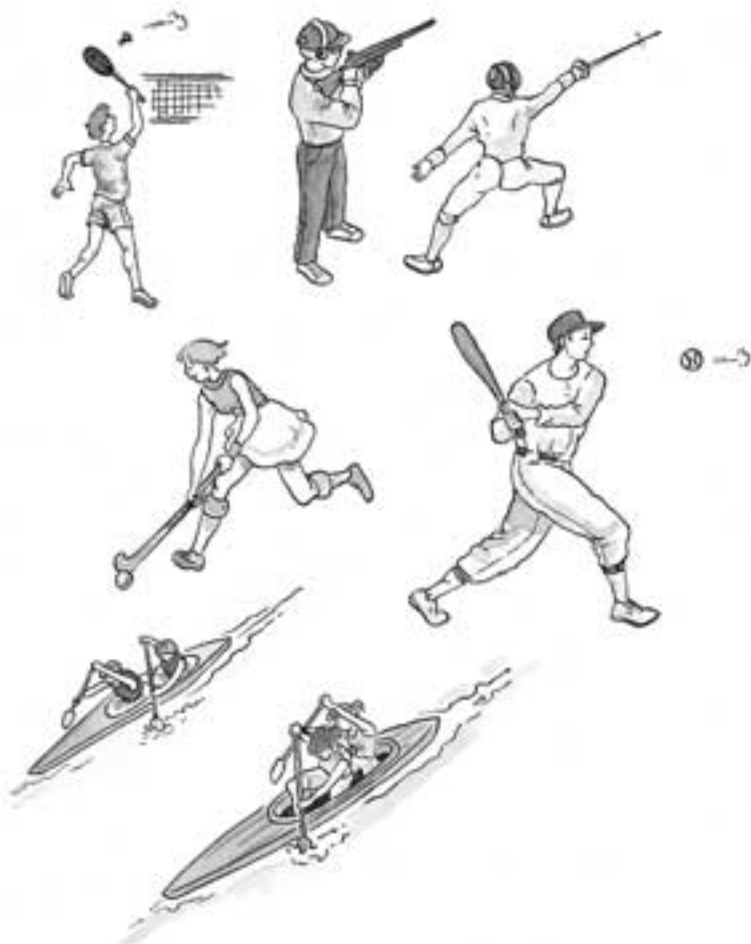
**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές αθλήματα μη διαδεδομένα στη χώρα μας.

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες από περιοδικά και εφημερίδες με αθλητές, αθλητικές εγκαταστάσεις, στιγμιότυπα από Ολυμπιακούς Αγώνες, βίντεο.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Ολυμπιακά αθλήματα, Ολυμπιακά αγωνίσματα

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.sport.gov.gr>





## Ba7

**Δραστηριότητα:** Τρίαθλο

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του τρίαθλου, να μάθουν να συνεργάζονται για τη δημιουργία και την παρουσίαση μιας ομαδικής εργασίας.

**Εξοπλισμός:** Χαρτόνια μεγάλων διαστάσεων (ένα για κάθε ομάδα εργασίας), κόλλα, ψαλίδια, ανάλογο αθλητικού περιεχομένου φωτογραφίες από περιοδικά, εφημερίδες κ.ά.

**Λέξεις-κλειδιά:** τρίαθλο.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.athens.olympic.org>
3. <http://www.sport.gov.gr>

## Τρίαθλο

Το σύνολο των μαθητών της τάξης χωρίζεται σε 4 ομάδες εργασίας (Α, Β, Γ, Δ). Οι μαθητές των Α, Β, Γ ομάδων μοιράζονται το έντυπο υλικό και επιλέγουν τις φωτογραφίες που αντιστοιχούν στα αγωνίσματα του τρίαθλου. Αφού τις κόψουν, τις ταξινομούν κατά αγώνισμα και μετά από ανταλλαγή με τις άλλες ομάδες, καταλήγουν να έχουν:

- Α ομάδα: φωτογραφίες κολύμβησης (σε θάλασσα ή λίμνη)
  - Β ομάδα: φωτογραφίες ποδηλασίας (σε ανοικτό χώρο)
  - Γ ομάδα: φωτογραφίες αθλητών που τρέχουν (σε εξωτερικό χώρο)
- Στη συνέχεια, προσαρμόζουν τις φωτογραφίες στο χαρτόνι του αγώνισματος που τους αντιστοιχεί, συνθέτουν το κολάζ και, αφού τις κολλήσουν, έχουν σχηματίσει τα κολάζ των αγωνισμάτων του τρίαθλου.
- Η Δ ομάδα αναλαμβάνει στο δικό της χαρτόνι να φτιάξει πίνακα με:
    - σύντομα ιστορικά στοιχεία
    - βασικούς κανονισμούς του αθλήματος
    - Ολυμπιακό χώρο διεξαγωγής του αθλήματος στους Αγώνες του 2004
    - Ονόματα αθλητών που διακρίθηκαν στην Ολυμπιάδα του Σίδνεϊ.

Οι συνθέσεις-κολάζ των μαθητών αναρτώνται στην «Ολυμπιακή γωνιά» του σχολείου ή σε ανάλογο χώρο, ακολουθώντας τη σειρά διεξαγωγής των αγωνισμάτων· στο πρώτο παρουσιάζονται οι σχετικές πληροφορίες, έτσι ώστε και οι υπόλοιποι μαθητές του σχολείου να ενημερωθούν για το άθλημα.

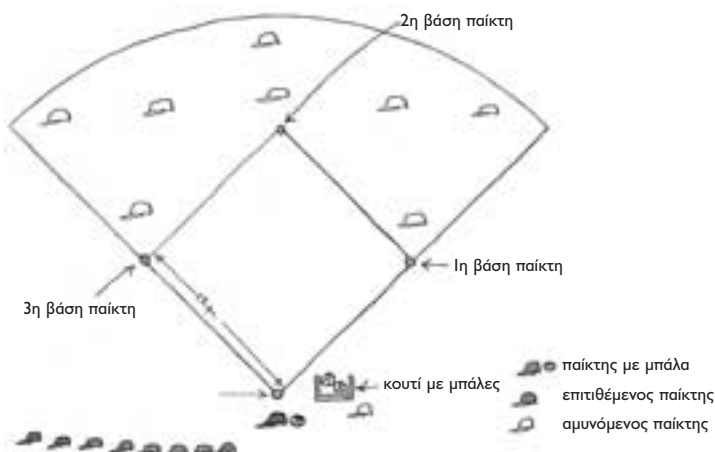


## Μπέιζμπολ με μπάλες (I)

Στην εισαγωγή της δραστηριότητας εξηγήστε στους μαθητές τη φιλοσοφία και τους κανονισμούς του παιχνιδιού που θα παίξουν. Το παιχνίδι είναι ομαδικό, το ονομάζουμε μπέιζμπολ με μπάλες και συμμετέχει όλη η τάξη χωρισμένη σε δύο ομάδες. Το μπέιζμπολ με μπάλες παίζεται σε ανοιχτό γήπεδο το οποίο σχηματίζει ένα ρόμβο που κάθε πλευρά του είναι 12μ. Στις άκρες του ρόμβου είναι τοποθετημένες 4 βάσεις (σχήμα). Η ομάδα που κάνει επίθεση παρατάσσεται σε θέση βολής πίσω από την αρχική βάση. Ο πρώτος επιθετικός παίκτης θα πρέπει να πάρει τις τρεις μπάλες από το κουτί ή το καλάθι, και να τις πετάξει ή να τις κλωτσήσει όσο πιο μακριά μπορεί. Στη συνέχεια, ο παίκτης αυτός θα πρέπει να τρέξει από τη δεξιά πλευρά και να ακουμπήσει όσο περισσότερες βάσεις μπορεί. Σε περίπτωση που προλάβει να γυρίσει στην αρχική του βάση ακουμπώντας όλες τις άλλες βάσεις προτού οι αμυντικοί επιστρέψουν τις μπάλες στο κουτί, σημειώνει 4 πόντους, αν φτάσει ως την τρίτη βάση 3 πόντους, ως τη δεύτερη βάση 2 πόντους και ως την πρώτη βάση 1 πόντο. Οι παίκτες της ομάδας που κάνει άμυνα λαμβάνουν τυχαίες θέσεις στο γήπεδο και έξω από το ρόμβο που σχηματίζουν οι βάσεις. Σκοπός των αμυντικών είναι να πιάσουν και τις τρεις μπάλες και να τις γυρίσουν πίσω στο κουτί. Ένας αμυντικός έχει δικαίωμα να είναι κοντά στο κουτί με τις μπάλες, το οποίο βρίσκεται δίπλα στην αρχική βάση. Όταν έχουν επιστρέψει οι μπάλες στο κουτί, ο επιθετικός παίρνει τους πόντους από τη βάση όπου έχει καταφέρει να φτάσει και επιστρέφει στο τέλος της σειράς των παικτών που κάνουν βολή. Το παιχνίδι συνεχίζεται με το δεύτερο επιθετικό. Όταν όλοι οι παίκτες της ομάδας που κάνει επίθεση έχουν ήδη από μία βολή, οι ομάδες αλλάζουν θέσεις.

Η ομάδα που θα συγκεντρώσει τους περισσότερους πόντους σε δύο ή τρεις (ανάλογα με το χρόνο) επιθέσεις ανακηρύσσεται νικήτρια. Στη συνέχεια, μαζί με τους μαθητές, σχεδιάστε το γήπεδο όπως στο σχήμα.

Στο χρόνο που σας απομένει, αφού οι μαθητές κάνουν μερικές προασκήσεις για εξοικείωση με το παιχνίδι (πάσες με το ένα χέρι από βάση σε βάση και με τις τρεις μπάλες, σπριντ από βάση σε βάση), παίξτε το παιχνίδι.



## Γα7 (I)

**Δραστηριότητα:** Μπέιζμπολ με μπάλες (I)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπέιζμπολ

**Εξοπλισμός:** Τρεις μπάλες (ποδοσφαίρου, μπάσκετ ή βόλει λίγο ξεφούσκωτες), κολητική ταινία ή πλαστικοί κώνοι, ένα κουτί - καλάθι σκουπιδιών

**Λέξεις-κλειδιά:** μπέιζμπολ, σόφτμπολ

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. *Τα Ολυμπιακά αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004 σελ.57-60 & 96-98
2. *Τα Ολυμπιακά αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.sport.gov.gr>

### Βοήθεια:

Αν οι ομάδες έχουν αρκετούς παίκτες, καλύτερα να τοποθετήσετε στην άμυνα 2 παίκτες στο κουτί για να πιάνουν τις μπάλες. Τους παίκτες αυτούς να τους αλλάζετε συχνά.

Δώστε ποινή στην αμυντική ομάδα (-2 πόντους) αν με οποιοδήποτε τρόπο εμποδίσει κάποιον επιθετικό να τρέξει γύρω από τις βάσεις.



## Μπέιζμπολ με μπάλες (3)

Στην εισαγωγή της δραστηριότητας ρωτήστε τους μαθητές τι γνωρίζουν για το μπέιζμπολ. Στη συζήτηση που θα ακολουθήσει εξηγήστε τους μερικά από τα βασικά στοιχεία του παιχνιδιού [μάθημα Γ7 (I)] και πείτε τους να το συγκρίνουν με το παιχνίδι που έμαθαν στα προηγούμενα μαθήματα [Γα6 (I), Γα6 (II)].

Στη συνέχεια, αφού οι μαθητές κάνουν 5' προθέρμανση (χαλαρό τρέξιμο, γενικές ασκήσεις) παίζουν το παιχνίδι «μπέιζμπολ με μπάλες», αφού πρώτα έχουν χωριστεί σε ομάδες και με κλήρωση έχουν αποφασίσει ποιοι θα ξεκινήσουν από την επίθεση και ποιοι από την άμυνα.

Όπου υπάρχει η δυνατότητα, μετά από τα δύο πρώτα μαθήματα, οργανώστε και αγώνες μεταξύ δύο τμημάτων ή τάξεων.

Στο τέλος της δραστηριότητας, ρωτήστε τους μαθητές αν το διασκέδασαν και αν θα ήθελαν να παρακολουθήσουν μπέιζμπολ ή σόφτμπολ στους Ολυμπιακούς Αγώνες.



### Γα7 (III)

#### Δραστηριότητα:

Μπέιζμπολ με μπάλες (3)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπέιζμπολ

**Εξοπλισμός:** Τρεις μπάλες (ποδοσφαίρου, μπάσκετ ή βόλει λίγο ξεφούσκωτες), κολητική ταινία ή πλαστικοί κώνοι κι ένα κουτί ή καλάθι σκουπιδιών.

**Λέξεις-κλειδιά:** μπέιζμπολ, σόφτμπολ

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. Τα Ολυμπιακά αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία).
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.sport.gov.gr>

#### Βοήθεια:

Όπου υπάρχει βίντεο, οι βασικές αρχές του παιχνιδιού είναι καλό να παρουσιάζονται με ταυτόχρονη προβολή του αθλήματος.

## Γα7(IV)

**Δραστηριότητα:** Ξιφασκία

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με το άθλημα της Ξιφασκίας.

**Εξοπλισμός:** Σκουτάλες, ιατρικές μπάλες.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ξιφασκία, προσοκλήσεις.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.sport.gov.gr>

## Ξιφασκία

Αφιερώνουμε τα 10 πρώτα λεπτά της ώρας για να δείξουμε στους μαθητές τα τρίλεπτα στιγμιότυπα του αθλήματος από τη βιντεοταινία των Ολυμπιακών αθλημάτων και να συζητήσουμε μαζί τους τα βασικά χαρακτηριστικά και τους κανονισμούς του αθλήματος.

Στη συνέχεια, περνάμε στην αυλή ή το γυμναστήριο του σχολείου και εκτελούμε μερικές βασικές ασκήσεις για την εξοικείωση των μαθητών με το άθλημα.

■ Άσκηση 1η:

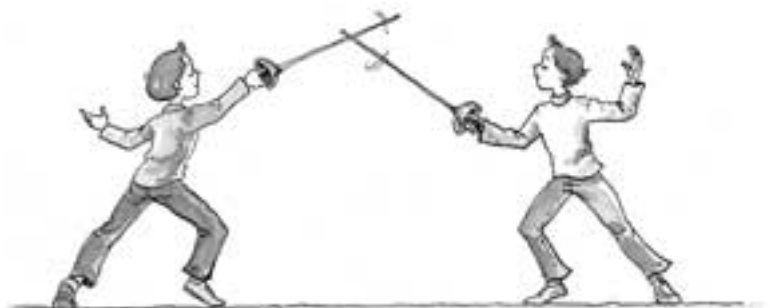
Οι μαθητές τρέχουν ελεύθερα στο χώρο και με τα παλαμάκια του γυμναστή ακινητοποιούνται σε θέση διάστασης με λυγισμένα πόδια, ενώ τα χέρια τους ακουμπούν τα γόνατα. Αυτός που ακούμπησε τελευταίος τα χέρια στα γόνατα ή έχασε την ισορροπία του φεύγει από το παιχνίδι.

■ Άσκηση 2:

Ζητάμε από τους αθλούμενους να σχηματίσουν ζευγάρια και τους δίνουμε να κρατούν από μία σκουτάλη. Με το παράγγελλο οι συναθλούμενοι προσπαθούν να αγγίξουν ο ένας το πέλμα του άλλου εκτείνοντας το χέρι στο οποίο κρατούν τη σκουτάλη και προσέχοντας παράλληλα να αποφύγουν αντίστοιχο άγγιγμα. Μπορούμε να ορίσουμε ότι ο μαθητής που θα πετύχει πρώτος 10 αγγίγματα στο πέλμα του συμμαθητή του θα είναι ο νικητής.

■ Άσκηση 3:

Χωρίζουμε τους μαθητές σε ομάδες και εκτελούμε μία σκουταλοδρομία. Τα παιδιά, με ιατρική μπάλα τοποθετημένη ανάμεσα στα πόδια τους, προσπαθούν να φθάσουν μέχρι κάποιο καθορισμένο σημείο και να επιστρέψουν στη θέση εκκίνησης όσο το δυνατόν ταχύτερα. Η ομάδα που ολοκληρώνει πρώτη τη διαδρομή της ανακηρύσσεται νικήτρια.



## Τρίαθλο

Χωρίστε τους μαθητές σε τρεις ομάδες 8-9 ατόμων. Η κάθε ομάδα εκτελεί ασκήσεις ανά αγώνισμα (κολύμβηση, ποδηλασία, τρέξιμο). Οι μαθητές, μετά την ολοκλήρωση των ασκήσεων κάθε αγωνίσματος, αλλάζουν ομάδα ασκήσεων μέχρι να συμπληρώσουν τον κύκλο και των τριών αγωνισμάτων που συνθέτουν το άθλημα του τρίαθλου.

**Ζέσταμα (5 λεπτά)**

- Διατάσεις κορμού, άνω και κάτω άκρων
- Τρέξιμο  
Κολύμβηση (10 λεπτά)
- Εκτέλεση ασκήσεων με λάστιχα – κάθε άσκηση εκτελείται 3 φορές από 10-15 φορές. Τα λάστιχα προσαρμόζονται σε σταθερό σημείο.  
Άσκηση 1: με το πρόσωπο απέναντι από τα λάστιχα, στο στρώμα γυμναστικής ή στον πάγκο, από θέση οριζόντια με την κοιλιά και τα χέρια μπροστά, έλξεις των λάστιχων με τα χέρια εναλλάξ προς τα πίσω μέχρι το μηρό, όπως στο ελεύθερο στην κολύμβηση (σχήμα).  
Άσκηση 2: με την πλάτη απέναντι από τα λάστιχα, από θέση οριζόντια με την κοιλιά και με στήριξη στους πήχεις, ανέβασμα των λάστιχων με τα πόδια εναλλάξ τεντωμένα προς τα πίσω (σχήμα).  
Άσκηση 3: με την πλάτη απέναντι από τα λάστιχα, από όρθια θέση με τα πόδια ελαφρώς ανοικτά, κρατώντας το λάστιχο με τεντωμένα τα χέρια πάνω από το κεφάλι, κάμψεις του κορμού: α) πλάγια, δεξιά και αριστερά, β) μπροστά (σχήμα).

**Ποδηλασία (10 λεπτά)**

- Κάθε άσκηση-διαδρομή εκτελείται 3-5 φορές.  
Άσκηση 1: διαδρομή σε 8άρια γύρω από κώνους  
Άσκηση 2: πορεία με το ένα χέρι στο τιμόνι του ποδηλάτου (δεξί μέχρι τον κώνο - στροφή - επιστροφή με το αριστερό)  
Άσκηση 3: ελικοειδής διαδρομή ανάμεσα σε κώνους, σε ζευγάρια, ακολουθώντας ο ένας τον άλλο.

**Τρέξιμο (5-6 λεπτά)**

- Ασκήσεις τρεξίματος
- Τρέξιμο σε καθορισμένη διαδρομή μέσα στην αυλή.
  - Αποκατάσταση - αποθεραπεία (4-5 λεπτά).
  - Σύνδεση του μαθήματος με τους Αγώνες του 2004 (8-10 λεπτά).
  - Προβολή των 3λεπτων στιγμιότυπων του αθλήματος της βιντεοκασέτας *Τα Ολυμπιακά αθλήματα*.
  - Πληροφορίες σχετικά με τους κανονισμούς που ισχύουν για το άθλημα.
  - Συζήτηση για την υποδομή του αθλήματος στη χώρα μας.
  - Τόπος και ημερομηνίες διεξαγωγής του αθλήματος κατά τη διάρκεια των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004.



## Γα7(Υ)

**Δραστηριότητα:** Τρίαθλο

**Στόχος:** να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του τρίαθλου, τους κανονισμούς που ισχύουν, τον τρόπο, τον τόπο και τη σειρά διεξαγωγής των αγωνισμάτων

**Εξοπλισμός:** 3 στρώματα γυμναστικής ή πάγκοι, 3 λάστιχα, 3 ποδήλατα, κώνοι

**Λέξεις-κλειδιά:** τρίαθλο

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. *Τα Ολυμπιακά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004
2. *Τα Ολυμπιακά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.sport.gov.gr>

**Βοήθεια:**

Φροντίστε να κάνετε σωστή κατανομή του χρόνου που διαθέτετε. Προετοιμάστε εγκαίρως τα όργανα και τα υλικά που χρειάζεστε ώστε να μη χάσετε πολύτιμο χρόνο. Αναθέστε σε κάποιους μαθητές να φέρουν τα ποδήλατά τους. Εστιάστε στον κύριο στόχο του μαθήματος -κινητική προσέγγιση του τρίαθλου- και μη δώσετε ιδιαίτερη βαρύτητα στις σωματικές επιβαρύνσεις. Παρουσιάστε τη δραστηριότητα υπό μορφή παιχνιδιού (π.χ. αξιολογώντας την εκτέλεση των ασκήσεων κάθε ομάδας). Θα κάνετε έτσι πιο ενδιαφέρουσα και διασκεδαστική τη συμμετοχή των μαθητών. Για λάστιχα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ακόμα και το απλό λάστιχο που χρησιμοποιούν οι μαθητές στο ομώνυμο παιχνίδι.



## Γα7(VI)

**Δραστηριότητα:** Αντιπέρση (μπάντμιντον)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπάντμιντον, τους κανονισμούς που ισχύουν, τον τρόπο και τον τόπο διεξαγωγής του.

**Εξοπλισμός:** ρακέτες, μπαλόνια, φτερά πλαστικά αντιπέρσης

**Λέξεις-κλειδιά:** αντιπέρση, μπάντμιντον

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.sport.gr>

**Βοήθεια:**

Προσπαθήστε η παρουσίαση του αθλήματος να είναι ελεύθερη και να έχει μορφή παιχνιδιού. Αν ο αθλούμενος αποτυγχάνει κατ' εξακολούθηση να χτυπήσει το φτερό, του υποδεικνύουμε: α) να κρατά ψηλά τη ρακέτα (πάνω και μπροστά από το κεφάλι του), β) να βλέπει το φτερό, μέσα από την πλεγμένη επιφάνεια της ρακέτας γ) να χτυπάει το φτερό με τη ρακέτα τη στιγμή που το βλέπει να φθάνει σ' αυτήν, με μικρή κίνηση του καρπού.

Επισημαίνουμε να μην παίζουν ανταγωνιστικά και να προτιμούν τα χτυπήματα πάνω από το κεφάλι.

## Αντιπέρση (μπάντμιντον)

Αφιερώνουμε τα 10 πρώτα λεπτά του χρόνου μας για να δείξουμε στους μαθητές τα τρίλεπτα στιγμιότυπα του αθλήματος από την κασέτα των Ολυμπιακών αθλημάτων, και να συζητήσουμε μαζί τους τα βασικά χαρακτηριστικά και τους κανονισμούς του αθλήματος. Στη συνέχεια περνάμε στο προαύλιο του σχολείου και εκτελούμε μερικές ασκήσεις για την εξοικείωση των μαθητών με το άθλημα.

**Άσκηση 1η:** Δίνουμε στους μαθητές από μία ρακέτα και τους υποδεικνύουμε τη σωστή λαβή της. Φουσκώνουμε ένα μπαλόνι σε μέγεθος μπάλας του βόλεϊ ή λίγο μικρότερο και ζητάμε από τους μαθητές να προσπαθήσουν να το χτυπήσουν με τη ρακέτα, διαδοχικά, κάτω από τη μέση και πάνω από το κεφάλι τους. Η αργή κίνηση του μπαλονιού συντελεί στο να εξοικειωθεί ο μαθητής με την κίνηση της ρακέτας και να αποκτήσει αίσθηση του χώρου και των θέσεων του καρπού του, της λαβής και της κεφαλής της ρακέτας.

**Άσκηση 2:** Στη συνέχεια και για τα 10 τελευταία περίπου λεπτά της ώρας, ορίζουμε ότι, ανά δύο ζευγάρια, θα διεξαχθεί ελεύθερο παιχνίδι (διαδοχικά χτυπήματα του φτερού) σε διάφορα σημεία του χώρου μας και χωρίς περιορισμούς στο χώρο κίνησης των μαθητών. Με αυτό τον τρόπο εξασφαλίζουμε την αμεσότερη και αβίαστη εξοικείωση των μαθητών με τη ρακέτα και το φτερό.

Στη συνέχεια, αξιοποιώντας το χώρο του βόλεϊ (αν υπάρχει) ή χώρο στον οποίο κατά προσέγγιση θα μπορούσαμε να σχηματίσουμε ένα γήπεδο του μπάντμιντον, οργανώνουμε ένα μικρό τουρνουά, χωρίς να τηρούμε απόλυτα τους κανονισμούς του αθλήματος. Φροντίζουμε να συμμετέχουν όλοι οι μαθητές και, κατά παράβαση των κανονισμών, ορίζουμε ομάδες των 3-4 παικτών με στόχο αποκλειστικά και μόνο τη διασκέδαση και την απόλαυση του παιχνιδιού.







Απαστηριότητες  
για το Γυμνάσιο

## Εισαγωγική δραστηριότητα

Αφιερώστε 5-10 λεπτά για να συστηθείτε στα παιδιά και για να τους παρουσιάσετε τους στόχους της Ολυμπιακής παιδείας. Στη συνέχεια, οργανώστε το μάθημα γύρω από τις 2 υποδραστηριότητες που ακολουθούν.

### Υποδραστηριότητα 1 (5-10 λεπτά)

Πείτε τους: «Πολλές από τις δραστηριότητες του προγράμματος θα τις εκτελούμε σε μικρές ή μεγαλύτερες ομάδες. Οι ομάδες που θα δημιουργήσουμε σήμερα θα είναι των 3 (έως 5) ατόμων, κάποιες από τις δραστηριότητες όμως θα ανατίθενται σε 2-3 ομάδες μαζί. Τώρα, θα ήθελα να χωριστείτε μόνοι σας σε τριάδες. Έχετε 3 λεπτά να το κάνετε και να γράψετε τα ονόματά σας σε χαρτί που θα σας μοιράσω. Πάνω-πάνω στο χαρτί θα γράψετε ένα όνομα για την ομάδα σας» (Φροντίστε να συμπεριληφθούν όλα τα παιδιά σε ομάδες.)

### Υποδραστηριότητα 2 (10-20 λεπτά)

Πείτε τους: «Για να λειτουργήσουμε πιο αποτελεσματικά και με το μέγιστο όφελος για όλους πρέπει από την αρχή να συμφωνήσουμε όλοι για τον τρόπο με τον οποίο θα διεξάγονται οι δραστηριότητες. Μαζί θα καταλήξουμε σε κάποιες προτάσεις και θα υποσχεθούμε ότι θα τις τηρούμε. Σκοπός μας είναι να έχουμε όλοι το μεγαλύτερο όφελος στο μικρότερο χρόνο.» Αφού καταλήξετε σε κάποιες προτάσεις, αναθέστε σε ορισμένα παιδιά να τις καθαρογράψουν και στο επόμενο μάθημα φωτοτυπήστε και δώστε τους από ένα αντίγραφο, για να υπογράψουν ότι δεσμεύονται να τηρήσουν τις προτάσεις που συναποφάσισαν. Αναθέστε σε μια ομάδα να το κάνει αφίσα και τοιχοκολλήστε το στην αίθουσα. Παρακάτω προτείνονται μερικά σημεία που μπορείτε να τα συζητήσετε με τα παιδιά για να συμπεριλάβετε στο πρωτόκολλο που θα συντάξετε:

Να ακούμε ο ένας τον άλλο, να μιλάμε ένας ένας και όχι όλοι μαζί, δεν διακόπτω ποτέ τον άλλο, αφήνω να ολοκληρώσει και μετά ζητάω το λόγο. Έρχομαι στην ώρα μου στο μάθημα. Είμαι συνεπής στις υποχρεώσεις της ομάδας μου. Προσπαθώ όσο περισσότερο μπορώ. Δεν πληγώνω τους άλλους σωματικά ή λεκτικά. Προσέχω τον εαυτό μου. Προσέχω το θρανίο, την τάξη και όλο το σχολείο. Δεν πετάω σκουπίδια, δεν γράφω σε τοίχους/θρανία, δεν λερώνω το χώρο όπου κινούμαι. Δεν θα εκφέρω αρνητικά σχόλια για τους συμμαθητές μου. Τα σχόλια θα έχουν πάντα τη μορφή πρότασης για βελτίωση και ενθάρρυνση. Όλες οι διαφωνίες θα λύνονται με συζήτηση. Η συζήτηση θα σταματάει μόνο όταν υπάρξει κοινή συμφωνία για οποιοδήποτε θέμα προκύπτει ανάμεσά μας. Συναντήσεις μεταξύ των μελών της ομάδας ή μεταξύ των ομάδων θα γίνονται και έξω από το σχολείο μετά από κοινή συμφωνία και όλοι θα είναι παρόντες. Δεν ξεχνώ να ζητήσω την έγκριση των γονιών μου πριν δώσω υποσχέσεις. Οι συναντήσεις μπορεί να γίνονται για δραστηριότητες εξωσχολικές που αφορούν όμως το σχολείο, όπως η συλλογή στοιχείων από βιβλιοθήκες για κάποια εργασία κ.ά. Συνεργαζόμαστε και βοηθούμε άλλες ομάδες.

Τα παραπάνω δεν είναι δεσμευτικά. Αφήστε τα παιδιά να προτείνουν και να αποφασίσουν. Προτείνετε κι εσείς ό,τι νομίζετε απαραίτητο, αρκεί να δεχτούν και τα παιδιά να το συμπεριλάβετε στο πρωτόκολλο. Τέλος, πείτε τους να αποφασίσουν τι θα συμβαίνει όταν κάποιος δεν τηρούν τη συμφωνία. Προτρέψτε τους να μη βάλουν ποινές, απλώς οι υπεύθυνοι να ζητούν συγνώμη από τους θιγόμενους και να υπόσχονται ότι αυτό που έγινε δεν θα επαναληφθεί. Το πιθανότερο είναι να μην υπάρξουν παραβάτες, αφού οι ίδιοι τα συναποφάσισαν.

**Δραστηριότητα:** Εισαγωγική δραστηριότητα

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους στόχους του προγράμματος και να τεθεί το πλαίσιο των δραστηριοτήτων.

**Εξοπλισμός:** Χαρτιά και μολύβια

### Περισσότερες πληροφορίες:

Ellias M.J. & Clabby, J.F. (1992). *Building social problem-solving skills*, Jossey - Bass, San Francisco.

Canfield, J. & Siccone, F. (1995). *101 Ways to develop student self esteem and responsibility*, U.S.A. Allyn and Bacon.

### Βοήθεια:

- Τονίστε στα παιδιά ότι αυτή είναι μια συμφωνία που υπέγραψαν και όχι κανόνες που τους επιβάλλονται.
- Σε τυχόν υπαναχωρήσεις κατά τη διάρκεια της χρονιάς θυμίζετε τους ότι οι ίδιοι έκαναν τις προτάσεις και ότι σκοπός αυτής της συμφωνίας είναι να έχουν όλοι το μέγιστο όφελος.
- Ακόμη και αν δεν συμφωνήσουν όλοι σε όλα μπορείτε και πάλι να λειτουργήσετε. Αυτό γίνεται για να εξασφαλιστεί το καλύτερο αποτέλεσμα και το μέγιστο δυνατό όφελος για όλους.
- Η διαδικασία με τις μικρές συντροφίες στην αρχή μπορεί να σας δυσκολέψει και μπορεί να προκύψουν και προβλήματα. Επιμεινετε και ο χρόνος θα σας δικαιώσει.

## Αβι

**Δραστηριότητα:** Οι Ολυμπιακοί Αγώνες στην αρχαία Ελλάδα

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες.

**Εξοπλισμός:** Διαφάνειες, βίντεο (αν υπάρχει), φωτογραφίες (εφημερίδες, περιοδικά, έντυπα της ΑΘΗΝΑ 2004), βιβλία, εργασίες μαθητών, slides.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, αγωνίσματα αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων, Οργάνωση των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων, Πολιτισμός.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές- Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. Ολυμπιακό 2004άδιο (10-12 ετών), ΑΘΗΝΑ 2004.
3. Ολυμπιακές ματιές, ΑΘΗΝΑ 2004.
4. Μουρατίδη Ι. (1998), *Οι Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες (για παιδιά)*, Εκδόσεις Πλάτων, Θεσσαλονίκη.
5. Μουρατίδη Ι. (1998), *Ιστορία Φυσικής Αγωγής*, Εκδόσεις Χριστοδουλίδη, Θεσσαλονίκη
6. Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας, Υπουργείο Αιγαίου
7. <http://www.athens.olympic.org>
8. <http://www.ime.gr>

## Οι Ολυμπιακοί Αγώνες στην αρχαία Ελλάδα

Ρωτήστε τους μαθητές τι γνωρίζουν για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες. Συζητήστε μαζί τους για 5 λεπτά και στη συνέχεια παρουσιάστε με όποιον τρόπο μπορείτε φωτογραφικό υλικό από τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες (αθλητές, αθλήματα, χώρους της Ολυμπίας, κ.ά.). Χρησιμοποιήστε βίντεο, φωτογραφίες και ό,τι άλλο διαθέτετε ή μπορείτε να βρείτε ώστε να κάνετε το μάθημα ελκυστικό.

Στη συνέχεια, συζητήστε με τους μαθητές για τα αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων. Παρουσιάστε τα με όσες περισσότερες λεπτομέρειες μπορείτε και παροτρύνετε τους μαθητές να βρουν ομοιότητες και διαφορές με τα σημερινά αγωνίσματα των Ολυμπιακών Αγώνων (τα αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων ήταν: ο δρόμος, το άλμα, ο δίσκος, το ακόντιο, η πάλη, η πυγμαχία, το παγκράτιο, το πένταθλο και τα αγωνίσματα του ιπποδρόμου).

Αναφερθείτε στον τρόπο οργάνωσης των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων (σπουδαιότερα κτήρια, έπαθλα, αμοιβές αθλητών) και κάντε συγκρίσεις με τη σημερινή εποχή.

Τέλος, αφιερώστε χρόνο για συζήτηση με τα παιδιά πάνω σε θέματα όπως: η συμβολή των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων στο σύγχρονο πολιτισμό, το νόημα της εκκευρίας, σύγκριση αρχαίων και σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων.





## Κατασκευή αθλητικών οργάνων

Αφιερώνουμε 5-8 λεπτά για να δείξουμε στα παιδιά φωτογραφίες από αγγεία που παρουσιάζουν αρχαία Ολυμπιακά αθλήματα. Κάνουμε μια σύντομη περιγραφή των οργάνων που χρησιμοποιούσαν οι αθλητές και αφήνουμε τα παιδιά να επιλέξουν το όργανο που θέλουν να κατασκευάσουν και το υλικό που θα χρησιμοποιήσουν.

Για την κατασκευή ακοντίων ο ευκολότερος τρόπος είναι να κατευθύνουμε τα παιδιά στη χρήση ξύλων (π.χ. κοντάρια από σκούπα) ή εύκαμπτων, λεπτών πλαστικών σωλήνων τους οποίους θα γεμίσουν με γύψο ή άλλο υλικό και θα επενδύσουν με χαρτιά ή θα βάψουν με ρευστά χρώματα.

Πηλό, γύψο, ξύλο (σε περίπτωση ξυλογλυπτικής) και σκληρά χαρτόνια μπορούν να τα χρησιμοποιήσουν οι μαθητές για την κατασκευή αλτήρων και δίσκων.

Ενημερώνουμε τους μαθητές τόσο για το μέγεθος των δίσκων (ποικιλία σε διάμετρο και βάρος) που χρησιμοποιούσαν οι αρχαίοι αθλητές, όσο και για τα διαφορετικά σχήματα αλτήρων (ελλειψοειδείς, σφαιροειδείς κ.ά.).

Τα ολοκληρωμένα έργα πρέπει να στεγνώσουν αργά και να λειανθούν με τη χρήση γυαλόχαρτου. Στη συνέχεια, αφού βαφτούν με ρευστά χρώματα (τέμπερα, πλαστικό) να περαστούν ένα χέρι βερνίκι επίπλων, ώστε τα χρώματα να διατηρήσουν τη λάμψη τους.

Τα όργανα που θα κατασκευαστούν μπορούν να χρησιμοποιηθούν την ώρα των κινητικών δραστηριοτήτων της αντίστοιχης ενότητας ή και να εκτεθούν κατά τη διάρκεια σχολικής εκδήλωσης με θέμα τους Ολυμπιακούς Αγώνες.

### Ββι

**Δραστηριότητα:** Κατασκευή αθλητικών οργάνων

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τα όργανα που χρησιμοποιούσαν οι αθλητές της αρχαιότητας μέσα από την αισθητική αγωγή

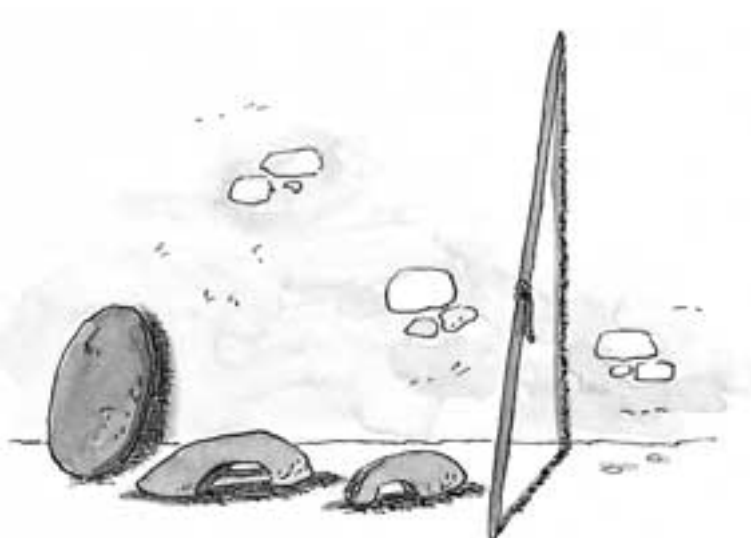
**Εξοπλισμός:** Πηλός, γύψος, σκληρά χαρτόνια, ξύλα κ.ά.

**Λέξεις-κλειδιά:**

Ακόντιο, δίσκος, αλτήρες

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
2. <http://www.athens.olympic.org>



## ΓΒΙ(Ι)

**Δραστηριότητα:** Αρχαία Ολυμπιακά δρομικά αγωνίσματα

**Στόχος:** Να αποκτήσουν οι μαθητές πλήρη εικόνα των δρομικών αγωνισμάτων των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων

**Εξοπλισμός:** Κιμωλίες για να ορίσετε τη γραμμή εκκίνησης, τσάντες ή ό,τι άλλο σκεφτείτε για τον οπλίτη δρόμο.

**Λέξεις-κλειδιά:** αρχαία δρομικά αγωνίσματα, στάδιο, δίαυλος, δόλικος, δρόμος

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας, Υπουργείο Αιγαίου
3. <http://www.athenw.olympic.org>
4. <http://www.ime.gr>

**Βοήθεια:**

Μη δώσετε ανταγωνιστικό χαρακτήρα στους αγώνες δρόμου. Στόχος είναι να τερματίσουν όλοι.

## Αρχαία Ολυμπιακά δρομικά αγωνίσματα

Ρωτήστε τους μαθητές αν γνωρίζουν κάποια από τα δρομικά αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων. Ενημερώστε ότι: στα αγωνίσματα του δρόμου, από τον 5ο αι. και μετά, για να εξασφαλιστεί η τίμια και σωστή εκκίνηση των δρομέων, υπήρχε ο μηχανισμός της ύσπληγας. Επιπλέον, η εκκίνηση δινόταν με το παράγγελμα του αφέτη ή του σαλπικτή («παρά πόδας!», «άφετε!»). Πείτε τους να τα συγκρίνουν με τα αγωνίσματα δρόμων της σημερινής εποχής. Πείτε στα παιδιά να προτείνουν τρόπους ώστε να εξασφαλιστεί η τίμια και σωστή εκκίνηση και πείτε τους να αναλάβουν ρόλους (αφέτες, αθλητές, κ.λπ.) Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε 3-4 ομάδες.

Η πρώτη ομάδα θα ασχοληθεί με το αγώνισμα του σταδίου. Οι μαθητές θα πρέπει να διανύσουν μια απόσταση 192 μ. περίπου, σε μία διαδρομή (ευθύς δρόμος, ξεκινούν από την αφετηρία και τερματίζουν στην απέναντι πλευρά).

Η δεύτερη ομάδα θα ασχοληθεί με το αγώνισμα του δίαυλου και οι μαθητές θα πρέπει να διανύσουν απόσταση 2 x 192 μ., ξεκινώντας από την αφετηρία, φθάνοντας στην απέναντι μεριά κι επιστρέφοντας στο σημείο εκκίνησης για να τερματίσουν (καμπτός δρόμος, πήγαινε-έλα). Η τρίτη ομάδα θα ασχοληθεί με το αγώνισμα του δόλικου δρόμου, με τη μέθοδο που ακολούθησε η δεύτερη ομάδα, αφού ο δόλικος δρόμος ήταν αγώνισμα καμπτού δρόμου (πήγαινε-έλα), απόστασης 7-24 σταδίων (1.300-4.600 μ.).

Στην περίπτωση που υπάρχει η δυνατότητα χρήσης αντικειμένων που θα υποκαθιστούσαν το κράνος ή την ασπίδα, μια τέταρτη ομάδα μαθητών θα μπορούσε να ασχοληθεί με το αγώνισμα του οπλίτη δρόμου, το οποίο αντιστοιχούσε σε απόσταση 2 σταδίων (2 x 192 μ.).

Εναλλακτικά, πείτε στα παιδιά να βάλουν τις τσάντες τους στην πλάτη για βάρος (όχι πολύ γεμάτες).



## Αρχαία Ολυμπιακά αγωνίσματα άλματος και ρίψεων

Το σύνολο των μαθητών χωρίζεται σε 4 ομάδες, μία για τη δισκοβολία, μία για το άλμα και δύο για το ακόντιο – που θα εκτελεστεί και σε απόσταση και σε στόχο. Μετά την ολοκλήρωση κάθε δοκιμασίας, οι μαθητές αλλάζουν ομάδα μέχρι να περάσουν από όλα τα αγωνίσματα. Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, περιγράφετε στους μαθητές την τεχνική κάθε αγωνίσματος και φροντίζετε να ενημερωθούν για τα αντικείμενα (όργανα) που χρησιμοποιούσαν οι αρχαίοι στην εκτέλεση των αγωνισμάτων (δίσκοι διαφορετικού βάρους, αλτήρες διαφόρων σχημάτων και ακόντιο που φέρει αγκύλη).

### Επισημάνσεις:

1. Και τα τρία αυτά αγωνίσματα συμπεριλαμβάνονταν στο αρχαίο πένταθλο
2. Στο αγώνισμα του ακοντίου είχαμε: α) αγώνα για την επιτυχία στόχου («στοχαστικών») β) αγώνα απόστασης («εκηβόλον»)
3. Για την απόκτηση του σωστού ρυθμού στην κίνηση, τα αγωνίσματα αυτά διεξάγονταν με τη συνοδεία μουσικής
4. Στο άλμα υπήρχαν πολλών ειδών αλτήρες (μακριοί, σφαιροειδείς, ελλειψοειδείς).



## ΓΒΙ(II)

**Δραστηριότητα:** Αρχαία Ολυμπιακά αγωνίσματα άλματος και ρίψεων

**Στόχος:** Να αποκτήσουν πλήρη εικόνα οι μαθητές για τα αγωνίσματα του άλματος και των ρίψεων στους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες.

**Εξοπλισμός:** Οι κατασκευές των παιδιών (ακόντια, δίσκοι, αλτήρες) που θα έχουν κατασκευαστεί κατά τη διάρκεια της εικαστικής προσέγγισης της μαθησιακής ενότητας.

**Λέξεις-κλειδιά:** αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες, δισκοβολία, άλμα, ακοντισμός

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας, Υπουργείο Αιγαίου
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.ime.gr>

### Βοήθεια:

Προσοχή: τηρήστε αυστηρά τους κανόνες ασφαλείας για τα αγωνίσματα των ρίψεων!

## Αβ2

**Δραστηριότητα:**

Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για Ολυμπιάδες που αποτέλεσαν σταθμούς στη σύγχρονη ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων.

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες, διαφάνειες, βιβλία κ.ά.

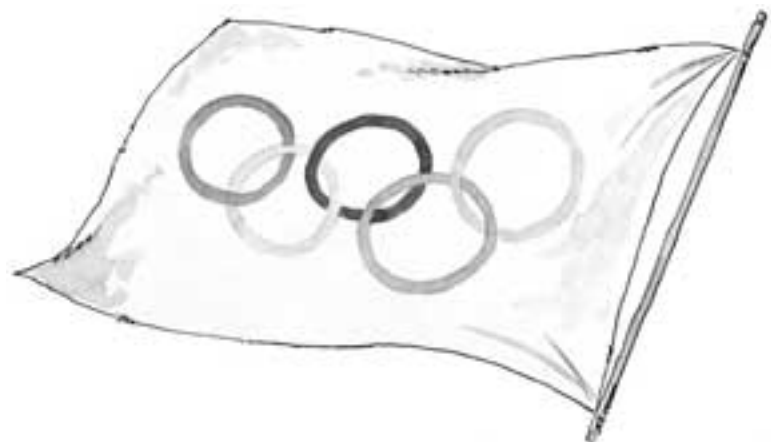
**Λέξεις-κλειδιά:** σύγχρονη ιστορία Ολυμπιακών Αγώνων, προβλήματα Ολυμπιακών Αγώνων.

## Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

Παρουσιάστε στους μαθητές με ελκυστικό τρόπο (χρησιμοποιήστε φωτογραφίες, διαφάνειες κ.ά.), μετά από δική σας επιλογή, κάποιες από τις Ολυμπιάδες που αποτέλεσαν σταθμούς στη σύγχρονη ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων για διάφορα γεγονότα.

Ενδεικτικά παραθέτουμε τα παρακάτω:

- Βερολίνο 1936 (1 Αυγούστου - 16 Αυγούστου). Για πρώτη φορά έγινε Ολυμπιακή λαμπαδηδρομία και η φλόγα μεταφέρθηκε από την Αρχαία Ολυμπία στη χώρα τέλεσης των Αγώνων. Πρώτος λαμπαδηδρόμος ήταν ο Κ. Κονδύλης. Το έμβλημα των Αγώνων ήταν μία καμπάνα 14 τόνων. Για πρώτη φορά λειτούργησε κλειστό κύκλωμα τηλεόρασης.
- Μεξικό 1968 (12 Οκτωβρίου - 27 Οκτωβρίου). Η Ολυμπιακή φλόγα ταξίδεψε στα χνάρια του Κολόμβου και άναψε για πρώτη φορά από χέρι γυναίκας. Χάρη στο υψόμετρο της πόλης του Μεξικού οι επιδόσεις ήταν καταπληκτικές. Για πρώτη φορά έγιναν τεστ φύλου και έλεγχος ντόπιγγκ.
- Μόναχο 1972 (26 Αυγούστου - 11 Σεπτεμβρίου). Η τρομοκρατική ενέργεια Παλαιστινίων ανταρτών εναντίον αθλητών του Ισραήλ επισκίασε τα αθλητικά γεγονότα και βύθισε στο πένθος την Ολυμπιακή οικογένεια. Παρ' ό' αυτά, η σκιά της τρομοκρατίας δεν κατάφερε να αναστείλει την αγωνιστική επιτυχία της διοργάνωσης (παρουσιάστε φωτογραφίες και επιπλέον στοιχεία που θα συλλέξετε).
- Ατλάντα 1996 (19 Ιουλίου - 4 Αυγούστου). Η Ατλάντα δεν ανταποκρίθηκε στις απαιτήσεις της διοργάνωσης που συνέπεσε με την επέτειο των 100 χρόνων από την αναβίωση των Ολυμπιακών Αγώνων. Τα δρακόντεια μέτρα ασφαλείας δεν απέτρεψαν τη βομβιστική ενέργεια στο Πάρκο της Εκατονταετίας. Έντονη ήταν η παρουσία της Coca-Cola και του CNN.



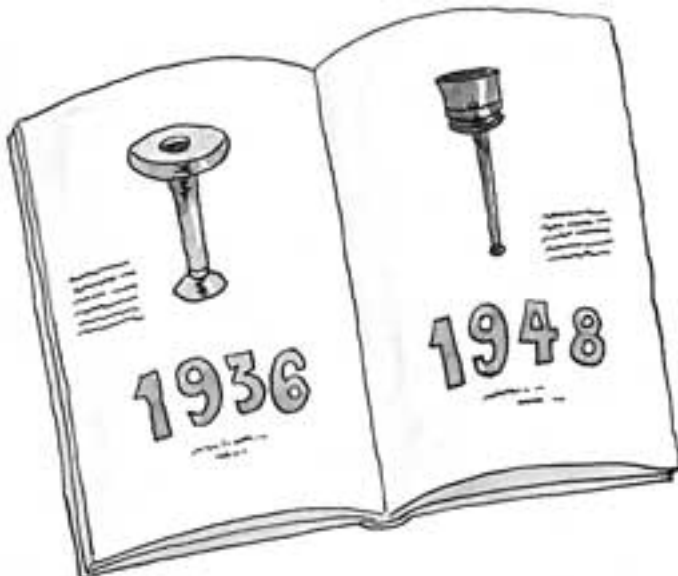


## Εικαστικές δημιουργίες Ολυμπιακού-αθλητικού περιεχομένου

Αφιερώνουμε 5-8 λεπτά της ώρας μας για να συζητήσουμε με τους μαθητές και να καταλήξουμε σε μια σειρά εικαστικών προτάσεων, με σκοπό την παρουσίασή τους στους υπόλοιπους μαθητές ή την έκθεσή τους σε κάποια σχολική εκδήλωση. Αφήνουμε τους μαθητές να προτείνουν κάποιες δραστηριότητες· παράλληλα τους προτείνουμε κι εμείς μερικές, όπως:

- Να αναζητήσουν έργα Ελλήνων και ξένων καλλιτεχνών εμπνευσμένα από τον αθλητισμό και τον Ολυμπισμό και να δημιουργήσουν μια συλλογή αντιγράφων
- Να δημιουργήσουν λεύκωμα αθλητικών γελοιογραφιών που θα ανακαλύψουν σε εφημερίδες και περιοδικά ή που θα φιλοτεχνήσουν οι ίδιοι
- Να συλλέξουν τις αφίσες των προηγούμενων Ολυμπιακών διοργανώσεων
- Να φτιάξουν ένα λεύκωμα με φωτογραφίες από Ολυμπιακά αναμνηστικά (δάδες, μασκότ, γραμματόσημα, νομίσματα, καρφίτσες κ.ά.)
- Να δουλέψουν κολάζ με αθλητικού περιεχομένου αποκόμματα και να συνθέσουν ένα έργο (π.χ. έναν αθλητή να τρέχει)
- Να δημιουργήσουν έναν οδηγό των Ολυμπιακών αθλητικών εγκαταστάσεων

Ανάλογα με τις τελικές επιλογές των παιδιών, οργανώνουμε μικρές ομάδες και τους δίνουμε 3-4 εβδομάδες χρόνο μέχρι να ολοκληρώσουν τις δημιουργίες τους. Προτρέπουμε τα παιδιά να συνεργάζονται μεταξύ τους ανταλλάσσοντας υλικό και ιδέες. Κάποιοι από αυτούς θα μπορούσαν να αναλάβουν να φιλοτεχνήσουν τα εξώφυλλα των λευκωμάτων που θα δημιουργήσουν οι υπόλοιπες ομάδες και να συντάξουν πίνακες περιεχομένων για καθένα από αυτά.



### Ββ2(Ι)

**Δραστηριότητα:** Εικαστικές δημιουργίες Ολυμπιακού-αθλητικού περιεχομένου

**Στόχος:** να ενημερωθούν οι μαθητές για τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες

**Εξοπλισμός:** ανάλογος με τις επιλογές των μαθητών

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. <http://www.olympic.org>
3. Λευκώματα και περιοδικά αθλητικού περιεχομένου

## Bβ2(II)

**Δραστηριότητα:** Εικαστικές δημιουργίες Ολυμπιακού-αθλητικού περιεχομένου

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες

**Εξοπλισμός:** Ανάλογα με τις επιλογές των μαθητών

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. <http://www.olympic.org>
3. Λευκώματα και περιοδικά αθλητικού περιεχομένου

## Εικαστικές δημιουργίες Ολυμπιακού-αθλητικού περιεχομένου

Αφιερώνουμε 5-8 λεπτά της ώρας μας για να συζητήσουμε με τους μαθητές και να καταλήξουμε σε μια σειρά εικαστικών προτάσεων, με σκοπό την παρουσίασή τους στους υπόλοιπους μαθητές ή την έκθεσή τους σε κάποια σχολική εκδήλωση. Αφήνουμε τους μαθητές να προτείνουν κάποιες δραστηριότητες και παράλληλα τους προτείνουμε κι εμείς μερικές όπως:

- Να δημιουργήσουν λευκώματα φωτογραφίζοντας οι ίδιοι ή συλλέγοντας φωτογραφίες αθλητών σε δράση
- Να παρουσιάσουν μια σειρά φωτογραφιών από μέλη του ανθρώπινου σώματος κι ενός αθλητικού οργάνου (π.χ. μια μπάλα αντί για κεφάλι, χέρια μέσα σε παπούτσια κ.λπ.)
- Να πάρουν φωτογραφίες με πρωταγωνιστές τους συμμαθητές τους σε στιγμές αθλητικής δράσης (να αποδώσουν τις δημιουργίες τους χιουμοριστικά)
- Να φτιάξουν την αθλητική αφίσα της τάξης τους και να παρουσιάσουν το δικό τους μήνυμα (π.χ. «Αξία έχει η συμμετοχή»)
- Να φτιάξουν το δικό τους αθλητικό σποτ, χρησιμοποιώντας βιντεοκάμερα

Ανάλογα με τις τελικές επιλογές των παιδιών, οργανώνουμε μικρές ομάδες και τους δίνουμε 3-4 εβδομάδες χρόνο για να ολοκληρώσουν τις δημιουργίες τους. Προτρέπουμε τα παιδιά να συνεργάζονται μεταξύ τους ανταλλάσσοντας υλικό και ιδέες. Κάποιοι από αυτούς θα μπορούσαν να αναλάβουν να φιλοτεχνήσουν τα εξώφυλλα των λευκωμάτων που θα δημιουργήσουν οι υπόλοιπες ομάδες και να συντάξουν πίνακες περιεχομένων για καθένα από αυτά.



## Οι αρχές του Ολυμπισμού

Ρωτήστε τα παιδιά αν γνωρίζουν ποιες είναι οι αρχές του Ολυμπισμού. Συμπληρώστε τις απαντήσεις τους με τα παρακάτω: αυτοπειθαρχία, προσπάθεια να πετύχεις ό,τι καλύτερο μπορείς, ισότιμη συμμετοχή όλων, αρμονική ανάπτυξη σώματος-πνεύματος, συνεργασία, ευγενής άμιλλα.

Πείτε τους ότι στη συνέχεια θα παίξουν ένα διασκεδαστικό παιχνίδι και μετά θα συζητήσουν ποιες από αυτές τις αρχές χρησιμοποίησαν για να το πετύχουν. Το παιχνίδι λέγεται «Ενώνουμε τα χέρια».

Ζητάμε από τους μαθητές να σκορπίσουν στο χώρο, χωρίς να αγγίζουν ο ένας τον άλλο. Μετά κλείνουν τα μάτια και με το παράγγελμα προχωρούν σιγά σιγά με τα χέρια σε έκταση ή πρόταση προς το κέντρο του χώρου που διαθέτουμε. Όταν ένας μαθητής αγγίξει το χέρι κάποιου άλλου, το κρατάει σφιχτά· προχωρώντας οι δυο τους μαζί ψάχνουν με το ελεύθερο χέρι τους να βρουν τα χέρια των άλλων παιδιών, χωρίς να αφήσουν τα δικά τους. Κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας, ο εκπαιδευτικός ελέγχει ώστε οι μαθητές να κρατούν τα μάτια τους κλειστά. Στο τέλος, και αφού όλα τα χέρια είναι μεταξύ τους πιασμένα, τα παιδιά ανοίγουν τα μάτια τους και αντικρίζουν το παράξενο σύμπλεγμα που έχει σχηματιστεί. Ζητήστε τους στη συνέχεια να προσπαθήσουν υπομονετικά να σχηματίσουν κύκλο χωρίς να αφήσουν τα χέρια.

Αφού τα καταφέρουν, κάντε μια μικρή συζήτηση απαριθμώντας τις λέξεις-αρχές. Τα παιδιά πρέπει να σας απαντούν αν εφάρμοσαν καθεμιά από αυτές και με ποιον τρόπο (π.χ. «αυτοπειθαρχία: όταν σκεφτόμουν να αφήσω το χέρι μου για να ξεμπλεχτώ, αλλά έκανα υπομονή και τελικά έβρισκα τρόπο να λύσω το κουβάρι»).

Τέλος ρωτήστε τους μαθητές σε ποιες άλλες δραστηριότητες (στο χώρο του σχολείου, στο οικογενειακό περιβάλλον, στον αθλητισμό, στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον) έχουν εφαρμογή αυτές οι αρχές.

### Γβ2(1)

**Δραστηριότητα:** Οι αρχές του Ολυμπισμού

**Στόχος:** Να έρθουν σε επαφή οι μαθητές, μέσω του παιχνιδιού, με τις αρχές του Ολυμπισμού.

**Εξοπλισμός:** Ελεύθερος χώρος

**Λέξεις-κλειδιά:** Αρχές Ολυμπισμού, παιχνίδι.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

- 1) Προτάσεις-προοπτικές, ΑΘΗΝΑ 2004.
- 2) <http://www.athens.olympic.org>



## ΓΒ2(11)

**Δραστηριότητα:** Τελετές Ολυμπιακών Αγώνων

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για το τελετουργικό έναρξης και λήξης των Ολυμπιακών Αγώνων.

**Εξοπλισμός:** Σημαίες, μπαλόνια, κορδέλες και κάθε είδους υλικό σχετικό με την επιλεγμένη δράση.

**Λέξεις-κλειδιά:** Συνασκήσεις, τελετές, συνεργασία, δημιουργικότητα.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.athens.olympic.org>

**Βοήθεια:**

Ζητήστε τη βοήθεια του καθηγητή μουσικής του σχολείου για τη μουσική επένδυση των προγραμμάτων. Ζητήστε επίσης τη βοήθεια του συλλόγου γονέων για τις στολές ή βρείτε χορηγό για τη χρηματοδότηση των εκδηλώσεων.

## Τελετές Ολυμπιακών Αγώνων

Παρουσιάζουμε στους μαθητές το τελετουργικό λήξης των Αγώνων και, στο πλαίσιο του καλλιτεχνικού προγράμματος, τους προτείνουμε να παρουσιάσουν ένα πρόγραμμα δυναμικών και ακροβατικών ασκήσεων (πυραμίδες).

Το πρόγραμμα θα περιλαμβάνει σειρά συνασκήσεων από ομάδες των 6 μαθητών (βλέπε σχήματα παρακάτω)

Άσκηση 1η



Άσκηση 2η



Άσκηση 3η



Άσκηση 4η



Άσκηση 5η



Άσκηση 6η



Στις συνασκήσεις αυτές πρέπει να δοθεί προσοχή στη σύνθεση των ομάδων, ούτως ώστε η εκτέλεση των πυραμίδων να είναι ευκολότερη και σωστότερη, καθώς και στις οδηγίες για την ασφάλεια των μαθητών (συμβουλές για την αποφυγή μικροτραυματισμών). Επιλέξτε από τρεις διαφορετικούς σωματότυπους για κάθε ομάδα (εύσωμος, μεσαίος, ελαφρός). Στο στήσιμο των πυραμίδων χρησιμοποιούμε τους εύσωμους μαθητές στη βάση της και τους ελαφρείς στην κορυφή. Οι μεσαίοι εντάσσονται στο σχήμα ανάλογα με την άσκηση. Επισημαίνουμε στους μαθητές ότι όλες οι ασκήσεις εκτελούνται σε αργό ρυθμό, χωρίς βιασύνη και με ιδιαίτερη προσοχή στις σωστές τοποθετήσεις.

Αν τα προγράμματα παρουσιαστούν σε κάποια σχολική εκδήλωση, προτείνουμε στα παιδιά να τα επενδύσουν με μουσική και να επιμεληθούν τις στολές.

Στην ίδια ενότητα, αν κρίνεται δύσκολες ή επικίνδυνες τις πυραμίδες, μπορείτε να ασχοληθείτε με σχηματισμούς μετακίνησης και ελιγμών, οι οποίοι θα χαρακτηρίζονται από συγχρονισμό, ζωηρότητα και ακρίβεια. Ενδεικτικά προτείνουμε κάποιους σχηματισμούς: διπλός κύκλος, κύκλος ανά ζεύγη, ημικύκλιο μονό ή διπλό κ.ά.

## Τελετές Ολυμπιακών Αγώνων

Ενημερώνουμε τους μαθητές για το τελετουργικό έναρξης των Αγώνων:

- Παρέλαση αθλητών
- Κήρυξη των Αγώνων
- Έπαρση της Ολυμπιακής Σημαίας
- Ανάκρουση του Ολυμπιακού Ύμνου
- Αφή του Ολυμπιακού βωμού
- Ορκωμοσία αθλητών, κριτών
- Καλλιτεχνικό πρόγραμμα

Με αφορμή το καλλιτεχνικό μέρος των τελετών, προτείνουμε στους μαθητές να επιλέξουν την καλλιτεχνική - κινητική δράση που θα ήθελαν να παρουσιάσουν σε σχολική εκδήλωση με θέμα τις τελετές των Ολυμπιακών τελετών. Τέτοιου είδους επιλογές θα μπορούσαν να είναι:

- Παρουσίαση παραδοσιακών Ελληνικών χορών
- Παρουσίαση χορών άλλων κρατών (κλασικών, μοντέρνων, παραδοσιακών)
- Σχηματισμοί λέξεων (ειρήνη, φιλία, άμιλλα), ή φράσεων (ευ αγωνίζεσθαι, Citius-Altius-Fortius)
- Μουσικοκινητικές παρουσιάσεις θεμάτων από την Ιστορία και την Ελληνική παράδοση
- Προγράμματα δυναμικών και ακροβατικών ασκήσεων (πυραμίδες)
- Προγράμματα ρυθμικής γυμναστικής.

Αφήνουμε τους μαθητές να οργανωθούν σε ομάδες ανάλογα με τις επιλογές τους και να ετοιμάσουν ολιγόλεπτα προγράμματα αποκλειστικά δικής τους έμπνευσης και σχεδιασμού. Αυτονόητο είναι ότι θα πρέπει να αφιερωθεί και επιπλέον χρόνος για το συντονισμό και την αρτιότερη παρουσίαση του προγράμματος των μαθητών. Τα ωραιότερα από αυτά τα ολιγόλεπτα προγράμματα θα μπορούσαν να παρουσιαστούν σε κάποια σχολική εκδήλωση με ανάλογο περιεχόμενο.

Στο πλαίσιο της ενημέρωσης των μαθητών για τις τελετές των Αγώνων μπορείτε να κάνετε διάφορες επισημάνσεις σχετικά με:

- το ποια χώρα παρελαύνει πρώτη στην τελετή έναρξης των Ολυμπιακών Αγώνων
- τον Ολυμπιακό Ύμνο (συνθέτης, στιχουργός, πότε καθιερώθηκε)
- τον Ολυμπιακό Όρκο (αθλητών και κριτών)
- την άφιξη της Ολυμπιακής φλόγας
- την παρέλαση όλων των αθλητών μαζί και όχι ανά έθνος κατά την τελετή λήξης των Αγώνων.

### Γβ2(III)

**Δραστηριότητα:** Τελετές

Ολυμπιακών Αγώνων

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για το τελετουργικό έναρξης και λήξης των Ολυμπιακών Αγώνων.

**Εξοπλισμός:** Σημαίες, μπαλόνια, κορδέλες και κάθε είδους υλικό σχετικό με την επιλογή των μαθητών.

**Λέξεις-κλειδιά:** Τελετή έναρξης, τελετή λήξης, δημιουργικότητα, συνεργασία, Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Εκπαιδευτικό υλικό της ΑΘΗΝΑ 2004
2. <http://www.athens.olympic.org>

**Βοήθεια:**

Σε περίπτωση που αποφασίσουν να παρουσιάσουν και σε τρίτους τα προγράμματά τους, ζητήστε τη βοήθεια του συλλόγου γονέων για τη χρηματοδότηση ανάλογης ενδυμασίας.



## Αβ3

**Δραστηριότητα:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για την Ολυμπιάδα του 2004 και να αποκτήσουν θετική στάση απέναντι σ' αυτήν.

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες από περιοδικά και εφημερίδες με αθλητές, αθλητικές εγκαταστάσεις, φιλάθλους, Ολυμπιακούς αγώνες κ.λπ.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακό 2004άδιο (10-12 ετών), ΑΘΗΝΑ 2004
2. Ολυμπιακές ματιές (λεύκωμα), ΑΘΗΝΑ 2004
3. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
4. <http://www.athens.olympic.org>

## Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004

Ρωτήστε τους μαθητές να σας πουν τι γνωρίζουν για τους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Αφήστε τους να δώσουν απαντήσεις για 4-5'. Στη συνέχεια συζητήστε μαζί τους για την τιμή που έχει η χώρα μας να φιλοξενήσει το 2004 στην Αθήνα και σε τέσσερις ακόμα Ολυμπιακές πόλεις (Πάτρα, Βόλο, Θεσσαλονίκη, Ηράκλειο) τη μεγαλύτερη αθλητική γιορτή του κόσμου. Ρωτήστε τους αν ξέρουν σε ποιες αθλητικές εγκαταστάσεις θα διεξαχθούν οι Αγώνες. Ενημερώστε τους για τις εγκαταστάσεις και τα γήπεδα (φωτογραφίες) και δώστε μερικά στοιχεία από τις καινούργιες αθλητικές εγκαταστάσεις που θα δημιουργηθούν για τη διεξαγωγή των Αγώνων.

Ζητήστε από τα παιδιά να αναφέρουν τα μεγάλα έργα που γίνονται σε όλη την Ελλάδα, με την ευκαιρία της τέλεσης των Αγώνων και δώστε τους 4-5 λεπτά χρόνο για να επισκεψάνουν τις αλλαγές και τα οφέλη που θα προκύψουν. Στη συνέχεια παρουσιάστε στους μαθητές στοιχεία σχετικά με τον αριθμό των επισκεπτών στη χώρα μας κατά τη διάρκεια των Αγώνων (16.000 αθλητές και συνοδοί, 20.000 δημοσιογράφοι, εκατοντάδες χιλιάδες τουρίστες), τους εθελοντές που θα χρειαστούν για τους Αγώνες (60.000) και τα εκατομμύρια των τηλεθεατών που εκείνες τις μέρες θα έχουν στραμμένο το βλέμμα στους Αγώνες και σ' ολόκληρη την Ελλάδα.

Συζητήστε με τους μαθητές για την προετοιμασία που πρέπει να κάνει η χώρα μας για να υποδεχτεί τους Αγώνες (οργάνωση, φιλοξενία, προβολή, προστασία του περιβάλλοντος). Στη διάρκεια της συζήτησης μην παραλείψετε να αναφερθείτε στην Πολιτιστική Ολυμπιάδα και στην προσπάθεια της χώρας μας για την αναβίωση του θεσμού της εκκεχειρίας.

Στο χρόνο που σας απομένει, χωρίστε τους μαθητές σε 3-4 ομάδες (ανάλογα με τον αριθμό τους) και ζητήστε από κάθε ομάδα να ετοιμάσει μια λίστα από ενέργειες που θα έκαναν εάν αναλάμβαναν να οργανώσουν μαθητικούς Ολυμπιακούς Αγώνες στην πόλη ή το χωριό τους.

Στο τέλος της δραστηριότητας ρωτήστε τους μαθητές πώς αισθάνονται που η χώρα μας θα φιλοξενήσει και θα οργανώσει τους Αγώνες το 2004.





## «Ολυμπιακές ματιές» - εικαστικές δημιουργίες με θέμα τους Ολυμπιακούς Αγώνες

Προτρέψτε τα παιδιά να φτιάξουν από ένα λεύκωμα με θέμα μία από τις παρακάτω κατηγορίες:

- Έλληνες ή Ελληνίδες Ολυμπιονίκες
- Αθλητές-μορφές των Ολυμπιακών Αγώνων
- Αντίγραφα έργων αθλητικού περιεχομένου (ζωγραφική, γλυπτική)
- Αθλητικά κέντρα Ολυμπιακών Αγώνων του 2004
- Ολυμπιακά αθλήματα
- Μνημεία της Αθήνας
- Ολυμπιακοί Αγώνες με χιούμορ (γελοιογραφίες)

Αφήστε τους μαθητές να εκφραστούν και να δημιουργήσουν ελεύθερα, με εφευρετικότητα και σύμφωνα με τη δική τους αισθητική.

Προτρέψτε τα παιδιά να διακοσμήσουν τα τετράδια-λευκώματα με φωτογραφίες από περιοδικά και εφημερίδες, με ζωγραφιές δικές τους και με ό,τι άλλο θέλουν.

Εξηγήστε τους ότι οποιαδήποτε δημιουργία τους μπορεί να αξιοποιηθεί ποικιλότροπα, π.χ. να φωτογραφηθούν τα έργα τους και να φτιαχτεί ένα ημερολόγιο που η πώλησή του θα ενίσχυε το ταμείο της τάξης τους.

Αν κάποια παιδιά επιθυμούν να συμπεριλάβουν και άλλα θέματα στο λεύκωμά τους, επιτρέψτε το. Τα παραπάνω προτεινόμενα θέματα είναι ενδεικτικά.

Βοηθήστε όσα παιδιά δυσκολεύονται να βρουν υλικό. Προτρέψτε τα παιδιά να συνεργαστούν και να ανταλλάξουν στοιχεία (φωτογραφίες, άρθρα, πληροφορίες κ.ά.) μεταξύ τους.

Τα λευκώματα αυτά μπορείτε, αν θέλετε, να τα εκθέσετε σε κάποια από τις εκδηλώσεις του σχολείου.

### Ββ3

**Δραστηριότητα:** «Ολυμπιακές ματιές» - εικαστικές δημιουργίες με θέμα τους Ολυμπιακούς Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερωθούν για τους Ο.Α., αλλά και να εκφραστούν και να δημιουργήσουν με το υλικό που θα συλλέξουν

**Εξοπλισμός:** Κόλλες, χαρτιά, ψαλίδια και ό,τι άλλο χρειαστεί.

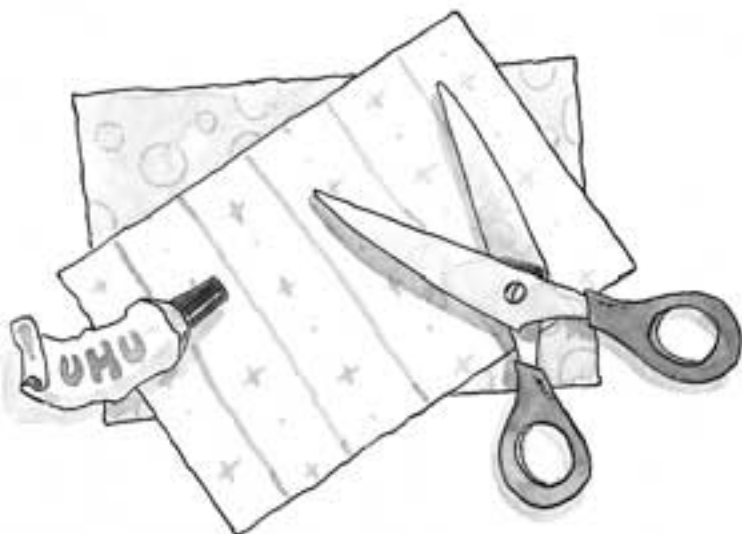
**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, ζωγραφική, γλυπτική, ελεύθερη έκφραση.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακές ματιές, ΑΘΗΝΑ 2004
2. <http://www.athens.olympic.org>
3. <http://www.culture.gr>

#### Βοήθεια:

Αφήστε τους χρόνο από 2 έως 4 εβδομάδες για να το ετοιμάσουν, ενώ ενδιάμεσα θα παρακολουθείτε την πορεία των εργασιών τους.





## ΓΒ3(Ι)

**Δραστηριότητα:** Αθλήματα Ολυμπιακών Αγώνων 2004 (ποδόσφαιρο, χάντμπολ)

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τα ομαδικά αθλήματα των Αγώνων

**Εξοπλισμός:** Μπάλες αντίστοιχες των αθλημάτων με τα οποία θα ασκηθούν οι μαθητές.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ποδόσφαιρο, χάντμπολ, συνεργασία, Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. <http://www.sport.gov.gr>
3. Τα Ολυμπιακά αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004.

**Βοήθεια:**

Μη δίνετε έμφαση στη νίκη. Εστιάστε στο να μάθουν να συνεργάζονται.

Μπορείτε να εμπλουτίσετε τη συγκεκριμένη δραστηριότητα κάνοντας αναφορά και στις άλλες Ολυμπιακές πόλεις (Βόλο, Πάτρα, Ηράκλειο, Θεσσαλονίκη), στις οποίες θα διεξαχθούν οι προκριματικοί αγώνες του Ολυμπιακού τουρνουά ποδοσφαίρου.

## Αθλήματα Ολυμπιακών Αγώνων 2004 (ποδόσφαιρο, χάντμπολ)

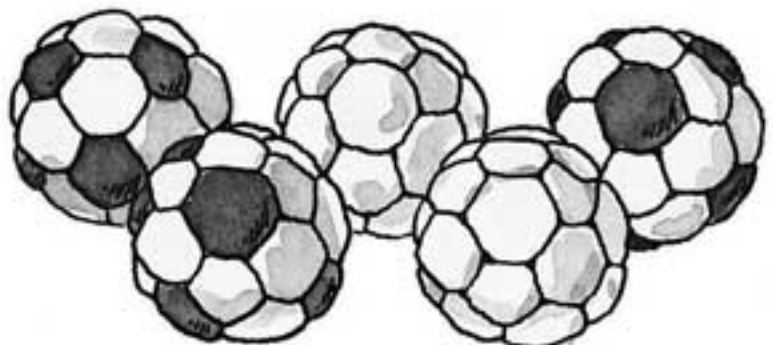
Αφιερώνουμε το πρώτο 10λεπτο για να δείξουμε στους μαθητές τα 3λεπτα στιγμιότυπα της κασέτας των Ολυμπιακών αθλημάτων για το ποδόσφαιρο και το χάντμπολ, και να υπενθυμίσουμε τους βασικούς κανονισμούς. Στη συνέχεια, ζητάμε από τους μαθητές να χωριστούν σε μικτές ομάδες και εναλλάξ να αγωνιστούν σε ποδόσφαιρο 5x5 και χάντμπολ.

Στην περίπτωση του ποδοσφαίρου και για να εξασφαλίσουμε τη μέγιστη συμμετοχή και δραστηριοποίηση αγοριών και κοριτσιών, ορίζουμε ότι κάθε γκολ που θα πετυχαίνει η μία ή η άλλη ομάδα, θα θεωρείται έγκυρο αν η μπάλα έχει περάσει μία τουλάχιστον φορά από τα πόδια όλων των παικτών της ομάδας.

Παρόμοιο περιορισμό θέτουμε και για τον αγώνα του χάντμπολ.

Σε περίπτωση που οι μαθητές είναι περισσότεροι από τους 24 που χρειάζονται συνολικά για τη διεξαγωγή των παιχνιδιών, αναθέτουμε στους υπόλοιπους μαθητές ρόλο διαιτητή ή αναπληρωματικού και φροντίζουμε ώστε να ανταλλάσσουν ρόλους με τους βασικούς παίκτες ανά πεντάλεπτο.

Στο τέλος της ώρας, ρωτάμε τους μαθητές αν γνωρίζουν ποια είναι και πού βρίσκεται η Ολυμπιακή εγκατάσταση στην οποία θα φιλοξενηθούν τα αθλήματα του ποδοσφαίρου και του χάντμπολ στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Τους ζητάμε για το επόμενο μάθημα να βρουν και να μας δώσουν όσο γίνεται περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα γήπεδα διεξαγωγής αυτών των αθλημάτων.



## Αθλήματα Ολυμπιακών Αγώνων 2004 (μπάσκετ, βόλεϊ)

Αφιερώνουμε το πρώτο 10λεπτο για να δείξουμε στους μαθητές τα 3λεπτα στιγμιότυπα της κασέτας των Ολυμπιακών Αθλημάτων για το μπάσκετ και το βόλεϊ, και να υπενθυμίσουμε τους βασικούς κανονισμούς. Στη συνέχεια ζητάμε από τους μαθητές να χωριστούν σε μεικτές ομάδες, και εναλλάξ να αγωνιστούν σε μπάσκετ και βόλεϊ.

Στην περίπτωση του μπάσκετ και προκειμένου να εξασφαλίσουμε τη μέγιστη συμμετοχή, συνεργασία και δραστηριοποίηση αγοριών και κοριτσιών, ορίζουμε ότι κάθε καλάθι που θα πετυχαίνει η μία ή η άλλη ομάδα, θα θεωρείται έγκυρο αν η μπάλα έχει περάσει μία τουλάχιστον φορά από τα χέρια όλων των παικτών της ομάδας.

Αντίστοιχα, για την κατοχύρωση μιας προσπάθειας στο βόλεϊ, ορίζουμε ότι οι παίκτες κάθε ομάδας θα πρέπει να ανταλλάξουν τουλάχιστον 4 πάσες και το πολύ 6, πριν η μπάλα περάσει στην άλλη πλευρά του γηπέδου.

Σε περίπτωση που οι μαθητές είναι περισσότεροι από τους 22 που χρειάζονται συνολικά για τη διεξαγωγή των παιχνιδιών, αναθέτουμε στους υπόλοιπους μαθητές ρόλο διαιτητή ή αναπληρωματικού παίκτη και ορίζουμε να ανταλλάσσουν ρόλους ανά πεντάλεπτο με τους βασικούς παίκτες.

Στο τέλος της ώρας ρωτάμε τους μαθητές αν γνωρίζουν ποια είναι και πού βρίσκεται η Ολυμπιακή εγκατάσταση στην οποία θα φιλοξενηθούν τα αθλήματα του μπάσκετ και του βόλεϊ στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Τους ζητάμε επίσης να βρουν και να μας δώσουν στο επόμενο μάθημα όσο περισσότερες πληροφορίες μπορούν σχετικά με τα γήπεδα διεξαγωγής αυτών των αθλημάτων.

### Γβ3(II)

**Δραστηριότητα:** Αθλήματα Ολυμπιακών Αγώνων 2004 (μπάσκετ, βόλεϊ)

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τα ομαδικά αθλήματα των Αγώνων

**Εξοπλισμός:** Μπάλες αντίστοιχες των αθλημάτων με τα οποία θα ασχοληθούν οι μαθητές.

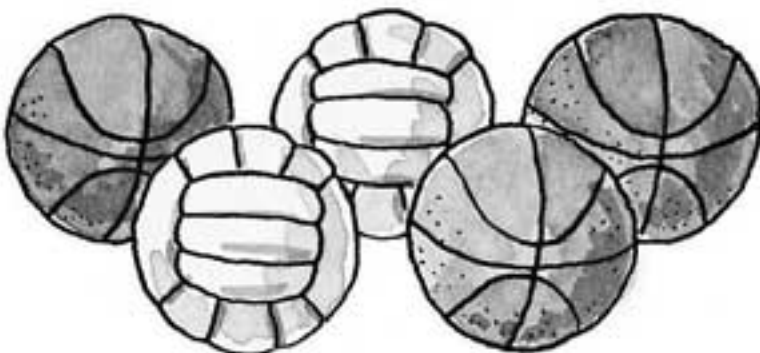
**Λέξεις-κλειδιά:** Μπάσκετ, βόλεϊ, συνεργασία, Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. <http://www.sport.gov.gr>
3. Τα Ολυμπιακά αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004.

#### Βοήθεια:

Μη δίνετε έμφαση στη νίκη. Εστιάστε στο να μάθουν να συνεργάζονται και στη μέγιστη συμμετοχή.



## Αβ4

**Δραστηριότητα:** Η αθλητική συμπεριφορά

**Στόχος:** Να προβληματίσει τους μαθητές και τις μαθήτριες σχετικά με τα εξής ηθικά ζητήματα: σεβασμός στους διαιτητές/θεατές/συναθλητές (έντιμη αθλητική συμπεριφορά), επιλογή αθλητικών προτύπων.

**Εξοπλισμός:** Διαφάνειες και διαφανοσκόπιο.

**Λέξεις-κλειδιά:** Πρότυπα, fair play, ηθικά διλήμματα.

**Βοήθεια:**

- Τα μικρά αυτά σενάρια μπορείτε να τα γράψετε και στον πίνακα. Προτιμήστε όμως, αν υπάρχει η δυνατότητα, να τα έχετε σε διαφάνειες, ακόμη και να τα εμπλουτίσετε με κάποιες σχετικές εικόνες, ώστε να είναι πιο εύκολο για σας και πιο ενδιαφέρον για τους μαθητές και τις μαθήτριες.
- Μην προσπαθήσετε να καταλήξετε οπωσδήποτε σε κάποιο συμπέρασμα για κάθε θέμα. Αρκεί να γίνει συζήτηση και να ακουστούν διάφορες απόψεις. Στόχος είναι ο προβληματισμός σε τέτοιου είδους θέματα.
- Σε περίπτωση που περιστατικά παρόμοια με εκείνα που περιγράφουν τα «σενάρια» συμβούν οποιαδήποτε άλλη στιγμή στο μάθημα, διακόψτε και κάντε μια μικρή συζήτηση. Τα πραγματικά περιστατικά προβληματίζουν τους μαθητές περισσότερο από ό,τι τα υποθετικά!

## Η αθλητική συμπεριφορά

Συζητήστε με τα παιδιά για 10 περίπου λεπτά καθένα από τα παρακάτω υποθετικά σενάρια:

- **Σεβασμός στους διαιτητές (Έντιμη αθλητική συμπεριφορά)**  
«Στον προηγούμενο αγώνα ποδοσφαίρου με την ομάδα του άλλου σχολείου έγιναν επεισόδια με το διαιτητή. Αμφισβητούσαν συνέχεια τις αποφάσεις του και θεώρησαν ότι άδικα κερδίσαμε. Μάθαμε ότι θα έρθουν να κάνουν κερκίδα στον τελικό που παίζουμε αύριο. Όλα τα παιδιά της ομάδας του σχολείου μας συνεννοηθήκαμε...»

Και:

«Τον Δεκέμβριο του 2000 ο αθλητικός κόσμος ασχολήθηκε με το “τίμιο παιχνίδι” ενός ποδοσφαιριστή, του Ντι Κάνιο, ενός μάλλον ιδιόρρυθμου αθλητή. Στον αγώνα της ομάδας του Γουέστ Χαμ με την Έβερτον, ενώ το παιχνίδι ήταν ισόπαλο, βρέθηκε μόνος του μπροστά στην εστία με την μπάλα. Αντί να βάλει το γκολ προτίμησε να πιάσει τη μπάλα με τα χέρια του γιατί αντιλήφθηκε ότι ο τερματοφύλακας είχε τραυματιστεί, στερώνοντας τη νίκη στην ομάδα του. Έτσι αρκετοί επαίνεσαν τον παίκτη για “τίμιο παιχνίδι”, ενώ άλλοι είπαν ότι έκανε μεγάλη ζημιά στην ομάδα. Αν ήσασταν ο προπονητής τι θα κάνατε;»

- **Αθλητικά πρότυπα**  
«Ο Κώστας θέλει να μοιάσει στον Μαραντόνα όταν μεγαλώσει. Ο συγκεκριμένος ποδοσφαιριστής έχει προβληθεί πολύ από τα διεθνή ΜΜΕ, όχι μόνο για τις καταπληκτικές εμφανίσεις του, αλλά και για μια σειρά συμπεριφορών, όπως χρήση ναρκωτικών, βίαιες συμπεριφορές, κ.ά.»

Και:

«Η Γιάννα όταν μεγαλώσει θέλει να μοιάσει στην Πατουλίδου. Αυτή η αθλήτρια του στίβου, από ένα χωριό της Φλώρινας, μετά από σκληρή προσπάθεια ετών κατάφερε να ανέβει στο υψηλότερο βάθρο και να γεμίσει χαρά μια ολόκληρη χώρα.»

Για να ξεκινήσει η συζήτηση ζητήστε από τα παιδιά να εντοπίσουν ομοιότητες και διαφορές μεταξύ των 2 σεναρίων.



## Αφίσα «ευ αγωνίζεσθαι», fair play

Υπενθυμίζουμε τους 5 βασικούς κανόνες του fair play:

- Σεβασμός στους κανόνες του παιχνιδιού
- Σεβασμός στις αποφάσεις των διαιτητών-κριτών
- Σεβασμός στον αντίπαλο
- Σεβασμός στο συμπαίκτη
- Σεβασμός στους θεατές-κοινό

Αναθέτουμε στις ομάδες εργασίας να συλλέξουν υλικό (κείμενα και φωτογραφίες) από περιοδικά, εφημερίδες, μέσα ενημέρωσης, το Διαδίκτυο κ.ά., για μια περίοδο 2-3 εβδομάδων (όσο διαρκεί η ενότητα της ηθικής ανάπτυξης). Το υλικό θα αναφέρεται στις έντιμες αθλητικές συμπεριφορές που θα έρθουν στη δημοσιότητα αυτό το διάστημα, σε όλα τα αθλήματα, σε όλο τον κόσμο.

Στη συνέχεια, θα φτιάξουν μια αφίσα με το υλικό που θα έχουν συλλέξει και, αφού τη διακοσμήσουν με φωτογραφίες, ζωγραφιές ή σκίτσα, θα την εκθέσουν σε κάποια από τις εκδηλώσεις του σχολείου. Μπορούμε να βάλουμε μία άλλη ομάδα να συλλέγει, ταυτόχρονα, στοιχεία από ανέντιμες (ή βίαιες) συμπεριφορές σε αθλητικούς χώρους. Να εκθέσουν και αυτά τα ευρήματα, αφού πρώτα τα συνοδεύσουν με σατιρικά σχόλια.

### Ββ4(1)

**Δραστηριότητα:** Αφίσα «ευ αγωνίζεσθαι», fair play

**Στόχος:** Ανάπτυξη προτύπων έντιμης συμπεριφοράς

**Εξοπλισμός:** Εφημερίδες, περιοδικά (κείμενα και φωτογραφίες)

**Λέξεις-κλειδιά:** σεβασμός, ευ αγωνίζεσθαι, fair play.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.cces.ca>
2. Commission for Fair Play (1990), *Fair Play for Kids*.



## Bβ4(II)

**Δραστηριότητα:** «Ο Ολυμπιονίκης που θαυμάζω»

**Στόχος:** Προβολή κατάλληλων αθλητικών προτύπων. Να εντοπίσουν τα θετικά στοιχεία κάθε αθλητή-προτύπου που τον οδήγησαν στην επιτυχία.

**Εξοπλισμός:** Για κάθε μαθητή ένα καινούργιο τετράδιο το οποίο θα διαμορφώσει σε λεύκωμα.

**Λέξεις-κλειδιά:** Πρότυπα, δεξιότητες, μίμηση.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.wyhero.com>
2. <http://www.athens.olympic.org>
3. Προτάσεις-προοπτικές για Γυμνάσιο Λύκειο, ΑΘΗΝΑ 2004

**Βοήθεια:**

Αφήστε τα παιδιά να προσθέσουν όποια άλλα στοιχεία θέλουν.

## «Ο Ολυμπιονίκης που θαυμάζω»

Προτείνετε στα παιδιά να φτιάξουν από ένα λεύκωμα με τον αγαπημένο τους Έλληνα Ολυμπιονίκη (άνδρα ή γυναίκα).

Δώστε τους τις παρακάτω οδηγίες για να επιτευχθεί σχετική ομοιομορφία ως προς τη δομή του λευκώματος.

Κάθε λεύκωμα πρέπει απαραίτητα να περιλαμβάνει:

1. Σελίδα τίτλου (εξώφυλλο)
2. Σελίδα περιεχομένων
3. Μία φωτογραφία του αθλητή στον οποίο είναι αφιερωμένο το λεύκωμα.
4. Στοιχεία που περιγράφουν την πορεία των επιδόσεων του αθλητή μέχρι το Ολυμπιακό μετάλλιο.
5. Βιογραφικές πληροφορίες που αφορούν στον αθλητή.
6. Στοιχεία του χαρακτήρα του που τον/τη βοήθησαν να πετύχει.
7. Χώρος για τα σχόλια των μαθητών. Τα σχόλια να αναφέρονται στα εξής:
  - Αυτό που θαυμάζω περισσότερο στον Ολυμπιονίκη είναι...
  - Αν ήμουν εγώ στη θέση του Ολυμπιονίκη θα αισθανόμουν...
  - Το άθλημα στο οποίο θα ήθελα εγώ να γίνω πρωταθλητής είναι...
  - Οι λόγοι στο οποίο διάλεξα αυτό το άθλημα είναι...
  - Για να το πετύχω αυτό θα μιμηθώ τον αθλητή σε...
  - Σχόλια των συμμαθητών μου για τον αθλητή που επέλεξα...

Μπορείτε να εκθέσετε τα λευκώματα σε κάποια από τις εκδηλώσεις του σχολείου και να καλέσετε στην έκθεση κάποιους από τους αθλητές που τους έχουν αφιερωθεί λευκώματα.

Μπορείτε να προτείνετε στα παιδιά να στείλουν ταχυδρομικώς ένα αντίγραφο του λευκώματος (με συνοδευτική ενημερωτική επιστολή) στον αντίστοιχο αθλητή ή την αθλήτρια.



## «Ευ αγωνίζεσθαι»

Ενημερώστε τα παιδιά για το ποιοι είναι οι βασικοί κανόνες της έντιμης αθλητικής συμπεριφοράς:

- Σεβασμός στους κανόνες του παιχνιδιού
- Σεβασμός στις αποφάσεις των διαιτητών-κριτών
- Σεβασμός στον αντίπαλο
- Σεβασμός στο συμπαίκτη
- Σεβασμός προς τους θεατές-κοινό.

Συζητήστε σύντομα κάθε κανόνα και ζητήστε από τα παιδιά να δώσουν από ένα παράδειγμα έντιμης και ανέντιμης συμπεριφοράς. Στη συνέχεια πείτε στα παιδιά να επιλέξουν ένα παιχνίδι για να παίξουν στην αυλή και να δώσουν ιδιαίτερη προσοχή στους κανόνες. Μοιράστε ρόλους: παικτών-αθλητών, διαιτητών-κριτών παιχνιδιού, κριτών έντιμης αθλητικής συμπεριφοράς και θεατών.

Οι κριτές έντιμης αθλητικής συμπεριφοράς καταγράφουν συμπεριφορές έντιμης και ανέντιμης αθλητικής συμπεριφοράς. Αυτό μπορεί να γίνει με 2 τρόπους: ο ένας είναι να καταγράφουν σε 2 στήλες τις συμπεριφορές βάσει του αν τις θεωρούν έντιμες ή ανέντιμες. (Εναλλακτικά, μπορεί να ετοιμαστεί από πριν μια λίστα με έντιμες και μη συμπεριφορές.) Φτιάξτε έναν πίνακα και βάλτε τους κριτές να τσεκάρουν με x για κάθε συμπεριφορά που εντοπίζουν (π.χ: έντιμη αθλητική συμπεριφορά: χειροκρότημα σε όποιον σκοράρει ή κάνει καλή ενέργεια, φιλικό χτύπημα στην πλάτη όταν συμπαίκτης αποτυγχάνει ή αστοχεί, μη διαμαρτυρία σε άστοχο σφύριγμα του διαιτητή, κ.ά.)· ανέντιμη αθλητική συμπεριφορά: όταν ο παίκτης δεν δίνει πάσες σε συμπαίκτης, όταν διαμαρτύρεται για τις αποφάσεις του διαιτητή, όταν κάνει προκλητικές χειρονομίες προς τους θεατές, όταν κάνει σκληρά αντιαθλητικά φάουλ κ.ά.).

Στο τέλος της δραστηριότητας αφιερώστε ένα πεντάλεπτο για να συζητήσετε τις καταγεγραμμένες συμπεριφορές.

Τέλος, ρωτήστε τους μαθητές και τις μαθήτριες αν γνωρίζουν κάποιες περιπτώσεις ή περιστατικά από την ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων (αρχαίων και σύγχρονων) που να αποτελούν αντιπροσωπευτικά παραδείγματα τέτοιων συμπεριφορών.

## Γβ4(Ι)

**Δραστηριότητα:** «Ευ αγωνίζεσθαι»

**Στόχος:** Να βιώσουν οι μαθητές τις αρχές του ευ αγωνίζεσθαι.

**Εξοπλισμός:** Μπάλα για όποιο ομαδικό παιχνίδι αποφασίσουν τα παιδιά να παίξουν (μπάσκετ, ποδόσφαιρο, βόλεϊ, κ.ά.). Μολύβια, χαρτιά.

**Λέξεις-κλειδιά:** Κριτική ικανότητα, fair play.

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.cces.ca/>
2. <http://www.athens.olympic.org>

### Βοήθεια:

- Αφήστε τους μαθητές να φτιάξουν τη λίστα με τις έντιμες και μη συμπεριφορές.
- Πείτε τους να έχουν πάντα στο μυαλό τους τους 5 βασικούς κανόνες του ευ αγωνίζεσθαι:
- Σεβασμός στους κανόνες του παιχνιδιού
- Σεβασμός στις αποφάσεις των διαιτητών-κριτών
- Σεβασμός στον αντίπαλο
- Σεβασμός στο συμπαίκτη
- Σεβασμός στους θεατές-κοινό.





## ΓΒ4(II)

**Δραστηριότητα:** Παιχνίδια συνεργασίας  
**Στόχος:** Ανάπτυξη της συνεργασίας και εκτίμηση της χρησιμότητας της ομαδικής προσπάθειας για την επίτευξη κοινού στόχου.

**Εξοπλισμός:** Κιμωλία, μαντίλι, αυτοκόλλητα χαρτάκια.

**Λέξεις-κλειδιά:** Συνεργασία, προσπάθεια

**Περισσότερες πληροφορίες:**

Terry Orlick (1978), *The cooperative sports & games book*

**Βοήθεια:**

- Στο 2ο παιχνίδι επιβλέπετε προσεκτικά τα παιδιά για να προλάβετε τυχόν επικίνδυνες ιδέες!
- Σκοπός του μαθήματος είναι η ανάπτυξη της συνεργασίας. Μη δίνετε έμφαση στο ποιος θα νικήσει, αλλά στο πώς τα παιδιά θα συνεργαστούν αποτελεσματικότερα για να πετύχουν το στόχο τους.

## Παιχνίδια συνεργασίας

**Λέτε στους μαθητές:**

«Πολύ συχνά, στα παιχνίδια που παίζουμε χρειάζεται να συνεργαστούμε με ένα ή περισσότερα παιδιά, προκειμένου να πετύχουμε τον κοινό μας στόχο. Όσο πιο καλά καταφέρνουμε να συνεργαστούμε, τόσο αυξάνονται οι πιθανότητες να κερδίσουμε. Καταλαβαίνετε τώρα πόσο σημαντικό είναι το να μάθουμε να δουλεύουμε ομαδικά; Σήμερα θα παίξουμε δύο παιχνίδια που απαιτούν να συνεργαστούμε σωστά για να τα καταφέρουμε. Το πρώτο παιχνίδι απαιτεί συνεργασία 2 ατόμων και το δεύτερο 4 ατόμων σε κάθε ομάδα».

- **1ο παιχνίδι:** Τα παιδιά σχηματίζουν ζευγάρια και μπαίνουν στη σειρά. Στο έδαφος έχουμε χαράξει με κιμωλία ένα φιδωτό διάδρομο, πλάτους 50 εκατοστών και μήκους 10 μέτρων περίπου. Συμμετέχει ένα ζευγάρι τη φορά: το ένα παιδί με δεμένα τα μάτια προσπαθεί να διασχίσει το διάδρομο ακολουθώντας τις οδηγίες του συμμαθητή του, ώστε να φτάσει στο τέλος της διαδρομής χωρίς να πατήσει καθόλου τις γραμμές που την ορίζουν. Εάν από λάθος πατήσει τη γραμμή, ξεκινάει πάλι από την αρχή. Στο τέλος της διαδρομής μένουν και σχηματίζουν νέα γραμμή για να το επαναλάβουν με αντίστροφους ρόλους.
- **2ο παιχνίδι:** Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες των 4 ατόμων, ανάλογα με το συνολικό αριθμό της τάξης. Τους προτρέπουμε να δώσουν ένα όνομα κοινά αποδεκτό από όλους στην ομάδα τους. Σε κάθε ομάδα δίνουμε από ένα αυτοκόλλητο χαρτάκι (από απλή αυτοκόλλητη ετικέτα μέχρι ζωγραφιά) στο οποίο θα γράψουν το όνομά της. Τους λέμε ότι με κάποιο τρόπο πρέπει να κολλήσουν το χαρτάκι όσο γίνεται πιο ψηλά στον τοίχο που τους ορίζουμε, χρησιμοποιώντας μόνο το σώμα τους. Κερδίζει η ομάδα που θα κολλήσει ψηλότερα το χαρτί. Αφιερώστε 5 λεπτά στο τέλος της δραστηριότητας και κάντε ερωτήσεις στα παιδιά για τυχόν προβλήματα συνεργασίας που παρουσιάστηκαν, για άλλα παιχνίδια που γνωρίζουν και όπου η συνεργασία παίζει σημαντικό ρόλο. Τέλος πείτε τους να σας αναφέρουν Ολυμπιακά αθλήματα στα οποία απαιτείται συνεργασία 2 ή περισσότερων ατόμων.





## Κοινωνικά ζητήματα

Συζητήστε με τα παιδιά για 10 περίπου λεπτά καθένα από τα παρακάτω υποθετικά σενάρια:

- «Βία στον αθλητισμό»  
«Το 1972, στο Ολυμπιακό χωριό του Μονάχου, τρομοκράτες της οργάνωσης Μαύρος Σεπτέμβρης επιτίθενται στην ομάδα του Ισραήλ.»  
Και:  
«Ο συμμαθητής μας ο Κώστας στα χθεσινά επεισόδια στο γήπεδο τραυματίστηκε. Τον έδειξαν και στην τηλεόραση την ώρα που τον συλλάμβαναν οι αστυνομικοί.»
- «Ισότητα»  
«Ο Χουάν ήρθε φέτος στο σχολείο μας. Είναι ήδη 4 μήνες στο τμήμα και οι συμμαθητές του τον διαλέγουν πάντα τελευταίο για την ομάδα του ποδοσφαίρου στο μάθημα της γυμναστικής.»
- «Οφέλη της άσκησης»  
«Επισκέφθηκα τον οικογενειακό μας γιατρό για την υπερβολική κούραση που αισθάνομαι τις μέρες των εξετάσεων. Ξαφνιάστηκα από τα αποτελέσματα όταν εφάρμοσα αυτό που μου είπε, να τρέχω κάθε μέρα για λίγη ώρα στο πλησιέστερο πάρκο. Νόμιζα πως η άσκηση θα με κούραζε ακόμη περισσότερο, όμως...»  
Και:  
«Η Γιάννα μου δίνει την εντύπωση ότι δεν κουράζεται ποτέ. Είναι πάντα χαμογελαστή και ορεξάτη, παρά την καθημερινή 2ωρη προπόνηση που κάνει στην πισίνα, πριν έρθει το πρωί στο σχολείο.»
- «Φιλία»  
«Γνωρίζω πως ήταν αντίπαλός μου στην κούρσα των 400μ. με εμπόδια. Η γνωριμία μας ξεκίνησε στο Ολυμπιακό χωριό όπου οι αποστολές των χωρών μας έμεναν δίπλα δίπλα. Μέχρι σήμερα μας συνδέει αληθινή φιλία.»  
Και:  
«Τον γνωρίζω από τότε που παίζαμε ποδόσφαιρο στην αλάνα της γειτονιάς μας. Παραμένει ο καλύτερος φίλος μου.»

## Αβ5

**Δραστηριότητα:** Κοινωνικά ζητήματα

**Στόχος:** Να προβληματίσει τους μαθητές για τα εξής κοινωνικά θέματα: βία στον αθλητισμό, ισότητα, οφέλη άσκησης και φιλία.

**Εξοπλισμός:** Διαφάνειες και διαφανοσκόπιο.

**Λέξεις-κλειδιά:** Βίαιες συμπεριφορές, ισότητα, φιλία, οφέλη της άσκησης, κριτική ικανότητα

### Βοήθεια:

Τα μικρά αυτά σενάρια μπορείτε να τα γράψετε και στον πίνακα. Προτιμήστε όμως, αν υπάρχει η δυνατότητα, να τα έχετε σε διαφάνειες, ακόμη και να τα εμπλουτίσετε με σχετικές εικόνες, ώστε η παρουσίαση να είναι πιο εύκολη για σας και πιο ενδιαφέρουσα για τους μαθητές.



## Bβ5(1)

**Δραστηριότητα:** Άρθρο για τη βία στα γήπεδα

**Στόχος:** Ανάπτυξη κριτικής ικανότητας απέναντι στην ενημέρωση από τα ΜΜΕ. Να κατανοήσουν οι μαθητές τη διαφορετική αντιμετώπιση από τα ΜΜΕ της ορθής και της βίαιης συμπεριφοράς στους αθλητικούς χώρους.

**Εξοπλισμός:** Χαρτιά, μολύβια κ.ά.

**Λέξεις-κλειδιά:** Βίαιες συμπεριφορές, μέσα μαζικής ενημέρωσης, κριτική ικανότητα.

**Βοήθεια:**

Προτείνετε να επισκεφθούν την ηλεκτρονική έκδοση εφημερίδων μεγάλης κυκλοφορίας για να συλλέξουν στοιχεία.

## Άρθρο για τη βία στα γήπεδα

Χωρίστε την τάξη σε δύο ομάδες εργασίας. Αναθέστε τους τη συλλογή –από την τηλεόραση και τον περιοδικό Τύπο– αφενός στοιχείων που προβάλλουν τη βία στους αθλητικούς χώρους, αφετέρου περιστατικών (με πρωταγωνιστές αθλητές, προπονητές, διαιτητές, θεατές, παράγοντες) που προβάλλουν το έντιμο αθλητικό πνεύμα.

Το υλικό μπορεί να είναι σημειώσεις των παιδιών από τηλεοπτικές εκπομπές, με στοιχεία για το τι προβλήθηκε, τι ώρα, το λεξιλόγιο που χρησιμοποιούσε ο εκφωνητής, τον αριθμό των επαναλήψεων ενός πλάνου. Να συγκρίνουν στη συνέχεια την αντιμετώπιση των βίαιων και των έντιμων συμπεριφορών.

Μπορούν επίσης να συλλέξουν άρθρα και φωτογραφίες από εφημερίδες και περιοδικά. Ζητήστε τους και σ' αυτή την περίπτωση να κρατήσουν σημειώσεις που θα περιγράφουν το ύφος του άρθρου (η συμπεριφορά καταδικαζόταν ή ενθαρρυνόταν;), να δουν αν το άρθρο συνοδευόταν από φωτογραφία και τι έδειχνε αυτή. Να συγκρίνουν και πάλι τον τρόπο με τον οποίο οι δύο τύποι συμπεριφορών αντιμετωπίζουν την εξέλιξη των γεγονότων (τιμωρήθηκαν οι βίαιες συμπεριφορές; Πόσο προβλήθηκε η τιμωρία; Επιβραβεύθηκαν οι έντιμες συμπεριφορές; Πόσο προβλήθηκε η επιβράβευση;)

Για ένα μήνα τα παιδιά συλλέγουν το υλικό. Στη συνέχεια, και για μία εβδομάδα, επεξεργάζονται το υλικό και ετοιμάζουν μια έκθεση με τα αποτελέσματα της έρευνάς τους.

Ζητήστε τους πρώτα να ομαδοποιήσουν τα στοιχεία τους (φωτογραφίες, άρθρα, σημειώσεις) ανά συμπεριφορά (βίαιη και έντιμη), να οργανώσουν τα αποτελέσματα της έρευνας, να γράψουν τα συμπεράσματά τους και να φτιάξουν 2 διαφορετικές εκθέσεις σε μορφή άρθρου εφημερίδας. Να δώσουν τα άρθρα στον καθηγητή της φιλολογίας για διορθώσεις και στη συνέχεια να το δημοσιοποιήσουν με όποιον τρόπο μπορούν.

Αυτό μπορεί να γίνει είτε μέσω της σχολικής εφημερίδας, είτε από φυλλάδιο που θα μοιραστεί στους μαθητές του σχολείου ή με τη μορφή επιστολής προς τον περιοδικό Τύπο της περιοχής, ακόμη και ολόκληρης της Ελλάδας.



## Τα οφέλη της άσκησης

Ρωτήστε τους μαθητές για το αν γνωρίζουν ποια είναι τα οφέλη της άσκησης στο ανθρώπινο σώμα και το πνεύμα.

Συμπληρώστε τις απαντήσεις των μαθητών και μαθητριών με τα εξής:

Τα πλεονεκτήματα της άσκησης είναι:

- Αυξάνει την ενεργητικότητά μας
  - Μειώνει το στρες
  - Βελτιώνει τον ύπνο
  - Βελτιώνει τη διάθεσή μας
  - Προστατεύει τον οργανισμό μας από αρρώστιες και τραυματισμούς
  - Βελτιώνει τη στάση του σώματός μας
- Για περισσότερα στοιχεία δείτε στο βιβλίο *Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές - Προσεγγίσεις της ΑΘΗΝΑ 2004*.  
Στη συνέχεια, πείτε τους να συλλέξουν επιπλέον στοιχεία από βιβλία και από το Internet, και να κατασκευάσουν μια αφίσα με τα εξής:
- ένα σκίτσο με το περίγραμμα του ανθρώπινου σώματος και μέσα τα όργανα του ανθρώπινου σώματος στα οποία επιδρά η άσκηση (καρδιά, πνεύμονες, μύες κ.ά.)
  - ένα μικρό κείμενο που θα περιγράφει τα οφέλη της άσκησης για κάθε όργανο, π.χ. για την καρδιά: «Δυναμώνει τον καρδιακό μυ με αποτέλεσμα να στέλνει περισσότερο αίμα στο υπόλοιπο σώμα.»
  - Να συνδέσουν με ένα βέλος το όργανο (π.χ. την καρδιά) με το αντίστοιχο κείμενο.
  - Αντίστοιχα, να βάλουν και τα ψυχικά οφέλη (μειώνει το στρες, φέρνει ευδιαθεσία κ.λπ.)

Να τοιχοκολλήσουν την αφίσα στο γυμναστήριο του σχολείου για να ενημερωθούν όλοι οι μαθητές και μαθήτριες.



## Ββ5(II)

**Δραστηριότητα:** Τα οφέλη της άσκησης  
**Στόχος:** Να κατανοήσουν οι μαθητές τα οφέλη της άσκησης στο σώμα και το πνεύμα τους.

**Εξοπλισμός:** Χαρτιά, ψαλίδια, κόλλες, φωτογραφίες ή σκίτσα.

**Λέξεις-κλειδιά:** Σωματικά οφέλη άσκησης, ψυχικά οφέλη άσκησης.

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.healthskills.com>
2. <http://www.foundation.sdsu.edu/projects/spark/index>
3. <http://www.pe.central.edu>
4. <http://www.pe.auth.gr>
5. Pate, R. R. & Hohn, R. C. (1994). *Health and Fitness Through Physical Education*, Human Kinetics.
6. Pangrazi, R. P. (1997), *Διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση*, University Studio Press, Θεσσαλονίκη.

### Βοήθεια:

- Δώστε βασικά στοιχεία στα παιδιά για τα οφέλη της άσκησης, αφού πρώτα τα αφήσετε να εντοπίσουν κάποια από αυτά μόνα τους.
- Εμπλέξτε όσο γίνεται περισσότερα παιδιά στη δραστηριότητα μοιράζοντάς τους τη δουλειά.

## ΓΒ5(Ι)

**Δραστηριότητα:** «Φιλία και άσκηση»

**Στόχος:** Να συνδέσουν την έννοια της φιλίας με τον αθλητισμό.

**Εξοπλισμός:** Για τα συγκεκριμένα παιχνίδια δεν απαιτείται εξοπλισμός. Αν τα παιδιά επινοήσουν νέα παιχνίδια τότε δώστε τους ό,τι χρειάζονται.

**Λέξεις-κλειδιά:** Φιλία, παιχνίδι, αθλητισμός.

**Βοήθεια:**

- Επιβλέπετε τα παιδιά όσο παίζουν τα παιχνίδια.
- Πείτε τους να επινοήσουν και δικά τους παρόμοια παιχνίδια.
- Τα παιχνίδια που θα επινοήσουν να μην απαιτούν ιδιαίτερα περίπλοκο ή δυσεύρετο εξοπλισμό για να μπορούν να τα παίξουν οπουδήποτε.

## «Φιλία και άσκηση»

Πείτε στους μαθητές ότι ο αθλητισμός ως κοινωνική δραστηριότητα αποτελεί την αφορμή για το ξεκίνημα σχέσεων φιλίας.

Ρωτήστε τους αν έχουν υπόψη τους σχετικά παραδείγματα (π.χ. Μελισσανίδης: αφιέρωσε ένα μετάλλιο του σε φίλο Τούρκο συναθλητή του που είχε ατύχημα). Τέτοια παραδείγματα υπάρχουν πολλά και στους Ολυμπιακούς Αγώνες, αλλά μόνο μερικά γίνονται γνωστά. Ρωτήστε τους ποιοι έχουν αποκτήσει φίλους ή φίλες μέσα από τον αθλητισμό. Στη συνέχεια, πείτε τους ότι εκτός από τα αθλήματα υπάρχουν και παιχνίδια τα οποία δίνουν αφορμή να δημιουργηθούν νέες φίλιες. Κάποια από αυτά τα παιχνίδια είναι και τα παρακάτω:

**Παιχνίδι 1:** «Η στήλη άλατος»

Χωρίστε τα παιδιά σε τριάδες ή πείτε τους να χωριστούν σε τριάδες με την προϋπόθεση ότι δεν θα είναι οι συνηθισμένες τους παρέες. Τα δύο άτομα (Α και Β) θα στέκονται το ένα απέναντι από το άλλο και το τρίτο άτομο (Γ) θα είναι όρθιο ανάμεσά τους, σε στάση προσοχής και με το σώμα του άκαμπτο, σαν πραγματική «στήλη άλατος». Ο Α θα σπρώχνει τη «στήλη» προς τον Β και ο Β θα την πιάνει και θα την σπρώχνει προς τον Α. Η «στήλη» δεν πρέπει να σηκώνει καθόλου τα πόδια από το έδαφος. Μετά από 3-4 επαναλήψεις αλλάζουν ρόλους, έτσι ώστε και τα τρία άτομα να έχουν γίνει από μία φορά «στήλη άλατος».

**Παιχνίδι 2:** «Κυλιόμενος διάδρομος»

Δύο σειρές παιδιών, η μία απέναντι από την άλλη, δίνουν τα χέρια. Ένας ξαπλώνει μπρούμυτα επάνω στο διάδρομο που σχηματίζουν τα χέρια καθώς είναι δεμένα καλά μεταξύ τους. Μετά από συντονισμένες κινήσεις, τον μεταφέρουν σιγά σιγά ως το τέλος του διαδρόμου. Αφήστε όσους θέλουν να δοκιμάσουν τον κυλιόμενο διάδρομο.



## Ίσα δικαιώματα στο παιχνίδι

Λέμε στους μαθητές ότι σήμερα θα παίξουν ένα παιχνίδι (μπάσκετ, βόλεϊ οτιδήποτε πιστεύετε πως τους αρέσει ιδιαίτερα) όπου θα συμμετέχουν μόνο όσοι φορούν άσπρες μπλούζες (ή μόνο όσοι έχουν άσπρο χρώμα στα ρούχα τους). Οι άλλοι θα καθαρίσουν το γυμναστήριο ή την αυλή του σχολείου ή θα αναλάβουν οποιαδήποτε αγγαρεία νομίζετε ότι θα τους κάνει να αντιδράσουν. Το πιθανότερο είναι να έχετε διαμαρτυρίες. Μείνετε αμετακίνητοι στην απόφασή σας και αφήστε να αναλάβουν ρόλους για 5-10 λεπτά. Πείτε τους ότι στη συνέχεια του μαθήματος θα τους εξηγήσετε το λόγο.

Μετά από κάποιο χρονικό διάστημα και αφού θα έχουν ακουστεί οι σχετικές διαμαρτυρίες, μαζέψτε τους όλους κοντά σας και ρωτήστε πρώτα αυτούς που ανέλαβαν την αγγαρεία πώς αισθάνθηκαν κι αν ήταν δίκαιο που αυτοί έκαναν την καθαριότητα όσο οι άλλοι έπαιζαν. Μετά ρωτήστε και την ομάδα που έπαιξε πώς τους φάνηκε που όσο αυτοί έπαιζαν οι συμμαθητές τους έκαναν αγγαρεία.

Ρωτήστε τους αν έχουν αισθανθεί κάπως έτσι άλλη φορά και σε ποιες περιπτώσεις. Αν δεν αναφερθούν από τα παιδιά, πείτε τους εσείς τα παρακάτω:

- «Όταν παίζετε μπάσκετ ή κάποιο άλλο παιχνίδι και αποκλείετε παιδιά που δεν είναι καλοί παίκτες έχει καμιά σχέση με αυτό που μόλις βιώσατε;»
- «Όταν αποκλείετε από την παρέα σας παιδιά που θα ήθελαν να είναι μαζί σας, έχει αυτό κάποια σχέση με ό,τι μόλις βιώσατε;»
- «Όταν αποκλείονται άνθρωποι από βασικά δικαιώματα όπως της ελευθερίας, της μόρφωσης κ.λπ. λόγω διαφορετικού χρώματος δέρματος, έχει αυτό κάποια σχέση με την εμπειρία που μόλις βιώσατε;»
- «Έχετε υπόψη σας τέτοιου είδους διακρίσεις στην ιστορία των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων; Των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων;»

Αφιερώστε το υπόλοιπο της ώρας σε κάποιο παιχνίδι που θα επιλέξουν, αρκεί να συμπεριληφθούν όλοι σε αυτό χωρίς διακρίσεις.

## Γβ5(II)

**Δραστηριότητα:** Ίσα δικαιώματα στο παιχνίδι

**Στόχος:** Να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές την αδικία όταν παραβιάζεται η αρχή της ισότητας ή των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

**Εξοπλισμός:** Μία μπάλα για όποιο άθλημα αποφασίσετε να παίξετε.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ισότητα, ανθρώπινα δικαιώματα.

### Περισσότερες πληροφορίες:

<http://www.unhchr.ch/udhr/lang/grk.htm>

### Βοήθεια:

- Προσέξτε τις αντιδράσεις των παιδιών στη διάκριση. Προσπαθήστε να δημιουργήσετε ατμόσφαιρα που θα φορτίσει συναισθηματικά τα παιδιά, όχι όμως κατάσταση ακραίων συμπεριφορών. Κρατήστε τις ισορροπίες.
- Η συζήτηση να μην κρατήσει πάνω από 10 λεπτά. Περάστε σύντομα το μήνυμα και αφήστε τα παιδιά να συνεχίσουν όλα μαζί το παιχνίδι.
- Αυτή τη δραστηριότητα μπορείτε να τη χρησιμοποιήσετε και εμβόλιμα σε οποιοδήποτε άλλη ώρα του μαθήματος, όταν αντιμετωπίζετε προβλήματα διακρίσεων – κυρίως πάνω σε παιχνίδια, π.χ. όταν χωρίζονται μόνο τους σε ομάδες και διαφωνούν.



## Αβ6

**Δραστηριότητα:** Παραολυμπιακοί Αγώνες  
**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους Παραολυμπιακούς, να γνωρίσουν κάποια στοιχεία από την ιστορία των Αγώνων, να κατανοήσουν την αξία της προσπάθειας και το δικαίωμα των συνανθρώπων μας στη διαφορά

**Εξοπλισμός:** φωτογραφίες από αθλητές με αναπηρία (εφημερίδες, περιοδικά, κ.λπ.)

**Λέξεις-κλειδιά:** Παραολυμπιακοί Αγώνες, αθλητές με αναπηρία.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες Αναφορές - Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.ipc.org>
3. <http://www.athens.olympic.org>

**Βοήθεια:**

Η παρουσίαση των κατηγοριών των αθλητών, καθώς και τα αγωνίσματα των Παραολυμπιακών Αγώνων είναι καλό να γίνουν με ταυτόχρονη προβολή φωτογραφιών. Στην προσέγγιση στο θέμα των Παραολυμπιακών τονίστε ιδιαίτερα την προσπάθεια που καταβάλλουν οι αθλητές με αναπηρία.

## Παραολυμπιακοί Αγώνες

Ρωτήστε τους μαθητές τι γνωρίζουν για τους Παραολυμπιακούς Αγώνες, γιατί τους λέμε έτσι, αν έχουν παρακολουθήσει ποτέ αγώνες ατόμων με αναπηρία. Μετά από συζήτηση, παρουσιάστε στους μαθητές στοιχεία για την ιστορία των Παραολυμπιακών Αγώνων, τις κατηγορίες των αθλητών που συμμετέχουν, τα αγωνίσματα και τις επιτυχίες Ελλήνων αθλητών με αναπηρία στους Παραολυμπιακούς Αγώνες του Σίδνεϊ.

- Η ονομασία των Παραολυμπιακών Αγώνων προέρχεται από τη λέξη «παρά», δηλαδή παράλληλα, και «Ολυμπιακοί».
- Πατέρας των Παραολυμπιακών Αγώνων θεωρείται ο βρετανός Σερ Λούντβιχ Γκούτμαν.
- Η σύνδεση των Παραολυμπιακών Αγώνων με τους Ολυμπιακούς έγινε το 1960 στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Ρώμης. Σε αυτούς τους Παραολυμπιακούς Αγώνες συμμετείχαν 400 αθλητές από 23 χώρες. Οι κατηγορίες των αθλητών που παίρνουν μέρος στους Παραολυμπιακούς Αγώνες είναι:
  - Άτομα με ακρωτηριασμό
  - Άτομα με εγκεφαλική παράλυση
  - Άτομα με νοητική υστέρηση
  - Λοιπές αναπηρίες (νανισμός, πολιομυελίτιδα,
  - σκλήρυνση κατά πλάκας)
  - Άτομα με μειωμένη ή καθόλου όραση
  - Άτομα με αναπηρικό αμαξίδιο

Τα αγωνίσματα των Παραολυμπιακών Αγώνων είναι: τοξοβολία, στίβος, μπάσκετ, μπότσια (παιχνίδι που παίζεται από άνδρες και γυναίκες με εγκεφαλική παράλυση: σε καθορισμένο χώρο οι αγωνιζόμενοι πετούν την μπάλα τους όσο γίνεται πιο κοντά σε μια άσπρη μπάλα-στόχο), ποδηλασία, ιππασία, ξιφασκία, ποδόσφαιρο, ποδόσφαιρο για άτομα με μειωμένη όραση (γκόουλμπολ), τζούντο, άρση βαρών, ράγκμπι, ιστιοπλοΐα, σκοποβολή, κολύμβηση, επιτραπέζια αντισφαίριση, αντισφαίριση, βόλεϊ. Κατά την παρουσίαση των αγωνισμάτων συζητήστε με τους μαθητές ποιες κατηγορίες ατόμων με αναπηρίες μπορούν να λάβουν μέρος σε αυτά και τι τροποποιήσεις των κανονισμών γίνονται προκειμένου να μπορέσουν να αγωνιστούν. Στο τέλος, βάλτε τους μαθητές να συγκρίνουν κάποιες επιδόσεις μεταξύ αθλητών χωρίς και αθλητών με αναπηρία. Ρωτήστε τους επίσης τι πιστεύουν για την προσπάθεια των αθλητών με αναπηρία και αν θα ήθελαν να παρακολουθήσουν τους Παραολυμπιακούς του 2004.





## Αθλητισμός και άτομα με αναπηρίες

Στην αρχή της δραστηριότητας, κάντε μια μικρή εισαγωγή για τη σημασία της συμμετοχής των ατόμων με αναπηρίες σε αθλητικές δραστηριότητες. Στη συνέχεια, πείτε στους μαθητές να συλλέξουν στοιχεία για τα προγράμματα άθλησης για άτομα με αναπηρία που υπάρχουν στην περιοχή τους (σχολεία, δήμους, αθλητικούς συλλόγους, γυμναστήρια).

Στην εργασία η οποία θα είναι ομαδική (όλη η τάξη) οι μαθητές θα πρέπει να εντοπίσουν τα προγράμματα για άτομα με αναπηρία, τους χώρους (φωτογραφίες), καθώς και τις ανάγκες της περιοχής για τέτοιου είδους προγράμματα. Οι μαθητές μπορεί να χωριστούν σε ομάδες και κάθε ομάδα να αναλάβει κάποιο κομμάτι της εργασίας. Επίσης, παροτρύνετε τους μαθητές να πάρουν συνεντεύξεις από αθλητές με αναπηρία, προπονητές και υπευθύνους της πολιτείας ή συλλόγων. Τα στοιχεία που θα συγκεντρώσουν θα πρέπει να τα καταγράψουν σε εργασία η οποία θα περιλαμβάνει εισαγωγή, παρουσίαση των προγραμμάτων, συμπεράσματα και προτάσεις για τον αθλητισμό ατόμων με αναπηρίες στην περιοχή τους.

Η εργασία μπορεί να δημοσιευτεί στην εφημερίδα του σχολείου (αν υπάρχει), σε τοπική εφημερίδα ή και να παρουσιαστεί σε εκδήλωση του σχολείου.



### Ββ6

**Δραστηριότητα:** Αθλητισμός και άτομα με αναπηρίες

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές και να καταγράψουν τα προγράμματα άθλησης και τους αθλητικούς χώρους που υπάρχουν για τα άτομα με αναπηρία στην περιοχή τους. Να μάθουν να συνεργάζονται σε ένα κοινό project.

**Εξοπλισμός:** φωτογραφική μηχανή, Η/Υ  
**Λέξεις-κλειδιά:** προγράμματα άθλησης, άτομα με αναπηρία

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες Αναφορές - Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.ipc.org>

#### Βοήθεια:

Στα γραφεία αθλητισμού των δήμων.



## Γβ6

**Δραστηριότητα:** Μπάσκετ με το ένα χέρι

**Στόχος:** Να συναισθανθούν οι μαθητές πώς ένα άτομο με αναπηρία συμμετέχει σε αθλήματα που και οι ίδιοι παίζουν.

**Εξοπλισμός:** Μπάλες του μπάσκετ, μαντίλια ή επίδεσμοι

**Λέξεις-κλειδιά:** μπάσκετ, άθληση ατόμων με αναπηρίες.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες Αναφορές - Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.paralympic.org>

## Μπάσκετ με το ένα χέρι

Πείτε στα παιδιά ότι σήμερα θα προσπαθήσουν να καταλάβουν πώς τα άτομα με αναπηρίες καταφέρνουν να συμμετέχουν σε αθλήματα που παίζονται από όλους.

Ρωτήστε αν κάποιο παιδί είχε ποτέ κάποιο ατύχημα που το ανάγκασε να μη χρησιμοποιεί το χέρι ή το πόδι του. Ρωτήστε πώς αισθανόταν όταν δεν μπορούσε να χρησιμοποιήσει, για παράδειγμα, το χέρι του, όταν έπρεπε να αυτοεξυπηρετηθεί (π.χ. να ντυθεί) ή να παίξει με την παρέα του ένα κινητικό παιχνίδι.

Πείτε τους στη συνέχεια να πάρουν όλοι από ένα μαντίλι ή επίδεσμο, να ακινητοποιήσουν το δεξί τους χέρι και να κάνουν τις παρακάτω ασκήσεις:

- να διανύσουν 2-3 φορές μια διαδρομή 20 μέτρων ντριπλάροντας με την μπάλα του μπάσκετ
- σε ζευγάρια, να δίνουν πάσες μεταξύ τους
- να κάνουν σουτ στο καλάθι πάντα.

Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες και βάλτε τους να παίξουν κανονικό παιχνίδι πάντα με το ένα χέρι δεμένο. Όσο εξελίσσεται το παιχνίδι κάντε τους ερωτήσεις για το αν θεωρούν σκόπιμο να αλλάξουν μπάλα (να χρησιμοποιήσουν πιο μικρή) ή να τροποποιήσουν κάποιους άλλους κανονισμούς (π.χ. τα βήματα, το ύψος του καλάθιού, κ.ά.) ώστε να παίξουν με μεγαλύτερη άνεση το παιχνίδι.

Κλείνοντας τη δραστηριότητα κάντε τους ερωτήσεις για το πώς τους φάνηκε το παιχνίδι, αν το διασκέδασαν, αν κατέβαλαν παραπάνω προσπάθεια απ' ό,τι συνήθως για να βάλουν καλάθι ή για να κάνουν πάσες κ.λπ. Ρωτήστε επίσης τους μαθητές αν θα παρακολουθήσουν τους Παραολυμπιακούς του 2004.



## Μη διαδεδομένα αθλήματα

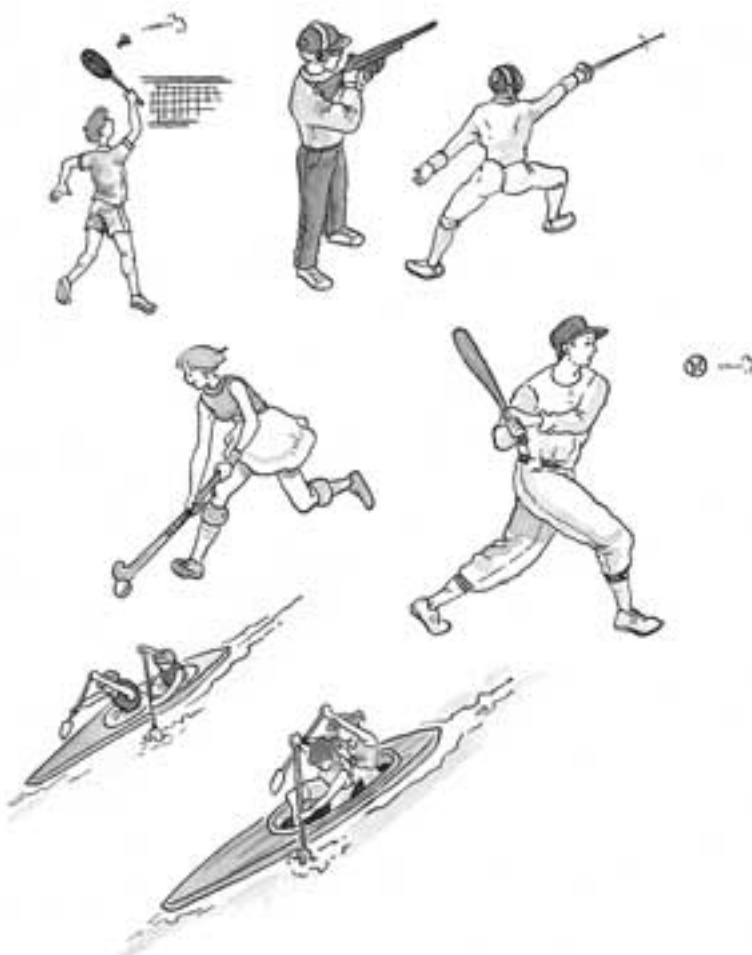
Στην εισαγωγή της δραστηριότητας εξηγήστε στους μαθητές πότε ένα άθλημα θεωρείται μη διαδεδομένο για μια χώρα (δεν υπάρχει εθνικό πρωτάθλημα, δεν υπάρχουν αθλητές υψηλού επιπέδου, δεν υπάρχουν θεατές κ.λπ.). Όπου υπάρχει η δυνατότητα, προβάλετε τη βιντεοταινία με τα Ολυμπιακά Αθλήματα της ΑΘΗΝΑ 2004 για να δουν οι μαθητές τα μη διαδεδομένα Ολυμπιακά Αθλήματα.

Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες και ζητήστε τους να κάνουν μια λίστα με τα μη διαδεδομένα αθλήματα των Ολυμπιακών Αγώνων στη χώρα μας.

Στη συνέχεια, επικεντρωθείτε στα αγωνίσματα που εσείς έχετε επιλέξει να παρουσιάσετε στην αυλή σε επόμενες δραστηριότητες (π.χ. μπίτζμπολ, μπάντμιντον, τρίαθλο, ξιφασκία).

Παρουσιάστε το σκοπό, τον αριθμό των παικτών, τα γήπεδα και τους βασικούς κανονισμούς αυτών των αθλημάτων.

Στο τέλος της δραστηριότητας, ρωτήστε τους μαθητές με ποια από τα μη διαδεδομένα αθλήματα θα ήθελαν να ασχοληθούν στο μέλλον ή ποια από αυτά θα παρακολουθούσαν στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004.



## Αβ7

### Δραστηριότητα:

Μη διαδεδομένα αθλήματα

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές αθλήματα μη διαδεδομένα στη χώρα μας

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες από περιοδικά και εφημερίδες με αθλητές, αθλητικές εγκαταστάσεις, στιγμιότυπα Ολυμπιακών Αγώνων, βίντεο.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Ολυμπιακά αθλήματα, Ολυμπιακά αγωνίσματα

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.sport.gov.gr>

## Ββ7

**Δραστηριότητα:** Τα Ολυμπιακά αθλήματα στις 5 ηπείρους

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές τα Ολυμπιακά αθλήματα που είναι διαδεδομένα σε κάθε ήπειρο

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες από Ολυμπιακά αθλήματα και όποιο υλικό χρειαστούν για την παρουσίαση της εργασίας τους.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακά αθλήματα, ιστορία, παράδοση.

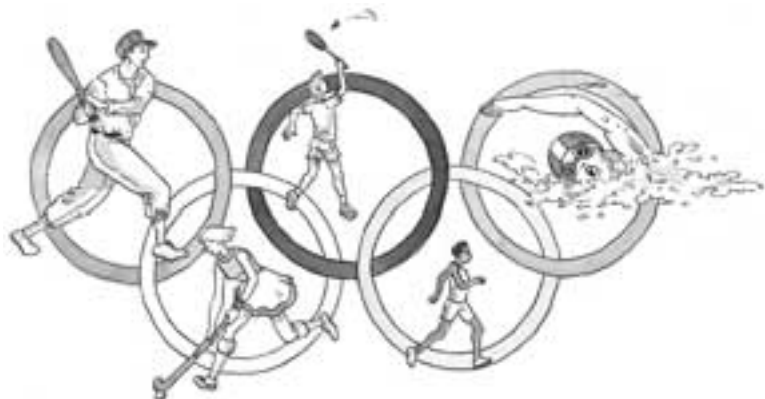
**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Τα Ολυμπιακά αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά αθλήματα (βιντεοταινία), ΑΘΗΝΑ 2004.
3. <http://www.athens.olympic.org>

## Τα Ολυμπιακά αθλήματα στις 5 ηπείρους

Στην εισαγωγή του μαθήματος αναφερθείτε στα Ολυμπιακά αθλήματα που δεν είναι διαδεδομένα στην Ελλάδα. Πείτε στους μαθητές ότι τα αθλήματα αυτά είναι διαδεδομένα σε άλλες χώρες και δώστε τους μερικά παραδείγματα (π.χ. Το μπέιζμπολ και το σόφτμπολ είναι διαδεδομένα σε Κούβα και Αμερική, το χόκεϊ επί χόρτου σε Ινδία, Πακιστάν και Αυστραλία, το μπάδμιντον σε Δανία, Αγγλία κ.λπ.). Στη συνέχεια χωρίστε τους μαθητές σε 5 ομάδες. Κάθε ομάδα θα έχει το όνομα μιας ηπείρου (Αφρική, Ασία, Ευρώπη κ.λπ.). Οι ομάδες θα πρέπει να συλλέξουν στοιχεία από τα πιο διαδεδομένα αθλήματα ανά ήπειρο και να τα παρουσιάσουν σε έκθεση που θα περιλαμβάνει:

- Ονομασία αθλήματος
  - 1-2 φωτογραφίες
  - Εξοπλισμό αθλητή
  - Πόσοι συμμετέχουν
  - Σκοπό του αθλήματος
  - Κανονισμούς
  - Διαιτητές-Κριτές
  - Γήπεδο ή χώρο αγώνων ή διαδρομή (σχεδιάγραμμα)
  - Πότε χαρακτηρίστηκε Ολυμπιακό άθλημα
  - Στατιστικά στοιχεία (π.χ. εξέλιξη των ρεκόρ, χώρες που διακρίθηκαν στις προηγούμενες Ολυμπιάδες).
- Οι εργασίες των μαθητών μπορούν να παρουσιαστούν στην τάξη ή σε εκδήλωση του σχολείου.



## Ξιφασκία

Αφιερώνουμε τα 10 πρώτα λεπτά της ώρας μας για να δείξουμε στους μαθητές την τρίλεπτη παρουσίαση του αθλήματος από την κασέτα των Ολυμπιακών αθλημάτων, και να συζητήσουμε μαζί τους τα βασικά χαρακτηριστικά και τους βασικούς κανονισμούς του.

Στη συνέχεια, περνάμε στο χώρο γύμνασης του σχολείου και εκτελούμε μερικές προασκήσεις για την εξοικείωση των μαθητών με το άθλημα όπως:

- Αναπηδήσεις-διαστάσεις των ποδιών. Τα χέρια σε κάθε αναπήδηση περνούν διαδοχικά από την πρόταση, ανάταση, πρόταση ή έκταση, με διαφορά ενός χρόνου.
- Από θέση διάστασης, πλάγιες προβολές και τάσεις πάνω στο προβαλλόμενο πόδι.
- Αναπηδήσεις με εναλλακτικές άρσεις του γόνατος (λυγισμένο, τεντωμένο και σε συνδυασμό)
- Αναπηδήσεις με μικρές διαστάσεις των ποδιών που συνοδεύονται από βαθιά καθίσματα.
- Βαθύ κάθισμα, περπάτημα χήνας.  
Στη συνέχεια δουλεύουμε με τους μαθητές συνασκήσεις βασικών βημάτων και θέσεων όπως:
- Οι μαθητές ο ένας απέναντι από τον άλλο λαμβάνουν τη θέση φύλαξης (γόνατα ομοιόμορφα λυγισμένα, τα πέλματα σε απόσταση δύο ποδιών και σε κάθετη σχέση μεταξύ τους, με το μπροστινό να κατευθύνεται προς τον αντίπαλο. Το χέρι που θα φέρει το ξίφος τεντωμένο μπροστά και το ελεύθερο χέρι λυγισμένο πίσω και πάνω, στο ύψος του ώμου.
- Βήματα με τέντωμα του χεριού μπροστά απέναντι από υποτιθέμενο στόχο (νύξη)
- Βήματα με τέντωμα του χεριού σε συνάσκηση κατά την οποία ο ένας μαθητής εκτελεί βήματα εμπρός και ο άλλος πίσω
- Βήματα και προβολή με νύξη (σε συνάσκηση ή στόχο)  
Ελαφρύ τρέξιμο. Με το παράγγελμα, λήψη θέσης φύλαξης και στη συνέχεια φλες (ελαφρύ πέταγμα εμπρός) με νύξη.

## Γβ7(Ι)

**Δραστηριότητα:** Ξιφασκία

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με το άθλημα της ξιφασκίας

**Εξοπλισμός:** Κασέτα Ολυμπιακών αθλημάτων, σκυτάλες ή ράβδοι, ιατρικές μπάλες.

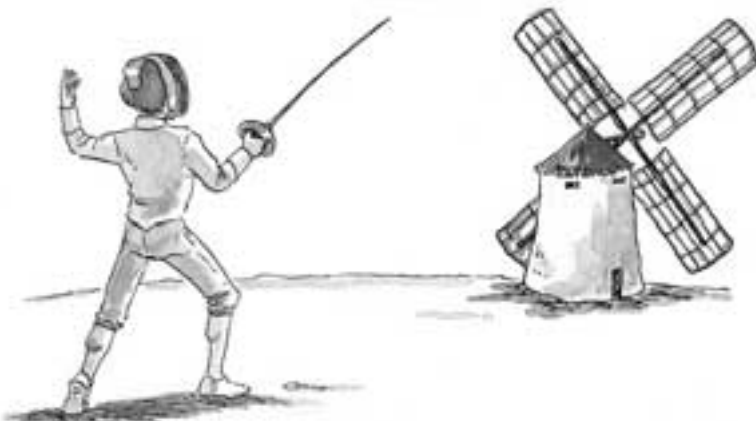
**Λέξεις-κλειδιά:** Ξιφασκία, Ολυμπιακοί Αγώνες Αθήνα 2004.

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. *Τα Ολυμπιακά αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.athens.olympic.org>
3. <http://www.sport.gov.gr>

### Βοήθεια:

Παρουσιάστε τη δραστηριότητα υπό μορφή παιχνιδιού για να κάνετε πιο ενδιαφέρουσα και διασκεδαστική τη συμμετοχή των μαθητών.



## ΓΒ7(II)

**Δραστηριότητα:** Τρίαθλο

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με το άθλημα του τρίαθλου

**Εξοπλισμός:** Κασέτα Ολυμπιακών αθλημάτων, 3 στρώματα γυμναστικής ή πάγκοι, 3 λάστιχα, 3 ποδήλατα, κώνοι.

**Λέξεις-κλειδιά:** Τρίαθλο, Ολυμπιακοί Αγώνες Αθήνα 2004.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. <http://www.sport.gov.gr>

**Βοήθεια:**

Φροντίστε να κάνετε σωστή κατανομή του χρόνου που διαθέτετε. Συγκεντρώστε εγκαίρως τα όργανα και τα υλικά που χρειάζεστε, ώστε να μη χάσετε πολύτιμο χρόνο. Αναθέστε σε κάποιους μαθητές να φέρουν τα ποδήλατά τους.

Για λάστιχα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ακόμα και το απλό λάστιχο που χρησιμοποιούν οι μαθητές όταν παίζουν το ομώνυμο παιχνίδι.

## Τρίαθλο

Αφιερώνουμε τα 10 πρώτα λεπτά της ώρας μας για να δείξουμε στους μαθητές την τρίλεπτη παρουσίαση του αθλήματος από την κασέτα των Ολυμπιακών αθλημάτων και να συζητήσουμε μαζί τους τα βασικά χαρακτηριστικά και τους βασικούς κανονισμούς του αθλήματος. Στη συνέχεια, στο χώρο άθλησης του σχολείου εκτελούμε:

**Κυκλική εκτέλεση ασκήσεων**

Τρεις ομάδες μαθητών –8-9 μαθητές σε κάθε ομάδα– εκτελούν ασκήσεις ανά αγώνισμα (κολύμβηση, ποδηλασία, τρέξιμο). Οι μαθητές μετά την ολοκλήρωση των ασκήσεων κάθε αγώνισματος αλλάζουν ομάδα ασκήσεων μέχρι να συμπληρώσουν τον κύκλο και των τριών αγωνισμάτων που συνθέτουν το άθλημα του τρίαθλου.

Ζέσταμα (5 λεπτά)

- Διατάσεις κορμού, άνω και κάτω άκρων
- Τρέξιμο

**Κολύμβηση (10 λεπτά)**

Εκτέλεση ασκήσεων με λάστιχα – κάθε άσκηση εκτελείται 3 φορές με 10-15 επαναλήψεις. Τα λάστιχα προσαρμόζονται σε σταθερό σημείο.

- Άσκηση 1: με το πρόσωπο απέναντι από τα λάστιχα, στο στρώμα γυμναστικής ή στον πάγκο από θέση οριζόντια με την κοιλιά και τα χέρια μπροστά, έλξεις των λάστιχων με τα χέρια εναλλάξ προς τα πίσω μέχρι το μηρό, όπως στο ελεύθερο στην κολύμβηση (σχήμα).
- Άσκηση 2: με την πλάτη απέναντι από τα λάστιχα, από θέση οριζόντια με την κοιλιά και με στήριξη στους πήχεις, ανέβασμα των λάστιχων με τα πόδια εναλλάξ τεντωμένα προς τα πίσω (σχήμα).
- Άσκηση 3: με την πλάτη απέναντι από τα λάστιχα, από όρθια θέση με τα πόδια ελαφρώς ανοικτά, κρατώντας το λάστιχο με τεντωμένα τα χέρια πάνω από το κεφάλι, κλίσεις του κορμού: α) πλάγια δεξιά και αριστερά, β) μπροστά (σχήμα).

**Ποδηλασία (10 λεπτά)**

Κάθε άσκηση - διαδρομή εκτελείται 3-5 φορές.

- Άσκηση 1: διαδρομή σε θάρια γύρω από κώνους
- Άσκηση 2: πορεία με το ένα χέρι στο τιμόνι του ποδηλάτου (δεξιά μέχρι τον κώνο - στροφή - επιστροφή με το αριστερό)
- Άσκηση 3: ελικοειδής διαδρομή ανάμεσα σε κώνους, σε ζευγάρια, ακολουθώντας ο ένας τον άλλο.

**Τρέξιμο (5-6 λεπτά)**

- Ασκήσεις τρεξίματος
- Τρέξιμο σε καθορισμένη διαδρομή μέσα στην αυλή.

Αποκατάσταση - αποθεραπεία (4-5 λεπτά)

Εστιάστε στον κύριο στόχο του μαθήματος – κινητική προσέγγιση του τρίαθλου – και μη δώσετε ιδιαίτερη βαρύτητα στις σωματικές επιβαρύνσεις.

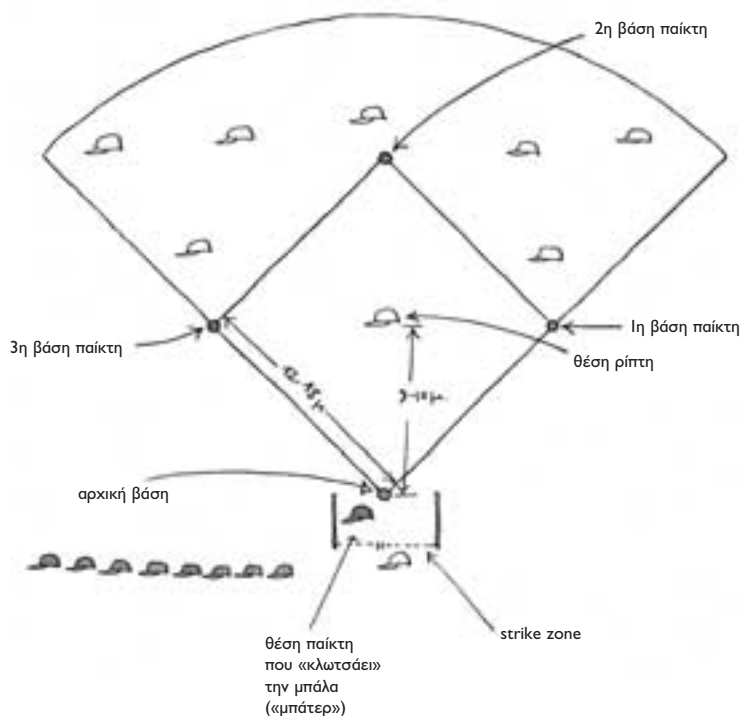
Παρουσιάστε τη δραστηριότητα υπό μορφή παιχνιδιού (π.χ. αξιολογώντας την εκτέλεση των ασκήσεων κάθε ομάδας), θα κάνετε έτσι πιο ενδιαφέρουσα και διασκεδαστική τη συμμετοχή των μαθητών.



## Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (I)

Κάντε μια εισαγωγή στο άθλημα του μπέιζμπολ, εξηγώντας στους μαθητές τη φιλοσοφία του παιχνιδιού και τις βασικές αρχές [μάθημα Γ7 (I)].

Στη συνέχεια, όπου υπάρχει δυνατότητα, δείξτε στους μαθητές βίντεο με μπέιζμπολ. Ρωτήστε τους μαθητές τι αλλαγές θα έκαναν για να παίξουν το παιχνίδι με μπάλα ποδοσφαίρου. Συζητήστε μαζί τους τις τροποποιήσεις στους κανονισμούς και χαράξτε στην αυλή του σχολείου το γήπεδο.

Το μήκος των πλευρών του ρόμβου δεν θα πρέπει να ξεπερνά τα 18 μ. αλλά ούτε να είναι κάτω από τα 12 μ. Η θέση του ρίπτη θα πρέπει να είναι περίπου 8 - 10 μ. από την αρχική βάση. Ο μπάτερ στη συγκεκριμένη παραλλαγή του παιχνιδιού κλωτσάει με το πόδι όσο πιο μακριά μπορεί την μπάλα. Ενώ η περιοχή όπου ο ρίπτης μπορεί να πετάει με δύναμη την μπάλα (strike zone) έχει ως ανώτατο όριο την οριζόντια γραμμή που περνάει από τα γόνατα του μπάτερ. Η αλλαγή από την άμυνα στην επίθεση γίνεται όταν όλοι οι επιθετικοί περάσουν από τη θέση του μπάτερ. Αφού όλοι οι μαθητές κατανοήσουν τους κανόνες του παιχνιδιού και εφόσον έχετε χρόνο, κάντε μια σειρά από προασκήσεις (π.χ. ρίψεις της μπάλας με όση δύναμη έχουμε στην περιοχή του μπάτερ, γρήγορες πάσες από βάση σε βάση με το ένα χέρι –baseball pass–, σπριντ από βάση σε βάση).



-  επιτιθέμενος παίκτης
-  αμυνόμενος παίκτης

## Γ7 (III)

**Δραστηριότητα:** Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (I)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπέιζμπολ.

**Εξοπλισμός:** Μια μπάλα ποδοσφαίρου, ταινία για τη χάραξη του γηπέδου ή πλαστικοί κώνοι.

**Λέξεις-κλειδιά:** μπέιζμπολ σόφτμπολ, σόκερμπολ.

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)

### Βοήθεια:

Όπου υπάρχει βίντεο, οι βασικές αρχές του παιχνιδιού είναι καλό να παρουσιάζονται με ταυτόχρονη προβολή του αθλήματος.

## Γβ7 (IV)

**Δραστηριότητα:** Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (2)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπέιζμπολ

**Εξοπλισμός:** Μια μπάλα ποδοσφαίρου, ταινία για τη χάραξη του γηπέδου ή πλαστικοί κώνοι.

**Λέξεις-κλειδιά:** μπέιζμπολ, σόφτμπολ, σόκερμπολ.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)

**Βοήθεια:**

Δώστε ποινή στην αμυντική ομάδα (-1 πόντο) αν με οποιοδήποτε τρόπο εμποδίζει κάποιον επιθετικό να τρέξει γύρω από τις βάσεις.  
Τον ρίπτη μπορεί η ομάδα που κάνει άμυνα να τον αλλάζει όσες φορές θέλει.

## Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (2)

Στο χώρο της αυλής του σχολείου όπου έχετε χαράξει το γήπεδο για το μπέιζμπολ [μάθημα Γβ7 (III)] κάντε τις παρακάτω προασκήσεις:

- Ρίψεις της μπάλας όσο πιο δυνατά μπορούμε στην περιοχή του μπάτερ
- γρήγορες πάσες από βάση σε βάση με το ένα χέρι (baseball pass),
- πάσα και σπριντ από βάση σε βάση.

Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε δύο ομάδες και με κλήρωση αποφασίστε ποιοι θα ξεκινήσουν από την επίθεση και ποιοι από την άμυνα.

Η ομάδα που κάνει επίθεση παρατάσσεται στη θέση βολής, ενώ οι παίκτες της ομάδας που είναι στην άμυνα παίρνουν τις θέσεις τους στο γήπεδο (σχ. I). Ο ρίπτης είναι αυτός που με τα χέρια πετάει (ρολάρει) την μπάλα προς την αρχική βάση. Η βολή του θα πρέπει να είναι δυνατή, γρήγορη, μέσα στα όρια της βάσης και κάτω από το γόνατο. Σε περίπτωση που ο ρίπτης κάνει τρεις άστοχες βολές, ο επιθετικός που αποκρούει κερδίζει μια βάση και προχωράει.

Ο επιθετικός (μπάτερ) έχει δικαίωμα να κλωτσήσει την μπάλα και να την στείλει όσο πιο μακριά μπορεί. Αν αυτό δεν το καταφέρει με τρεις προσπάθειες κάνει την σειρά του και πάει στο τέλος της γραμμής.

Η ομάδα που κάνει άμυνα προσπαθεί να πιάσει την μπάλα και να τη γυρίσει πίσω στις βάσεις προτού φτάσει σε μία από αυτές ο επιθετικός.

Αν η μπάλα γυρίσει σε αμυντικό που πατάει σε βάση και ο επιθετικός δεν έχει προλάβει να τρέξει σ' αυτήν, τότε ο επιθετικός κάνει τη σειρά του και πάει στο τέλος της γραμμής. Αν ο επιθετικός κατορθώσει να φτάσει σε μία από τις βάσεις προτού γυρίσει η μπάλα, τότε συνεχίζει το παιχνίδι μέχρι να τα καταφέρει να γυρίσει στην αρχική βάση (ολόκληρος κύκλος) και να πετύχει πόντο για την ομάδα του. Ο επιθετικός που βρίσκεται σε βάση εκτός της αρχικής μπορεί, αν διαπιστώσει ότι οι αμυντικοί δεν προσέχουν, να μετακινηθεί στην επόμενη βάση (να κλέψει βάση). Σε περίπτωση που το αντιληφθεί ο ρίπτης, μπορεί να τον βγάλει εύκολα εκτός παιχνιδιού πετώντας την μπάλα στον αμυντικό που βρίσκεται στη βάση την οποία ο επιθετικός προσπαθεί να κλέψει. Όταν η μπάλα πιάνεται στον αέρα από τους αμυντικούς σε απόκρουση των επιθετικών, ο επιθετικός που κάνει την απόκρουση κάνει τη σειρά του και πάει στο τέλος της γραμμής.

Ο επιθετικός που θα προλάβει να επιστρέψει στην αρχική βάση σημειώνει 1 πόντο.

Όταν γίνει μια καλή απόκρουση της μπάλας και υπάρχουν επιθετικοί σε όλες τις βάσεις από τις προηγούμενες προσπάθειες, τότε όλοι πετυχαίνουν πόντο. Αν δεν υπάρχουν επιθετικοί στις βάσεις, πόντο πετυχαίνει μόνο ο παίκτης που κάνει την απόκρουση και μετά ολοκληρώνει ένα γύρο περνώντας από όλες τις βάσεις.

Όταν όλοι οι παίκτες της επιθετικής ομάδας έχουν περάσει από τη θέση του παίκτη που κάνει την απόκρουση (μπάτερ), οι ομάδες αλλάζουν θέσεις. Ανάλογα με το χρόνο, κάθε ομάδα θα πρέπει να κάνει δύο ή τρεις επιθέσεις. Νικήτρια είναι η ομάδα που θα πετύχει τους περισσότερους πόντους.



## Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (3)

Στην τρίτη ενότητα για το μπέιζμπολ, στην εισαγωγή της δραστηριότητας, δώστε στους μαθητές χρόνο (5') ώστε να αναπτύξουν συγκεκριμένη τακτική για να κερδίσουν το παιχνίδι (π.χ. με τι σειρά θα κλοτσήσουν την μπάλα, πότε θα ρισκάρουν με μια απόκρουση χαμηλή, ποιος ρίπτης θα ξεκινήσει κ.λπ.)

Στη συνέχεια, αφού οι μαθητές κάνουν 5' γενική προθέρμανση (χαλαρό τρέξιμο, ασκήσεις), μπορούν να ξεκινήσουν το παιχνίδι. Με κλήρωση καθορίζεται ποια ομάδα θα είναι στην επίθεση και ποια στην άμυνα.

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού μπορείτε να κάνετε παρεμβάσεις και να εξηγείτε στους μαθητές κάποιες καταστάσεις οι οποίες θα έκαναν το παιχνίδι τους πιο ουσιαστικό και αποτελεσματικό. Όπου υπάρχει η δυνατότητα μπορείτε (μετά τα δύο πρώτα μαθήματα) να οργανώσετε και αγώνες μεταξύ δύο τμημάτων.

Στο τέλος του παιχνιδιού ρωτήστε τους μαθητές αν το διασκέδασαν και αν θα ήθελαν να παρακολουθήσουν μπέιζμπολ ή σόφτμπολ στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004.



### Γβ7 (V)

**Δραστηριότητα:** Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (3)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπέιζμπολ

**Εξοπλισμός:** Μια μπάλα ποδοσφαίρου, ταινία για τη χάραξη του γηπέδου ή πλαστικοί κώνοι.

**Λέξεις-κλειδιά:** μπέιζμπολ, σόφτμπολ, σόκερμπολ.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)

## ΓΒ7(VI)

**Δραστηριότητα:** Αντιπέρση (μπάντμιντον)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπάντμιντον, τους κανονισμούς που ισχύουν, τον τόπο και τον τρόπο διεξαγωγής του

**Εξοπλισμός:** Ρακέτες, μπαλόνια, πλαστικά φτερά αντιπέρσης

**Λέξεις-κλειδιά:** αντιπέρση, μπάντμιντον

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004 (βιντεοταινία)

**Βοήθεια:**

Προσπαθήστε η παρουσίαση του αθλήματος να είναι ελεύθερη και σε μορφή παιχνιδιού. Αν ο αθλούμενος (άσκηση 2) κατ'εξακολούθηση αποτυγχάνει να χτυπήσει το φτερό, του υποδεικνύουμε: α) να κρατά ψηλά τη ρακέτα (πάνω και μπροστά από το κεφάλι του), β) να βλέπει το φτερό που του πετάει ο συνασκούμενος μέσα από την πλέξη της επιφάνειας της ρακέτας γ) να χτυπάει το φτερό με τη ρακέτα, με μικρή κίνηση του καρπού, τη στιγμή που το βλέπει να φθάνει σε αυτήν.

Στην τρίτη άσκηση αφήνουμε τα παιδιά περισσότερο να παίξουν ελεύθερα και να το διασκεδάσουν. Επισημαίνουμε να μην παίζουν ανταγωνιστικά και να προτιμούν τα χτυπήματα πάνω από το κεφάλι.

## Αντιπέρση (μπάντμιντον)

Αφιερώνουμε τα 10 πρώτα λεπτά της ώρας μας για να δείξουμε στους μαθητές την τρίλεπτη παρουσίαση του αθλήματος από την κασέτα των Ολυμπιακών αθλημάτων, και να συζητήσουμε μαζί τους τα βασικά χαρακτηριστικά και τους βασικούς κανονισμούς του. Στη συνέχεια, περνάμε στο γυμναστήριο του σχολείου και εκτελούμε μερικές βασικές ασκήσεις για να εξοικειωθούν οι μαθητές με το άθλημα.

- Άσκηση 1η: Δίνουμε στους μαθητές από μία ρακέτα και τους υποδεικνύουμε τη σωστή λαβή της. Φουσκώνουμε ένα μπαλόνι σε μέγεθος μπάλας του βόλεϊ ή λίγο μικρότερο και ζητάμε από τους μαθητές να προσπαθήσουν να το χτυπήσουν με τη ρακέτα διαδοχικά κάτω από τη μέση και πάνω από το κεφάλι τους. Η αργή κίνηση του μπαλονιού βοηθάει ώστε ο μαθητής να εξοικειωθεί με την κίνηση της ρακέτας και να αποκτήσει αίσθηση του χώρου και των θέσεων του καρπού του, της λαβής και της κεφαλής της ρακέτας.
- Άσκηση 2: Ζητάμε από τους μαθητές να σχηματίσουν ζευγάρια. Ο ένας από τους δύο, αφού τον τροφοδοτήσουμε με φτερά αντιπέρσης, αναλαμβάνει να τα πετάει στον άλλον, είτε με ρακέτα είτε με τα χέρια του. Επισημαίνουμε σε εκείνον που πετάει τα φτερά ότι αυτά πρέπει να κατευθύνονται λίγο πάνω από το κεφάλι του συνασκούμενου. Το σημείο αυτό είναι το ευκολότερο για να αρχίσει κάποιος τα χτυπήματα με τη ρακέτα.
- Άσκηση 3: Στη συνέχεια και για τα 10 τελευταία περίπου λεπτά της ώρας, ορίζουμε ώστε ανά δύο ζευγάρια να διεξαχθεί ελεύθερο παιχνίδι (διαδοχικά χτυπήματα του φτερού) σε διάφορα σημεία του χώρου μας και χωρίς περιορισμούς στο χώρο κίνησης των μαθητών. Με τον τρόπο αυτόν επιδιώκεται η εξοικείωση των μαθητών με τη ρακέτα και το φτερό. Στο τέλος της δραστηριότητας επιλέγουμε ένα ζευγάρι μαθητών που μπορεί να παίξει και δείχνουμε στους μαθητές πώς μετράνε οι πόντοι. Στην περίπτωση που η ανταπόκριση και η συμμετοχή των μαθητών στην εισαγωγική αυτή δραστηριότητα του μπάντμιντον είναι μεγάλη, προτείνετε στους μαθητές να οργανώσουν σε επόμενο μάθημα ένα μικρό τουρνουά.



## Οφέλη από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων

Συζητήστε με τα παιδιά τα αναμενόμενα οφέλη της Ελλάδας από τη διοργάνωση των Ολυμπιακών Αγώνων. Συνδυάστε την προετοιμασία της χώρας για την Ολυμπιάδα του 2004 με τα μεγάλα έργα που πραγματοποιούνται στη χώρα (Αεροδρόμιο, Αττικό μετρό, Εγνατία οδός, Αττική οδός, Ολυμπιακό χωριό κ.λπ.). Εξηγήστε στους μαθητές ότι η ευκαιρία για τη χώρα μας είναι η αξιοποίηση αυτής της υποδομής και μετά το 2004.

Στη συνέχεια, δώστε στους μαθητές στοιχεία από το οικονομικό μέγεθος των Αγώνων. Αναφερθείτε στις νέες αθλητικές εγκαταστάσεις και στην ανακαίνιση των υφισταμένων (πληροφορίες από τα έντυπα της οργανωτικής επιτροπής ΑΘΗΝΑ 2004).

Συζητήστε με τους μαθητές την πρόκληση της φιλοξενίας 16.000 αθλητών και συνοδών, 20.000 δημοσιογράφων και τεχνικών ραδιοτηλεοπτικών μέσων, 60.000 εθελοντών και εκατοντάδων χιλιάδων τουριστών.

Ρωτήστε τους μαθητές για τις ειδικότητες των επαγγελματιών που πρέπει να συμμετέχουν και να συνεργαστούν, ώστε να δημιουργηθούν οι συνθήκες υποδοχής και φιλοξενίας όλου αυτού του κόσμου (στην οργάνωση των Αγώνων συμμετέχουν επαγγελματίες όλων των ειδικοτήτων). Στο τέλος κάνετε αναφορά στον αντίκτυπο που θα έχουν οι Αγώνες στον υπόλοιπο κόσμο. Η Ελλάδα με τους Ολυμπιακούς Αγώνες έχει τη δυνατότητα να αγγίξει 6 δισεκατομμύρια ανθρώπους, έχει την ευκαιρία να προβάλει τον πολιτισμό και τους πολίτες της, και να διαδώσει την Ολυμπιακή Ιδέα, δίνοντας στις αξίες και στα ιδανικά της σύγχρονη όψη. Η εικόνα της χώρας μας θα περάσει με τη βοήθεια της ψηφιακής και της δορυφορικής τηλεόρασης, του Διαδικτύου και των παγκοσμίων δικτύων επικοινωνίας.

### Αβ8

**Δραστηριότητα:** Οφέλη από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τα οφέλη που θα αποκομίσει η Ελλάδα από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων.

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες από τα έργα υποδομής που γίνονται για τους Ολυμπιακούς Αγώνες (εφημερίδες, περιοδικά, έντυπα της ΑΘΗΝΑ 2004)

**Λέξεις-κλειδιά:** ανάπτυξη, οικονομία, κοινωνία, πολιτισμός

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές - Προσεγγίσεις, Αθήνα 2004.
2. Ολυμπιακές ματιές, ΑΘΗΝΑ 2004.
3. Athens 2004 Olympic News, Ο.Ε.Ο.Α. ΑΘΗΝΑ 2004 (Τεύχη 1,2,3 & 4)
4. <http://www.athens.olympic.org>



## Bβ8 (I)

**Δραστηριότητα:** Τα έργα υποδομής και οι Ολυμπιακοί Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για την κατασκευή των αθλητικών εγκαταστάσεων αλλά και γενικότερα για τα μεγάλα έργα υποδομής

**Εξοπλισμός:** φωτογραφική μηχανή, Η/Υ και όποια υλικά χρειαστούν για την παρουσίαση της εργασίας.

**Λέξεις-κλειδιά:** Αθλητικές εγκαταστάσεις, έργα υποδομής, Ολυμπιακοί Αγώνες 2004.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακές ματιές (λεύκωμα), ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.athens.olympic.org>
3. <http://www.culture.gr>
4. <http://www.ypehode.gr>

## Τα έργα υποδομής και οι Ολυμπιακοί Αγώνες

Κάντε μια γενική εισαγωγή στο θέμα των αθλητικών έργων (Χρησιμοποιήστε φωτογραφίες). Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές της τάξης σε ομάδες (4-5 ατόμων, ανάλογα με τον αριθμό τους). Ζητήστε από κάθε ομάδα να επιλέξει αθλητικές εγκαταστάσεις ή έργο υποδομής με το οποίο θα ήθελε να ασχοληθεί στην εργασία.

Προτείνετε στους μαθητές τα παρακάτω:

- Αθλητικές εγκαταστάσεις (Ο.Α.Κ.Α., παραλιακή ζώνη Φαλήρου, ιππικές αθλητικές εγκαταστάσεις Μαρκόπουλου)
- τοπικές αθλητικές εγκαταστάσεις
- σχολικές αθλητικές εγκαταστάσεις
- αεροδρόμια
- εθνικοί δρόμοι
- κ.ά.

Μετά την επιλογή του έργου, κάθε ομάδα μπορεί:

- α) να συλλέξει φωτογραφικό υλικό από τις ίδιες τις εγκαταστάσεις, από εφημερίδες, από περιοδικά, από το Διαδίκτυο
- β) να συλλέξει πληροφορίες και ιστορικά στοιχεία
- γ) να ερευνήσει τη χρησιμότητα του έργου (ερωτηματολόγια, συνεντεύξεις)
- δ) να εξετάσει τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις του έργου
- ε) να οργανώσει επισκέψεις και να ενημερωθεί για την πρόοδο του έργου.

Μετά από τη συλλογή του υλικού οι μαθητές το αξιολογούν, το ταξινομούν και επιλέγουν τον τρόπο παρουσίασής του.

Οι εργασίες μπορούν να παρουσιαστούν στην τάξη ή σε εκδήλωση του σχολείου.

Εναλλακτικά μπορείτε να ετοιμάσετε μικρά άρθρα για τη σχολική ή την τοπική εφημερίδα. Σ' αυτή την περίπτωση ζητήστε τη βοήθεια των φιλολόγων για την επιμέλεια των κειμένων.



## Ολυμπιακοί Αγώνες 2004 και επαγγέλματα

Συζητήστε με τους μαθητές ποια κατά την γνώμη τους είναι τα επαγγέλματα που θα ωφεληθούν ή θα έχουν αρνητικές επιπτώσεις από τη διεξαγωγή των Ολυμπιακών Αγώνων. Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές της τάξης σε ομάδες (4-5 ατόμων). Ζητήστε από κάθε ομάδα να επιλέξει επάγγελμα ή κατηγορία επαγγελματιών ως αντικείμενο μελέτης.

Προτείνετε στους μαθητές κατηγορίες επαγγελματιών που έχουν σχέση με:

- Τουρισμό
- Φιλοξενία
- Μετακινήσεις
- Διατροφή
- Διασκέδαση
- Έρευνα-τεχνολογία
- Εκπαίδευση
- Υγεία
- Ασφάλεια

Μετά την επιλογή του επαγγέλματος, κάθε ομάδα μπορεί:

- α) να συλλέξει υλικό για το ρόλο και τις προοπτικές του επαγγέλματος που έχει επιλέξει σε σχέση με τους Ολυμπιακούς Αγώνες
- β) να καταγράψει τις απόψεις των ανθρώπων του επαγγέλματος που έχει επιλέξει σε σχέση με τη διοργάνωση των Ολυμπιακών Αγώνων
- γ) να προτείνει τρόπους εκπαίδευσης των επαγγελματιών για την καλύτερη παροχή υπηρεσιών και προβολή των προϊόντων τους.
- δ) να οργανώσει ή να παρακολουθήσει διαλέξεις από ειδικούς κάθε επαγγέλματος.

Τα αποτελέσματα της έρευνας και οι προτάσεις των παιδιών μπορούν να παρουσιαστούν στην τάξη ή σε εκδήλωση του σχολείου.

### Ββ8 (II)

**Δραστηριότητα:** Ολυμπιακοί Αγώνες 2004 και επαγγέλματα

**Στόχος:** Να εντοπίσουν οι μαθητές τα οφέλη και γενικότερα τις επιπτώσεις των Ολυμπιακών Αγώνων σε διάφορες κατηγορίες επαγγελματιών.

**Εξοπλισμός:** Κασετόφωνο, Η/Υ και όποια υλικά χρειαστούν για την παρουσίαση της εργασίας.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες 2004, επαγγέλματα.

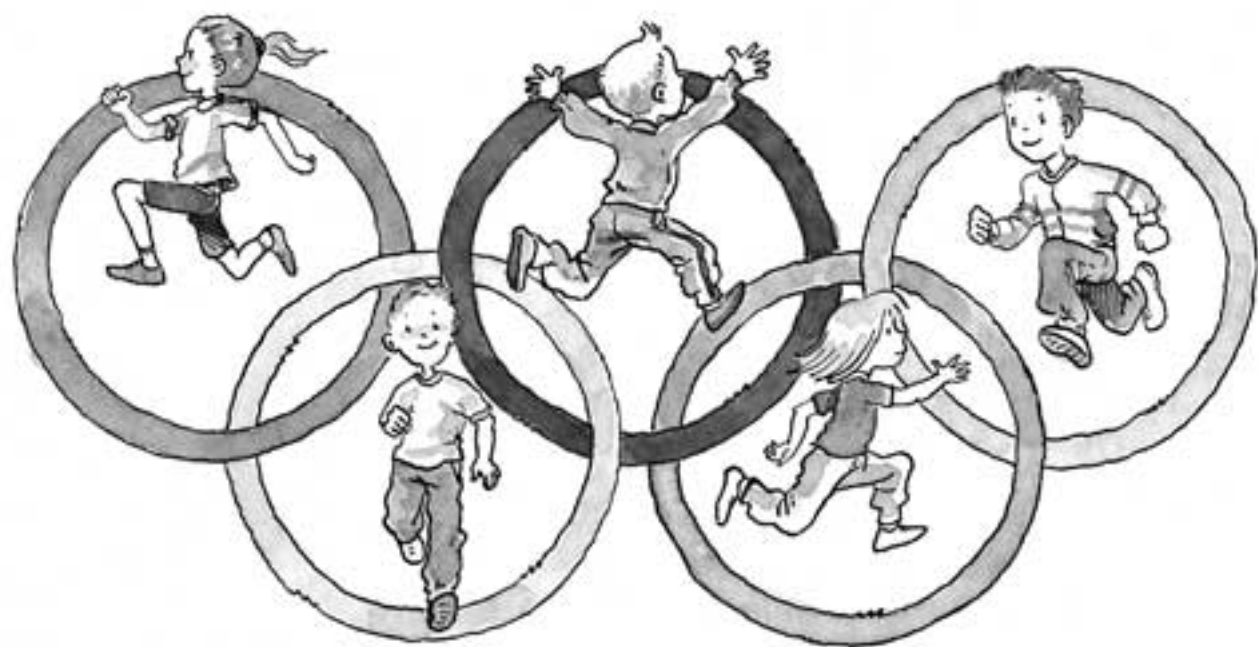
#### Περισσότερες πληροφορίες:

- 1) Ενώσεις επαγγελματιών
- 2) Περιοδικά, εφημερίδες
- 3) Επιστημονικοί σύλλογοι

#### Βοήθεια:

Μπορείτε να πείτε στους μαθητές να επιλέξουν ένα επάγγελμα που πιθανόν να άρεσε και στους ίδιους, ούτως ώστε να ταυτιστεί η δραστηριότητα και με την ενημέρωση για επαγγελματικό προσανατολισμό.









Διασπορευμένες  
για το Αύριο



## Εισαγωγική δραστηριότητα

Αφιερώστε 5-10 λεπτά για να συστηθείτε στα παιδιά και για να τους παρουσιάσετε τους στόχους της Ολυμπιακής παιδείας. Στη συνέχεια, οργανώστε το μάθημα γύρω από τις 2 υποδραστηριότητες που ακολουθούν.

### Υποδραστηριότητα 1 (5-10 λεπτά)

Πείτε τους: «Πολλές από τις δραστηριότητες του προγράμματος θα τις εκτελούμε σε μικρές ή μεγαλύτερες ομάδες. Οι ομάδες που θα δημιουργήσουμε σήμερα θα είναι των 3 (έως 5) ατόμων, κάποιες από τις δραστηριότητες όμως θα ανατίθενται σε 2-3 ομάδες μαζί. Τώρα, θα ήθελα να χωριστείτε μόνοι σας σε τριάδες. Έχετε 3 λεπτά να το κάνετε και να γράψετε τα ονόματά σας σε χαρτί που θα σας μοιράσω. Πάνω-πάνω στο χαρτί θα γράψετε ένα όνομα για την ομάδα σας». (Φροντίστε να συμπεριληφθούν όλα τα παιδιά σε ομάδες.)

### Υποδραστηριότητα 2 (10-20 λεπτά)

Πείτε τους: «Για να λειτουργήσουμε πιο αποτελεσματικά και με το μέγιστο όφελος για όλους πρέπει από την αρχή να συμφωνήσουμε όλοι για τον τρόπο με τον οποίο θα διεξάγονται οι δραστηριότητες. Μαζί θα καταλήξουμε σε κάποιες προτάσεις και θα υποσχεθούμε ότι θα τις τηρούμε. Σκοπός μας είναι να έχουμε όλοι το μεγαλύτερο όφελος στο μικρότερο χρόνο.» Αφού καταλήξετε σε κάποιες προτάσεις, αναθέστε σε ορισμένα παιδιά να τις καθαρογράψουν και στο επόμενο μάθημα φωτοτυπήστε και δώστε τους από ένα αντίγραφο, για να υπογράψουν ότι δεσμεύονται να τηρήσουν τις προτάσεις που συναποφάσισαν. Αναθέστε σε μια ομάδα να το κάνει αφίσα και τοιχοκολλήστε το στην αίθουσα. Παρακάτω προτείνονται μερικά σημεία που μπορείτε να τα συζητήσετε με τα παιδιά για να συμπεριλάβετε στο πρωτόκολλο που θα συντάξετε:

Να ακούμε ο ένας τον άλλο, να μιλάμε ένας ένας και όχι όλοι μαζί, δεν διακόπτω ποτέ τον άλλο, αφήνω να ολοκληρώσει και μετά ζητάω το λόγο. Έρχομαι στην ώρα μου στο μάθημα. Είμαι συνεπής στις υποχρεώσεις της ομάδας μου. Προσπαθώ όσο περισσότερο μπορώ. Δεν πληγώνω τους άλλους σωματικά ή λεκτικά. Προσέχω τον εαυτό μου. Προσέχω το θρανίο, την τάξη και όλο το σχολείο. Δεν πετάω σκουπίδια, δεν γράφω σε τοίχους/θρανία, δεν λερώνω το χώρο όπου κινούμαι. Δεν θα εκφέρω αρνητικά σχόλια για τους συμμαθητές μου. Τα σχόλια θα έχουν πάντα τη μορφή πρότασης για βελτίωση και ενθάρρυνση. Όλες οι διαφωνίες θα λύνονται με συζήτηση. Η συζήτηση θα σταματάει μόνο όταν υπάρξει κοινή συμφωνία για οποιοδήποτε θέμα προκύπτει ανάμεσά μας. Συναντήσεις μεταξύ των μελών της ομάδας ή μεταξύ των ομάδων θα γίνονται και έξω από το σχολείο μετά από κοινή συμφωνία και όλοι θα είναι παρόντες. Δεν ξεχνώ να ζητήσω την έγκριση των γονιών μου πριν δώσω υποσχέσεις. Οι συναντήσεις μπορεί να γίνονται για δραστηριότητες εξωσχολικές που αφορούν όμως το σχολείο, όπως η συλλογή στοιχείων από βιβλιοθήκες για κάποια εργασία κ.ά. Συνεργαζόμαστε και βοηθούμε άλλες ομάδες.

Τα παραπάνω δεν είναι δεσμευτικά. Αφήστε τα παιδιά να προτείνουν και να αποφασίσουν. Προτείνετε κι εσείς ό,τι νομίζετε απαραίτητο, αρκεί να δεχτούν και τα παιδιά να το συμπεριλάβετε στο πρωτόκολλο. Τέλος, πείτε τους να αποφασίσουν τι θα συμβαίνει όταν κάποιος δεν τηρούν τη συμφωνία. Προτρέψτε τους να μη βάλουν ποινές, απλώς οι υπεύθυνοι να ζητούν συγνώμη από τους θιγόμενους και να υπόσχονται ότι αυτό που έγινε δεν θα επαναληφθεί. Το πιθανότερο είναι να μην υπάρξουν παραβάτες, αφού οι ίδιοι τα συναποφάσισαν.

**Δραστηριότητα:** Εισαγωγική δραστηριότητα

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους στόχους του προγράμματος και να τεθεί το πλαίσιο των δραστηριοτήτων.

**Εξοπλισμός:** Χαρτία και μολύβια

### Περισσότερες πληροφορίες:

Ellias M.J. & Clabby, J.F. (1992). *Building social problem-solving skills*, Jossey - Bass, San Francisco.

Canfield, J. & Siccone, F. (1995). *101 Ways to develop student self esteem and responsibility*, U.S.A. Allyn and Bacon.

### Βοήθεια:

- Τονίστε στα παιδιά ότι αυτή είναι μια συμφωνία που υπέγραψαν και όχι κανόνες που τους επιβάλλονται.
- Σε τυχόν υπαναχωρήσεις κατά τη διάρκεια της χρονιάς θυμίζετε τους ότι οι ίδιοι έκαναν τις προτάσεις και ότι σκοπός αυτής της συμφωνίας είναι να έχουν όλοι το μέγιστο όφελος.
- Ακόμη και αν δεν συμφωνήσουν όλοι σε όλα μπορείτε και πάλι να λειτουργήσετε. Αυτό γίνεται για να εξασφαλιστεί το καλύτερο αποτέλεσμα και το μέγιστο δυνατό όφελος για όλους.
- Η διαδικασία με τις μικρές συντροφικές στην αρχή μπορεί να σας δυσκολέψει και μπορεί να προκύψουν και προβλήματα. Επιμείνετε και ο χρόνος θα σας δικαιώσει.

## ΑγΙ

**Δραστηριότητα:** Οι Ολυμπιακοί Αγώνες στην αρχαία Ελλάδα

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες.

**Εξοπλισμός:** Διαφάνειες, βίντεο (αν υπάρχει), φωτογραφίες (εφημερίδες, περιοδικά, έντυπα της ΑΘΗΝΑ 2004), βιβλία, εργασίες μαθητών, slides, κ.λπ.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, αγωνίσματα αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων, Οργάνωση των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων, Πολιτισμός.

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. *Ολυμπιακοί Αγώνες Αναφορές- Προσεγγίσεις*, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. *Ολυμπιακό 2004άδιο 10-12 ετών*.
3. *Ολυμπιακές ματιές*, ΑΘΗΝΑ 2004.
4. Μουρατίδη Ι. (1998), *Οι Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες (για παιδιά)*, Εκδόσεις Πλάτων, Θεσσαλονίκη.
5. Μουρατίδη Ι. (1998), *Ιστορία Φυσικής Αγωγής*, Εκδόσεις Χριστοδουλίδη, Θεσσαλονίκη
6. Υπουργείο Αιγαίου, *Αγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας*.
7. <http://www.athens.Olympic.org>  
<http://www.ime.gr>

## Οι Ολυμπιακοί Αγώνες στην αρχαία Ελλάδα

Ρωτήστε τους μαθητές τι γνωρίζουν για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες. Συζητήστε μαζί τους για 5 λεπτά και στη συνέχεια παρουσιάστε με όποιον τρόπο μπορείτε φωτογραφικό υλικό από τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες (αθλητές, αθλήματα, χώρους της Ολυμπίας, κ.ά.). Χρησιμοποιήστε βίντεο, φωτογραφίες και ό,τι άλλο διαθέτετε ή μπορείτε να βρείτε ώστε να κάνετε το μάθημα ελκυστικό.

Στη συνέχεια, συζητήστε με τους μαθητές για τα αγωνίσματα των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων. Παρουσιάστε τα με όσο περισσότερες λεπτομέρειες μπορείτε και παροτρύνετε τους μαθητές να βρουν ομοιότητες και διαφορές με τα σημερινά αγωνίσματα των Ολυμπιακών Αγώνων (τα αγωνίσματα των αρχαίων Αγώνων ήταν: ο δρόμος, το άλμα, ο δίσκος, το ακόντιο, η πάλη, η πυγμαχία, το παγκράτιο, το πένταθλο και τα αγωνίσματα του ιπποδρόμου).

Αναφερθείτε στον τρόπο οργάνωσης των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων (σπουδαιότερα κτήρια, έπαθλα, αμοιβές αθλητών, βλ. *Ολυμπιακοί Αγώνες Αναφορές-Προσεγγίσεις*, Αθήνα 2004) και κάντε συγκρίσεις με τη σημερινή εποχή.

Τέλος, αφιερώστε χρόνο για συζήτηση με τα παιδιά πάνω σε θέματα όπως: η συμβολή των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων στο σύγχρονο πολιτισμό, το νόημα της εκκευρίας, σύγκριση αρχαίων και σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων.

Όπου υπάρχει η τεχνολογική υποδομή και σε συνεργασία με τον καθηγητή Πληροφορικής, οργανώστε μια περιήγηση των μαθητών στην αρχαία Ελλάδα και στους Ολυμπιακούς Αγώνες της αρχαιότητας μέσω των προτεινόμενων ιστοσελίδων. Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες και αναθέστε τους διαφορετικά θέματα για τα οποία θα πρέπει να συλλέξουν πληροφορίες. Παράλληλα με την περιήγηση στο διαδίκτυο, συζητήστε με τους μαθητές σας όλες τις πληροφορίες που βρίσκουν και δώστε τους την ευκαιρία να γίνουν εκείνοι αυτοί που, όχι μόνο θα βρουν τις πληροφορίες, αλλά και που θα τις αξιολογήσουν και θα τις μεταφέρουν στους συμμαθητές τους.



## Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες

Ενημερώστε τους μαθητές ότι τους επόμενους μήνες και μέχρι την περίοδο τέλεσης των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004, πέντε μεγάλα έργα προγραμματίζονται στην περιοχή της αρχαίας Ολυμπίας. Τα έργα αυτά, που γίνονται με σκοπό την κάλυψη των αυξημένων αναγκών υποδοχής των επισκεπτών, είναι τα εξής:

- Ανακαίνιση του παλιού αρχαιολογικού μουσείου, που θα στεγάσει το Μουσείο Ολυμπιακών Αγώνων
- Αναδόμηση και επέκταση του νέου Αρχαιολογικού Μουσείου
- Καθορισμός των αρχαιολογικών διαδρομών μέσα στην αρχαία Άλτη
- Μετατροπή του παλιού κτηρίου σιδηροδρόμων σε Πνευματικό Κέντρο
- Ρύθμιση της κυκλοφορίας των αυτοκινήτων και δημιουργία μεγάλου χώρου στάθμευσης (πάρκινγκ).

Για την ανάδειξη της αρχαίας Ολυμπίας έχει ήδη ξεκινήσει η αποκάλυψη ενός κρυμμένου θησαυρού. Πρόκειται για μια σειρά από πανέμορφα ψηφιδωτά που έχουν από παλιά βρεθεί στα ρωμαϊκά κτίσματα του χώρου κι έχουν σκεπαστεί με τρόπο ώστε να παραμείνουν σε καλή κατάσταση. Τα ψηφιδωτά αυτά θα εκτεθούν σε ένα άγνωστο στους πολλούς μνημείο, ένα κτήριο μεγάλων διαστάσεων που χρησίμευε ως χώρος για λουτρά και βρίσκεται στις ανατολικές Θέρμες, κοντά στον ποταμό Κλάδεο.

Μπορείτε επίσης να πληροφορήσετε τα παιδιά ότι στο νέο μουσείο της Ολυμπίας θα εκτεθεί η συλλογή των χάλκινων της Ολυμπίας, η πλουσιότερη στον κόσμο.

Αφού δώσετε στα παιδιά αυτές τις πληροφορίες-ερέθισμα, οργανώστε τα σε ομάδες εργασίας και αναθέστε τους να εμπλουτίσουν την πληροφόρηση που τους δώσατε με φωτογραφικό και άλλο υλικό (εικόνες των αρχαιολογικών θησαυρών της περιοχής από εφημερίδες, περιοδικά, τουριστικούς οδηγούς, προσωπικές λήψεις, διαδίκτυο - φωτό από μακέτες των έργων για την αναβάθμιση του χώρου) και να παρουσιάσουν τα ευρήματά τους με όποιο τρόπο θέλουν σε μια εργασία με τίτλο, «Η Ολυμπία του χθες, η Ολυμπία του σήμερα, η Ολυμπία των Αγώνων του 2004». Η εργασία αυτή μπορεί να αποτελέσει μέσο πληροφόρησης των μαθητών για τους ήδη υπάρχοντες θησαυρούς της Ολυμπίας και ταυτόχρονα για τη μελλοντική εικόνα της Ολυμπίας. Μπορείτε επίσης να ετοιμάσετε ένα άρθρο με το ίδιο θέμα και να το δημοσιεύσετε σε σχολική ή τοπική εφημερίδα για ευρύτερη ενημέρωση.



### Βγλ(I)-(II)

**Δραστηριότητα:** Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες μέσα από εικαστικές δραστηριότητες και έρευνα σχετικά με τα αρχαιολογικά ευρήματα της περιοχής της αρχαίας Ολυμπίας.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπία, αρχαιολογικά ευρήματα, δημιουργικότητα.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.olympia.gr>
2. <http://www.culture.gr>

#### Βοήθεια:

Σε περίπτωση που ετοιμάσετε άρθρο, ζητήστε να γίνει η φιλολογική επιμέλεια σε συνεργασία με τον/την φιλόλογο του σχολείου.

## Γγ

**Δραστηριότητα:** Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερωθούν τα παιδιά για τους αρχαίους Ολυμπιακούς Αγώνες και να βιώσουν κινητικά και εικαστικά, το πρόγραμμα μιας αρχαίας Ολυμπιάδας

**Εξοπλισμός:** Δίσκοι, ακόντια, αλτήρες, μεγάλα λευκά υφάσματα (προβολής), προβολέας.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, αναφορές- προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Αιγαιοπελαγίτες Ολυμπιονίκες της αρχαιότητας, Υπουργείο Αιγαίου
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.ime.gr>

## Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες

Παρουσιάζουμε στους μαθητές το περιεχόμενο του πενθήμερου των αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων:

1η ημέρα: θυσίες, τελετές, ευχαριστίες, ορκωμοσία

2η ημέρα: αρματοδρομίες, πένταθλο

3η ημέρα: θρησκευτικές τελετές, αγωνίσματα παιδών

4η ημέρα: αγωνίσματα δρόμου, πάλη, πυγμαχία, παγκράτιο, οπλίτης δρόμος

5η ημέρα: θυσίες, στέψη νικητών

Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες αγοριών και κοριτσιών και αναλαμβάνουν ρόλους αντίστοιχους των αρχαίων. Τα μεν κορίτσια ασχολούνται με χορογραφίες αρχαιοελληνικού ύφους για να πλαισιώσουν τις θυσίες και τη στέψη των νικητών, τα δε αγόρια εξασκούνται στην αναπαράσταση των αρχαίων αγωνισμάτων, τα οποία παρουσιάζουν καλλιτεχνικά ως εξής: χρησιμοποιώντας ένα μεγάλο λευκό πανί και τοποθετημένοι από πίσω του, με τη βοήθεια προβολέα, προβάλλουν την κίνηση του αγωνίσματος που έχουν επιλέξει σαν σκιά. Η εικόνα αυτή παραπέμπει στις παραστάσεις των αρχαίων αγγείων.

Ο συνδυασμός των χορογραφιών και της αναπαράστασης των αγωνισμάτων με τη συνοδεία κρουστών έχει ως αποτέλεσμα μια εντυπωσιακή και εύκολα υλοποιήσιμη παρουσίαση.

Αν το αποτέλεσμα της δραστηριότητας ενθουσιάσει τους μαθητές, παροτρύνετέ τους να το παρουσιάσουν και σε κάποια από τις εκδηλώσεις του σχολείου.



## Σύγχρονοι Αγώνες

Παρουσιάστε συνοπτικά και συζητήστε με τους μαθητές τη σχέση των Ολυμπιακών Αγώνων και του εθελοντισμού:

«Οι αναγκαίοι εθελοντές για τους Αγώνες του 2004 στην Ελλάδα αναμένεται να φθάσουν τους 60.000. Τα ιδεώδη του εθελοντισμού, η συνεργασία, η αναγνώριση, ο σεβασμός προς τους συνανθρώπους μας, η συμμετοχή, η ανιδιοτελής προσφορά και η απόλαυση του αγώνα αποτελούν αξίες που πρέπει να είναι οικείες σε όλους. Ο εθελοντισμός δίνει αυτή τη δυνατότητα σε όλους τους Έλληνες. Κάθε Έλληνας θα μπορεί να λέει: “Ήμουν κι εγώ εκεί!”».

Στη συνέχεια, ρωτήστε τους μαθητές για τις δυνατότητες που έχουν να δημιουργήσουν εθελοντικές ομάδες μέσα στο σχολείο (καθαριότητα, διαμόρφωση χώρων денδροφυτεύσεις, καλλωπισμός χώρων κ.ά.). Πείτε τους επίσης να σας αναφέρουν εθελοντικές δραστηριότητες με τις οποίες καταπιάνονται στην καθημερινή τους ζωή.

Στο χρόνο που απομένει αναφερθείτε και συζητήστε με τους μαθητές για την Πολιτιστική Ολυμπιάδα:

«Η Πολιτιστική Ολυμπιάδα έχει στόχο να δώσει καινούργια πνοή στο σύγχρονο Ελληνικό πολιτισμό. Κι αυτή η ανανέωση να διαρκέσει και μετά το 2004. Για το σκοπό αυτόν, πρόκειται να συνεργαστούν πολλοί δημιουργοί και καλλιτέχνες, διάφορα ιδρύματα και φορείς, από την Ελλάδα και το εξωτερικό. Τρεις είναι οι ενότητες της Πολιτιστικής Ολυμπιάδας: α) η πρώτη περιλαμβάνει τις τελετές έναρξης και λήξης, τη λαμπαδηδρομία και τις πολιτιστικές εκδηλώσεις που θα γίνουν στις 17 μέρες των Αγώνων. β) Η δεύτερη ενότητα έχει σχέση με τους θεσμούς που συνδέονται με τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Σ' αυτή συνεργάζονται το Υπουργείο Πολιτισμού, η Διεθνής και η Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή. Εδώ ανήκουν η τελετή αφής της φλόγας, τα ολυμπιακά βραβεία που θα απονέμονται στην Ολυμπία, η διεθνής εκδήλωση που θα γίνει στην Ολυμπία και θα είναι αφιερωμένη στον Ολυμπισμό και στον άνθρωπο, το Ολυμπιακό Φεστιβάλ Νέων. Κι ακόμη, η έκθεση του Υπουργείου Πολιτισμού για τα 1.000 χρόνια αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων και οι εορταστικές εκδηλώσεις για την ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων, που θα γίνουν στα Μουσεία της Αρχαίας Ολυμπίας και της Λωζάννης, όσο θα διαρκεί η λαμπαδηδρομία. Με την ενότητα αυτή, η Ελλάδα εξασφαλίζει την παρουσία της στις επόμενες Πολιτιστικές Ολυμπιάδες. γ) Η τρίτη ενότητα περιλαμβάνει όσα θα γίνουν στα τέσσερα χρόνια μέχρι τους Ολυμπιακούς της Αθήνας. Το Υπουργείο Πολιτισμού συνεργάζεται με την Οργανωτική Επιτροπή Ο.Α. ΑΘΗΝΑ 2004, για να δημιουργήσουν καινούργιους θεσμούς που θα συνεχίσουν το έργο τους και μετά το 2004. Εδώ ανήκουν και μεγάλες διοργανώσεις που θα πραγματοποιηθούν στην Ελλάδα μέσα στα 4 αυτά χρόνια (Μπιενάλε Νέων Καλλιτεχνών, Μαθηματική Ολυμπιάδα κ.λπ.).» Παρατρύνετε τους μαθητές να παρακολουθούν τις εκδηλώσεις της Πολιτιστικής Ολυμπιάδας από τα ΜΜΕ και το site (κεντρικό και εκπαιδευτικό) του 2004, και να συμμετέχουν, είτε ατομικά είτε ως σχολείο, στις εκδηλώσεις της Πολιτιστικής Ολυμπιάδας.

Στο τέλος της δραστηριότητας δώστε στοιχεία στους μαθητές για το πώς μπορούν να δηλώσουν εθελοντές για την Ολυμπιάδα του 2004.

### Αγ2

**Δραστηριότητα:** Σύγχρονοι Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για θέματα των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων όπως: Εθελοντισμός και Ολυμπιακοί Αγώνες, Πολιτιστική Ολυμπιάδα  
**Εξοπλισμός:** Δεν είναι απαραίτητος  
**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Εθελοντισμός, εθελοντές, Πολιτιστική Ολυμπιάδα,

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. <http://www.culture.gr>

## Bγ2

**Δραστηριότητα:** Ολυμπιακοί Αγώνες και μουσική

**Στόχος:** Ενημέρωση για μουσική σχετική με Ολυμπιακούς Αγώνες και παρότρυνση για νέες δημιουργίες Ολυμπιακών μουσικών θεμάτων.

**Λέξεις-κλειδιά:** Μουσική και Ολυμπιακοί Αγώνες, δημιουργικότητα.

**Βοήθεια:**

Εξηγήστε στους μαθητές ότι η δημιουργία αυτή μπορεί να αξιοποιηθεί ποικιλότροπα, π.χ. να πουληθεί ώστε να ενισχυθεί το ταμείο της τάξης τους.

Αν κάποια παιδιά επιθυμούν να συμπεριλάβουν και άλλα θέματα στο συνοδευτικό έντυπο με τις μεταφράσεις των στίχων (π.χ. κάποια ποιήματα ή σχόλια), όχι μόνο επιτρέψτε το, αλλά ενθαρρύνετε αυτή τους τη διάθεση.

Βοηθήστε όσα παιδιά δυσκολεύονται να βρουν υλικό. Προτρέψτε τα παιδιά να συνεργαστούν και να ανταλλάξουν στοιχεία μεταξύ τους.

- Αφήστε τους χρόνο από 2 έως 4 εβδομάδες για να το ετοιμάσουν, ενώ ενδιάμεσα θα συντονίζετε την πορεία των εργασιών τους.
- Επίσης μπορεί να γίνει αναμνηστική χρήση των CDs ή και αποστολή τους σε τοπικούς και άλλους άμεσα εμπλεκόμενους φορείς.

## Ολυμπιακοί Αγώνες και μουσική

Προτρέψτε τα παιδιά να συλλέξουν υλικό ώστε να φτιάξουν ένα μουσικό CD, επιλέγοντας μουσικές συνθέσεις εμπνευσμένες από τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Μπορείτε να βοηθήσετε τους μαθητές δίνοντας την πληροφορία ότι, εκτός από τον Ολυμπιακό ύμνο έχουν διασωθεί και άλλα αξιόλογα έργα αρχαιοελληνικής έμπνευσης όπως:

- Θριαμβικό Ολυμπιακό Εμβατήριο, του Ρικάρντο Μπαρτελεμί (1912)
- Το συμφωνικό ποίημα «Πένταθλον» των Πολέμη - Λαυράγκα
- Ολυμπιακή Συμφωνία, του Ζίγκνιεφ Τούρσκι (1948, Λονδίνο)
- Συμφωνία αριθμός 2 - Hellas, του Ρούντολφ Σίμονσεν, (1928 Άμστερνταμ).

Μπορείτε επίσης να τους ενημερώσετε ότι εκτός από τις συμφωνικές αυτές συνθέσεις, πολλά τραγούδια έχουν συντεθεί για τις εκάστοτε Ολυμπιάδες. Τα τραγούδια αυτά συνηθίζεται να ερμηνεύονται στην τελετή έναρξης. Οι μαθητές μπορούν να χωριστούν σε ομάδες και να επιλέξουν πεδίο έρευνας ανάλογα με το είδος της μουσικής που τους ενδιαφέρει (κλασική ή μοντέρνα). Επίσης, κάποια από τις ομάδες μπορεί να ασχοληθεί με τη μετάφραση των στίχων των Ολυμπιακών τραγουδιών και να δημιουργήσει ένα συνοδευτικό έντυπο του CD. Ή, ακόμη, να φτιάξει τη δική της σύνθεση, αν οι μαθητές έχουν τις απαραίτητες γνώσεις.

Τέλος η ομάδα που θα αναλάβει τη μετάφραση ή μια τέταρτη ομάδα μπορεί να αναλάβει και το εικαστικό δημιουργικό του εντύπου.

Όπου χρειάζεται, φροντίστε να εξασφαλίσετε τα πνευματικά δικαιώματα.





## Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

Εξετάζετε με τους μαθητές την καταγωγή του θεσμού της Ολυμπιακής λαμπαδηδρομίας (συμβολισμός, χρόνος καθιέρωσης, εμπνευστής, τελετουργικό αφής Ολυμπιακής φλόγας) και τους προτείνετε την οργάνωση μιας συμβολικής λαμπαδηδρομίας στο πλαίσιο κάποιας εκδήλωσης του σχολείου ή σε συνδυασμό με τον εορτασμό κάποιων γεγονότων ή θεσμών. Ως τέτοια μπορούν να προταθούν στους μαθητές τα παρακάτω:

- εορτασμός Ολυμπιακής ημέρας
- η γιορτή της μητέρας
- η γιορτή του αθλητή
- Ημέρα κατά των φυλετικών διακρίσεων
- Ημέρα προστασίας περιβάλλοντος
- Ημέρα κατά του καπνίσματος
- αθλητικά γεγονότα της τοπικής κοινωνίας
- κ.ά.

Ανάλογα με την επιλογή τους, οι μαθητές καλούνται να οργανώσουν τη συμβολική λαμπαδηδρομία. Κάποιοι αναλαμβάνουν να καθορίσουν τη διαδρομή, και να προγραμματίσουν τις συμμετοχές και τη σειρά με την οποία θα καλύψουν την απόσταση οι συμμετέχοντες. Κάποιοι άλλοι να εξασφαλίσουν άδεια από τις τοπικές αρχές και να συνεργαστούν μαζί τους για τυχόν αναγκαίες κυκλοφοριακές ρυθμίσεις. Μια άλλη ομάδα θα μπορούσε να αναλάβει την έκδοση ενημερωτικού εντύπου με πληροφορίες για το σκοπό της συγκεκριμένης δραστηριότητας και ιστορικά στοιχεία για το θεσμό, καθώς και την προώθηση και διανομή του στους μαθητές του σχολείου και στους τοπικούς φορείς.

Θα πρέπει να επιδιώξετε το μέγιστο αριθμό συμμετοχής μαθητών, ακόμη και τη συμμετοχή καθηγητών. Η πρόσκληση και συμμετοχή επώνυμων αθλητών θα προσέδιδε κύρος στην εκδήλωση και θα ενίσχυε τον ενθουσιασμό των μαθητών.



### Γγ2(1)

**Δραστηριότητα:** Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για το θεσμό της Ολυμπιακής λαμπαδηδρομίας, να συνεργαστούν με φορείς της τοπικής κοινωνίας και να αναπτύξουν οργανωτικές ικανότητες.

**Εξοπλισμός:** Χάρτης της περιοχής, μεταφερόμενος εξοπλισμός επικοινωνίας (κινητό, γουόκι-τόκι)

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, λαμπαδηδρομία

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Προτάσεις-προοπτικές (Γυμνάσιο-Λύκειο), ΑΘΗΝΑ 2004
3. <http://www.athens.olympic.org>



## ΓΥ2(II)

**Δραστηριότητα:** Ημερίδα αγωνισμάτων  
**Στόχος:** Ανάπτυξη υπευθυνότητας μέσω της ανάληψης ρόλων.

**Εξοπλισμός:** Χάρτινα σημαιάκια (κόκκινο και άσπρο), μεζούρα, χαρτιά και μολύβια, σφαίρες ή μπαλάκια, και ό,τι άλλο κριθεί απαραίτητο. 4 διαφορετικές καρτέλες καθηκόντων. Σε καθεμία από αυτές θα γράφονται αναλυτικά όλα τα καθήκοντα των μαθητών για κάθε ρόλο που αναλαμβάνουν.

**Λέξεις-κλειδιά:** Υπευθυνότητα, ανάληψη ρόλων, συνεργασία.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.canthrow.com>
2. Siedentop, D. (1994), *Sport education: Quality physical education through positive sport experiences*, Champaign, IL: Human Kinetics

**Βοήθεια:**

- Δώστε μεγάλη προσοχή ώστε τα παιδιά να τηρούν τους κανόνες ασφαλείας κατά τη διάρκεια της ημερίδας.
- Προσοχή! Η βαλβίδα και ο τομέας ρίψης πρέπει να βρίσκονται σε χώμα. Αν το σχολείο δεν διαθέτει χώμα, αλλάξτε όργανο (ελαστικό μπαλάκι ή ιατρική μπάλα).
- Αφήστε στα παιδιά όλες τις ευθύνες. Απαντήστε σε όλες τις απορίες τους. Να επεμβαίνετε στην διαδικασία μόνο αν βλέπετε κάτι που γίνεται λανθασμένα ή επικίνδυνα.

## Ημερίδα αγωνισμάτων

Ενημερώστε τους μαθητές ότι ο αθλητισμός είναι μία από τις κοινωνικές δραστηριότητες που απαιτούν αίσθημα ευθύνης και ταυτόχρονα τη συνεργασία και το συντονισμό πολλών ατόμων. Η υπευθυνότητα που δείχνει κάθε άτομο ξεχωριστά καθορίζει και την επιτυχία της διεξαγωγής των αθλητικών διοργανώσεων.

Πείτε στα παιδιά ότι θα διοργανώσουν μια μίνι-ημερίδα «πεντάθλου», με τίτλο «πιο γρήγορα, πιο ψηλά, πιο δυνατά» και ότι εκείνα θα επιλέξουν τα αγωνίσματα που θα περιέχονται στο πρόγραμμα της ημερίδας (ορίζοντας δύο δρομικά αγωνίσματα, δύο αλτικα και ένα ρίψων).

Για να γίνει μια ημερίδα χρειάζονται 4 ομάδες μαθητών. Κάθε ομάδα θα έχει συγκεκριμένα καθήκοντα:

- καθήκοντα αθλητών: συμμετέχουν στο πένταθλο, ακολουθώντας τις οδηγίες της γραμματείας
  - καθήκοντα προπονητών: εμπυκλώνουν και διορθώνουν τα λάθη του αθλητή ή των αθλητών που έχουν αναλάβει
  - καθήκοντα γραμματείας: κλήση αθλητών, ανακοίνωση της σειράς που αγωνίζονται, συμπλήρωση φύλλου αγώνα, υπολογισμός και ανακοίνωση τελικής κατάταξης και καλύτερης επίδοσης των αθλητών, ανάρτηση των αποτελεσμάτων στον πίνακα ανακοινώσεων της τάξης
  - καθήκοντα κριτών: υπεύθυνοι για τη μεταφορά των οργάνων προς και από τον αγωνιστικό χώρο, απόφαση για έγκυρες και άκυρες προσπάθειες με τα σημαιάκια (λευκό για έγκυρη και κόκκινο για άκυρη), μέτρηση επίδοσης αθλητή, ανακοίνωση στη γραμματεία της επίδοσης ώστε να καταγραφεί στο φύλλο αγώνα.
- Βάλτε τα παιδιά να χωριστούν σε ομάδες. Κάθε ομάδα θα πάρει την καρτέλα των καθηκόντων της και θα ξεκινήσουν την ημερίδα.



## Αθήνα 2004

Οι μαθητές θα πρέπει να ενημερωθούν για τις δράσεις της Οργανωτικής Επιτροπής ΑΘΗΝΑ 2004.

Θα πρέπει να τους δώσετε στοιχεία σχετικά με:

- α) τη διάρθρωση της Οργανωτικής Επιτροπής
- β) τις δραστηριότητες των Γενικών Διευθύνσεων της ΑΘΗΝΑ 2004
- γ) το Ολυμπιακό Χωριό
- δ) το Κέντρο Τύπου
- ε) το Χορηγικό Πρόγραμμα της ΑΘΗΝΑ 2004

στ) τις συλλεκτικές εκδόσεις και τα προϊόντα της Επιτροπής

Το μάθημα αυτό μπορείτε να το συνδυάσετε με επίσκεψη σε χώρο, εντός ή εκτός του σχολείου, με ηλεκτρονικούς υπολογιστές και πρόσβαση στο Internet. Δώστε στους μαθητές την ευχέρεια να επισκεφθούν τις θεματικές κατηγορίες που θα τους κινήσουν το ενδιαφέρον στο site της Επιτροπής (<http://www.athens.olympic.org>).

Σε περίπτωση που δεν υπάρχει η δυνατότητα πρόσβασης στο Internet, το υλικό με τις παραπάνω πληροφορίες μπορείτε να το βρείτε από τις έντυπες εκδόσεις της Επιτροπής ή από εφημερίδες και περιοδικά.

## Αγ3

**Δραστηριότητα:** Αθήνα 2004

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για θέματα σχετικά με την Ολυμπιάδα του 2004, ανάλογα με τα ενδιαφέροντά τους.

**Εξοπλισμός:** Υπολογιστής ή υπολογιστές με πρόσβαση στο Internet

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Αθήνα 2004

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. <http://www.sport.gov.gr>
3. *Athens 2004 Olympic News*, Ο.Ε.Ο.Α., ΑΘΗΝΑ 2004 (Τεύχη 1-6)

### Βοήθεια:

Σε περίπτωση που ο εκπαιδευτικός ή κάποιος από τους μαθητές δεν έχει τις απαραίτητες γνώσεις για πρόσβαση στο διαδίκτυο, ζητήστε βοήθεια από τον καθηγητή της Πληροφορικής ή κάποιον άλλον που γνωρίζει το αντικείμενο. Αν το σχολείο δεν διαθέτει τον απαραίτητο εξοπλισμό, προγραμματίστε εκ των προτέρων μια επίσκεψη σε χώρο που διαθέτει υπολογιστή ή υπολογιστές με πρόσβαση στο Internet.



## Bγ3(I)

**Δραστηριότητα:** Αθήνα 2004, εθελοντικές δραστηριότητες

**Στόχος:** Η ενημέρωση των μαθητών για την πορεία προς την Ολυμπιάδα και η δραστηριοποίησή τους για ενημέρωση άλλων κοινωνικών ομάδων της τοπικής κοινωνίας.

**Εξοπλισμός:** ενημερωτικά έντυπα, σχολική εφημερίδα, power-point, slides κ.λπ.

**Λέξεις κλειδιά:** Ολυμπιάδα 2004, εθελοντισμός.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.athens.olympic.org>

## Αθήνα 2004, εθελοντικές δραστηριότητες

Μπορείτε να προτείνετε στους μαθητές τη δημιουργία ενός ενημερωτικού-ψυχαγωγικού προγράμματος με θέματα σχετικά με τους Ολυμπιακούς Αγώνες και να τους προτρέψετε να το παρουσιάσουν σε διάφορες ομάδες της περιοχής τους. Οι μαθητές θα μπορούσαν να επιλέξουν και να εντάξουν σε αυτό το πρόγραμμα μια σειρά εικαστικών και κινητικών-πολιτιστικών δραστηριοτήτων όπως:

- Δημιουργία ενημερωτικών φυλλαδίων σχετικά με τα Ολυμπιακά έργα
- Δημιουργία ενημερωτικών αφισών για τα Ολυμπιακά αθλήματα
- Μίνι-τουρνουά επίδειξης αθλημάτων
- Παρουσίαση δημοτικών χορών και χορών ξένων κρατών
- Εκπόνηση ερωτηματολογίων σχετικά με το είδος της πληροφόρησης και τα τοπικά ενδιαφέροντα για Ολυμπιακά θέματα
- Διαλέξεις ενημερωτικές για θέματα υγείας και προστασίας του περιβάλλοντος
- κ.ά.

Οι επιλεγείσες δραστηριότητες μπορούν να αναπτυχθούν από τους μαθητές ανά ομάδες και να παρουσιαστούν σε διάφορες ομάδες του τοπικού πληθυσμού, όπως:

- Σε ανθρώπους της τρίτης ηλικίας (συνδυάζοντας την ενημέρωσή τους με την προσφορά μερικών ωρών διασκέδασης και συντροφιάς)
- Σε διάφορα τμήματα αθλητικών συλλόγων
- Σε μαθητές νυχτερινών σχολείων, κατηχητικών κ.λπ.
- Σε μαθητές, συλλόγους διδασκόντων και συλλόγους γονέων και κηδεμόνων άλλων σχολείων της περιοχής.

Από ποσοτικής άποψης, το περιεχόμενο τέτοιων δράσεων προτείνεται να καταμεληθεί κατά 50% σε θεωρητικές, εικαστικές προσεγγίσεις και κατά 50% σε κινητικές δραστηριότητες (επίδειξεις). Σε σχέση με τον τρόπο παρουσίασής τους σε διάφορες πληθυσμιακές ομάδες, τέτοια προγράμματα μπορούν να λειτουργήσουν στο πλαίσιο εθελοντικών προσπαθειών και δραστηριοτήτων.



## Η Δέσποινα και το περιστέρι

Μπορείτε να προτείνετε στους μαθητές την ανάπτυξη μιας σειράς πρωτοβουλιών και δράσεων για την εικαστική απόδοση του Ολυμπιακού παραμυθιού, *Η Δέσποινα και το περιστέρι* του Ευγένιου Τριβιζά.

Μερικές από τις προτάσεις με τις οποίες θα μπορούσατε να προκαλέσετε το ενδιαφέρον των μαθητών είναι οι ακόλουθες:

- Εικαστική προσέγγιση-απόδοση αποσπασμάτων του παραμυθιού (π.χ. με γκράφιτι)
- Ποιητική απόδοση αποσπασμάτων του παραμυθιού
- Θεατρική ανάπτυξη-απόδοση του παραμυθιού
- Προτάσεις, ιδέες των ίδιων των μαθητών και για άλλους τρόπους προσέγγισης-απόδοσης.

Αφού συζητήσετε με τους μαθητές τόσο τις δικές σας προτάσεις όσο και τις δικές τους, αφήστε τους να επιλέξουν τη δράση που προτιμούν. Αφού δημιουργηθούν ομάδες, προτρέψτε τους να εργαστούν με συγκεκριμένο χρονικό ορίζοντα, στο τέλος του οποίου θα παρουσιάσουν τις δημιουργίες-αποδόσεις τους στο πλαίσιο κάποιας σχολικής εκδήλωσης.

Η σύνθεση όλων των τρόπων απόδοσης του παραμυθιού (γκράφιτι, ποίηση, θεατρική παράσταση κ.ά.) μπορεί να αποτελέσει μια αξιόλογη πολιτιστική ημερήσια εκδήλωση. Φροντίστε, κατά τη διοργάνωση ενός τέτοιου γεγονότος, όλος ο προγραμματισμός, ο σχεδιασμός και η παρουσίασή του να είναι ευθύνη των μαθητών.

Όσοι μαθητές δεν έχουν, για διάφορους λόγους, συμμετοχή στην απόδοση του παραμυθιού θα μπορούν να αναλάβουν τις διαδικασίες οργάνωσης της παρουσίασης του.



### Βγ3(II)

**Δραστηριότητα:** Η Δέσποινα και το περιστέρι

**Στόχος:** Η εικαστική, καλλιτεχνική απόδοση της ιστορίας των Ολυμπιακών Αγώνων.

**Εξοπλισμός:** Ανάλογος της επιλογής των μαθητών

### Περισσότερες πληροφορίες:

Ολυμπιακό παραμύθι, *Η Δέσποινα και το περιστέρι*, ΑΘΗΝΑ 2004

## Αγ4

**Δραστηριότητα:** Κώδικες ηθικής  
**Στόχος:** Να ενημερωθούν τα παιδιά για τον κώδικα ηθικής των Ολυμπιακών Αγώνων και να τον συνδέσουν με τους κώδικες ηθικής της καθημερινής ζωής.  
**Εξοπλισμός:** μολύβι και χαρτί  
**Λέξεις-κλειδιά:** ηθικές αρχές, τιμιότητα, ισότητα.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. [http://www.olympic.org/ioc/e/org/ethics/code\\_e.html](http://www.olympic.org/ioc/e/org/ethics/code_e.html)
2. Κακαβούλης Α. (1994), *Ηθική ανάπτυξη και αγωγή*, Πανεπιστήμιο Κρήτης.
3. *Προτάσεις-προοπτικές για Γυμνάσιο, Λύκειο*, ΑΘΗΝΑ 2004

**Βοήθεια:**

Μετά από σύντομη παρουσίαση του κώδικα, κάντε τις ερωτήσεις που προτείνονται ή και όποιες άλλες νομίζετε ότι θα βοηθήσουν στον προβληματισμό των μαθητών πάνω στα θέματα που πραγματεύεται η ενότητα.

Συνδέστε όλα αυτά με την καθημερινή τους ζωή. Ζητάτε τους συνεχώς παραδείγματα.

## Κώδικες ηθικής

Παρουσιάστε τον κώδικα ηθικής της Διεθνούς Ολυμπιακής Επιτροπής για τους συμμετέχοντες στους Ολυμπιακούς Αγώνες:

- Δεν επιτρέπεται καμία διάκριση μεταξύ των συμμετεχόντων (φυλή, φύλο, εθνικότητα, θρησκεία, φιλοσοφική ή πολιτική ιδεολογία, οικογενειακή κατάσταση κ.ά.) (ισότητα)
- Δεν επιτρέπεται καμία ενέργεια που να βλάπτει τους συμμετέχοντες σωματικά ή πνευματικά. Όλες οι μορφές ντόπιγγκ απαγορεύονται (τιμιότητα)
- Κάθε μορφή παρενόχλησης των συμμετεχόντων –σωματική, πνευματική, επαγγελματική ή σεξουαλική– απαγορεύεται (σεβασμός στα δικαιώματα)
- Τα μέλη της Ολυμπιακής Επιτροπής πρέπει να εγγυώνται την ασφάλεια των αθλητών, την υγεία-ευημερία και την ιατρική φροντίδα, έτσι ώστε να διασφαλίζεται η φυσική και πνευματική ισορροπία τους (υπευθυνότητα).

Σε κάθε κανόνα υπάρχει μια λέξη-κλειδί που πρέπει να συζητηθεί τόσο σε σχέση με τους Ολυμπιακούς Αγώνες όσο και σε σχέση με την καθημερινή ζωή των μαθητών.

Σχολιάστε με τους μαθητές κάθε κανόνα ξεχωριστά για 5 λεπτά. Σε κάθε κανόνα κάντε τους τις παρακάτω ερωτήσεις για συζήτηση-προβληματισμό:

1. Γιατί θεσπίστηκε αυτός ο κανόνας;
2. Τι προσπαθεί να προλάβει;
3. Τι διασφαλίζει;
4. Τι συνέπειες θα είχαμε αν δεν υπήρχε αυτός ο κανόνας;
5. Γνωρίζετε περιπτώσεις που έχει καταστρατηγηθεί αυτός ο κανόνας στους Ολυμπιακούς Αγώνες;
6. Αυτός ο κανόνας ισχύει στη χώρα μας; Στο σχολείο μας; Στην τάξη μας; Εφαρμόζεται από όλους μας; Γιατί;



## «Το τραγούδι μας»

Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες εργασίας ανά 3-5 άτομα.  
Αναθέστε σε κάθε ομάδα να γράψει από ένα τετράστιχο ποίημα για ένα από τα παρακάτω θέματα:

- Φιλία και Αγώνες
- Ισότητα και διακρίσεις
- Δίκαιο και άδικο
- Προσπάθεια και νίκη
- Όλοι μαζί για κοινό σκοπό
- Θέληση-δύναμη

Πείτε τους να συνδέσουν τα παραπάνω είτε με τους Ολυμπιακούς Αγώνες, είτε με τον αθλητισμό (άσκηση), είτε με την καθημερινή ζωή τους.

Πείτε σε κάθε ομάδα να προτείνει 3-5 μουσικές από όποια τραγούδια της αρέσουν. Στη συνέχεια να προσπαθήσουν να ταιριάξουν το τετράστιχο που έφτιαξαν με μία από τις μουσικές που επέλεξαν.

Να αναλάβει ένας ή περισσότεροι μαθητές από κάθε ομάδα να τραγουδήσουν στην υπόλοιπη τάξη αυτό που ετοίμασαν. Οι μαθητές της κάθε ομάδας θα μπορούσαν επίσης να ετοιμάσουν μια χορογραφία την οποία θα επενδύσουν μουσικά με το τραγούδι που συνέθεσαν.

### Βγ4(1)

**Δραστηριότητα:** «Το τραγούδι μας»

**Στόχος:** Να συνδέσουν κάποιες από τις ηθικές αξίες των Ολυμπιακών Αγώνων με την καθημερινή τους ζωή.

**Εξοπλισμός:** Χαρτιά, μολύβια και μουσικά όργανα (αν υπάρχουν)

**Λέξεις-κλειδιά:** Φιλία, δικαιοσύνη, ισότητα, προσπάθεια, δημιουργικότητα.

#### Βοήθεια:

- Κάντε τη δραστηριότητα να φανεί ψυχαγωγική. Δεν είναι ανταγωνιστική, ό,τι προκύψει θα χειροκροτηθεί.  
Αν υπάρχουν παιδιά στην τάξη που παίζουν μουσικά όργανα ή αν γίνει σε συνεργασία με καθηγητή μουσικής, μπορεί να μελοποιηθεί ή απλώς να εκτελεστεί από αυτούς.



## Bγ4(II)

**Δραστηριότητα:** «Φωτεινές και σκοτεινές σελίδες των Ολυμπιακών Αγώνων»

**Στόχος:** Να εντοπίσουν στην ιστορία των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων περιστατικά που θεωρούν φωτεινές ή σκοτεινές σελίδες σε σχέση με τα Ιδεώδη του Ολυμπισμού

**Εξοπλισμός:** Χαρτιά, κόλλες, ψαλίδια.

**Λέξεις-κλειδιά:** Κριτική ικανότητα, βία-ευ αγωνίζεσθαι, διακρίσεις-ισότητα, γιγαντισμός-μέτρο.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

<http://www.athens2004.gr>

**Βοήθεια:**

- Μην κατευθύνετε τις επιλογές των παιδιών. Αφήστε να ορίσουν μόνα τους ποια περιστατικά θεωρούν φωτεινά και ποια σκοτεινά.
- Ζητήστε να δικαιολογήσουν κάθε επιλογή τους.

## «Φωτεινές και σκοτεινές σελίδες των Ολυμπιακών Αγώνων»

Παρουσιάστε στους μαθητές τις βασικές ιδέες που διέπουν τον Ολυμπισμό (συμμετοχή, φιλία, θέληση, ισότητα, τιμιότητα κ.ά.

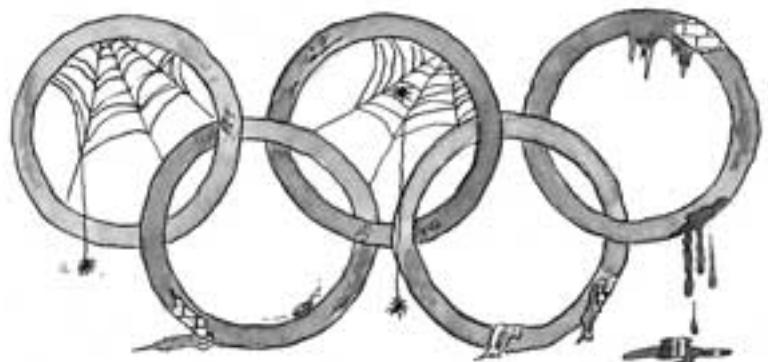
Βλ. *Προτάσεις-προοπτικές για Γυμνάσιο-Λύκειο*).

Ζητήστε τους από ένα παράδειγμα υποθετικό-φανταστικό σε κάποια από αυτά.

Στη συνέχεια, προτρέψτε τα να εντοπίσουν στην ιστορία των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων περιστατικά που αποτελούν φωτεινά παραδείγματα για τα Ολυμπιακά ιδεώδη (όπως την Ελβετίδα Άντερσεν Σις, φωτεινό παράδειγμα της προσπάθειας και συμμετοχής, που τερμάτισε στο μαραθώνιο παραπαίοντας) αλλά και περιστατικά στα οποία έχουν καταπατηθεί κάποια από τα βασικά Ολυμπιακά ιδεώδη (π.χ. ντόπινγκ-βίαια επεισόδια, τρομοκρατικές ενέργειες).

Αφού συλλέξουν φωτογραφίες και σύντομα σχόλια για κάθε περιστατικό, να φτιάξουν 2 αφίσες. Στη μία, με φωτεινό φόντο (π.χ. λευκό ή κίτρινο, να κολλήσουν τα φωτεινά παραδείγματα. Στην άλλη αφίσα να χρησιμοποιήσουν σκούρο φόντο (π.χ. μαύρο) και να κολλήσουν το υλικό που θα αντιπροσωπεύει τις σκοτεινές σελίδες των Ολυμπιακών Αγώνων.

Τις αφίσες μπορούν στη συνέχεια να τις αναρτήσουν σε σημείο του σχολείου όπου θα τις βλέπουν όλα τα παιδιά.





## «Φίλαθλοι ή οπαδοί;»

Ρωτήστε τους μαθητές να σας πουν πού νομίζουν ότι οφείλονται τα βίαια επεισόδια που συμβαίνουν στους αθλητικούς χώρους. Αφήστε τους να δώσουν διάφορες απαντήσεις.

Μετά πείτε τους να παίξουν ένα ομαδικό άθλημα (μπάσκετ, ποδόσφαιρο κ.λπ., όποιο επιλέξουν), με την προϋπόθεση ότι εσείς αναλάβετε τη διαιτησία. Αν υπάρχουν παιδιά που δεν θέλουν να συμμετάσχουν στο παιχνίδι, πείτε τους να γίνουν οι θεατές του αγώνα και να χωριστούν επίσης σε δύο ομάδες. Κάθε ομάδα θεατών θα υποστηρίξει και μία από τις ομάδες που θα παίζουν.

Πριν αρχίσει το παιχνίδι, συνεννοηθείτε με ένα παιδί από κάθε ομάδα θεατών να δημιουργήσουν τεχνητά φραστικά επεισόδια (αποφεύγοντας τις βρισιές!), σε περίπτωση που προκύψουν αδικίες ή λανθασμένα σφυρίγματα.

Όσο θα είστε οι διαιτητές του παιχνιδιού δώστε μερικά λανθασμένα σφυρίγματα, ώστε να δημιουργήσετε αρνητικό κλίμα.

Μετά από 3-4 τέτοια επεισόδια (οπότε το πιθανότερο είναι να εκδηλωθούν αντιδράσεις) και 10 λεπτά πριν λήξει το μάθημα, σταματήστε το παιχνίδι.

Ζητήστε τους μετά να φανταστούν ότι ήταν παρατηρητές του αγώνα κι ότι έχουν να γράψουν μια αναφορά, μέσα σε 10 λεπτά, για τα επεισόδια. (Η αναφορά να μην υπερβαίνει τη μισή σελίδα.) Αφού γράψουν τις αναφορές, πείτε τους να τις μοιράσουν όλες σε 2-3 παιδιά μιας τάξης που δεν παρακολούθησε τον αγώνα. Αυτά θα ετοιμάσουν ένα πόρισμα 1-2 σελίδων όπου θα αποφασίσουν ποιος έφταιγε και τι τιμωρία πρέπει να επιβληθεί στους υπαίτιους.

Στην επόμενη δραστηριότητα να ανακοινωθεί στην τάξη το πόρισμα της επιτροπής, και να γίνει μια συζήτηση για την όλη διαδικασία.

Αποκαλύψτε τους ποιοι ήταν οι πραγματικοί υπαίτιοι (ο διαιτητής-καθηγητής και τα 2 παιδιά από τους θεατές) και συγκρίνετε τα αποτελέσματα του πορίσματος με αυτά της επιτροπής.

Σχολιάστε το θέμα της απονομής δικαιοσύνης σε πραγματικά επεισόδια βίας στα γήπεδα, χρησιμοποιώντας περιστατικά που γνωρίζουν.



### Γγ4

**Δραστηριότητα:** «Φίλαθλοι ή οπαδοί;»

**Στόχος:** Να προβληματιστούν οι μαθητές για τα αίτια της εμφάνισης της βίας στους αθλητικούς χώρους. Να εμπλακούν στη διαδικασία της απονομής δικαιοσύνης.

**Εξοπλισμός:** Μπάλα για όποιο άθλημα αποφασίσουν να παίξουν, χαρτιά και μολύβια.

**Λέξεις-κλειδιά:** Κριτική ικανότητα, δικαιοσύνη, βίαιες συμπεριφορές.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. <http://www.characterounts.org>
2. Shields, D.L. & Bredemeier, B.L. (1995), *Character development and physical activity*, Champaign IL: Human Kinetics.

#### Βοήθεια:

- Στην επιτροπή που θα βγάλει το τελικό πόρισμα να υπάρχει τουλάχιστον ένα κορίτσι.
- Φροντίστε τα παιδιά που θα επιλεγούν από τους θεατές για να κάνουν τους ταράξεις να μην αποκαλύψουν στους υπόλοιπους, πριν ολοκληρωθεί η διαδικασία, ότι ήταν «βαλτοί».

## Αγ5

**Δραστηριότητα:** «Είπαν...»

**Στόχος:** Να προβληματιστούν οι μαθητές και οι μαθήτριες για τα εξής κοινωνικά θέματα: Ο ρόλος της διαφήμισης σε ανθυγιεινές συμπεριφορές (κάπνισμα) και σε υγιεινές συμπεριφορές (άσκηση), ατομική και κοινωνική υπευθυνότητα και η θέση της γυναίκας στην κοινωνία και στους Ολυμπιακούς Αγώνες από την αρχαιότητα έως σήμερα.

**Εξοπλισμός:** Μολύβι και χαρτί

**Λέξεις-κλειδιά:** Υπευθυνότητα, διαφήμιση, ισότητα.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Π. Μανδραβέλης (2000), «Είπαν...», Εκδόσεις Καστανιώτη
2. Ολυμπιακές ματιές (λεύκωμα), ΑΘΗΝΑ 2004

**Βοήθεια:**

Για καθεμία από τις δηλώσεις αφήστε λίγο τα παιδιά να κάνουν γενικά σχόλια και, στη συνέχεια, συνδέστε με την κοινωνική διάσταση των Ολυμπιακών Αγώνων.

Κεντρίστε το ενδιαφέρον των παιδιών με την υπόθεση ότι τα θέματα αυτά θα μπορούσαν να ήταν και θέματα εκθέσεων στις εξετάσεις τους.

## «Είπαν...»

Συζητήστε με τα παιδιά για 15 περίπου λεπτά καθεμία από τις παρακάτω δηλώσεις:

«Υπευθυνότητα: ένα εύκολα αποσπώμενο βάρος που μεταφέρεται στις πλάτες του Θεού, της μοίρας, της τύχης ή του γείτονα.»

Ambrose Bierce (συγγραφέας)

«Ποια είναι η διαφορά μεταξύ ανήθικης και ηθικής διαφήμισης; Η ανήθικη διαφήμιση χρησιμοποιεί το ψέμα για να ξεγελάσει το κοινό. Η ηθική διαφήμιση χρησιμοποιεί την αλήθεια για να ξεγελάσει το κοινό.»

Vilhjalmur Stefanson (εξερευνητής)

«Δεν γεννιόμαστε γυναίκες. Γινόμαστε γυναίκες.»

Simone de Beauvoir (συγγραφέας)

Συνδυάστε όλα τα παραπάνω με τα θέματα που πραγματεύεται η ενότητα.

Παρόμοια ρητά μπορείτε να βρείτε και στο βιβλίο *Ολυμπιακές ματιές*, σε όλες τις σελίδες.

Τη συγκεκριμένη δραστηριότητα θα μπορούσατε να την πραγματοποιήσετε και εκτός ωρών του σχολείου. Η πρόσκληση κάποιου ειδικού σε παρόμοια θέματα, η συμμετοχή των γονέων και διαφόρων φορέων και η ανταλλαγή απόψεων θα εμπλούτιζε την επιχειρηματολογία και το περιεχόμενο του θέματος.



## «Διαφήμιση και κάπνισμα»

Δώστε τους τις παρακάτω εισαγωγικές πληροφορίες:

Όταν καπνίζεις, εκτός από τη δυσάρεστη αναπνοή, τα λαδωμένα μαλλιά και τα ρούχα που μυρίζουν, τα μάτια σου δακρύζουν εύκολα, έχεις λιγότερη αίσθηση της γεύσης, το δέρμα γίνεται πιο λεπτό, ενώ δυσκολεύεσαι να τρέξεις και να συμμετέχεις

σε αθλητικές δραστηριότητες.

Επίσης, η κυκλοφορία του αίματος γίνεται δύσκολα, νιώθεις κούραση και δυσκολεύεσαι να συγκεντρωθείς.

Επίσης, το κάπνισμα προκαλεί:

- στους πνεύμονες: δυσκολία στην αναπνοή, συνεχή βήχα, φτέρνισμα, πιθανότερη εμφάνιση κρυολογήματος και γρίπης, πνευμονία, καρκίνο του πνεύμονα, σοβαρές αρρώστιες του θώρακα (π.χ. φυματίωση, βρογχίτιδα και εμφύσημα), άσθμα
  - στην καρδιά: η νικοτίνη κάνει την καρδιά να χτυπά γρηγορότερα και στενεύει τα αιμοφόρα αγγεία αυξάνοντας την πίεση του αίματος (υπέρταση), το κάπνισμα σκληραίνει, αδυνατίζει και εφοδιάζει με λίπος τις αρτηρίες, η καρδιά μπορεί να χάσει το ρυθμό της και να σταματήσει (καρδιακή προσβολή), η καρδιά δυσκολεύεται να αντιμετωπίσει την προσπάθεια και προκαλείται συνεχής πόνος στο στήθος (στηθάγχη)
  - επίσης: για τις γυναίκες, προβλήματα περιόδου, οστεοπόρωση, προβλήματα στον τοκετό κ.ά., για τους άνδρες, μείωση της ικανότητας για γονιμοποίηση.
- Σύμφωνα με στατιστικές μελέτες: τρεις χιλιάδες παιδιά αρχίζουν το κάπνισμα κάθε μέρα και οι βιομηχανίες καπνού ξοδεύουν πάνω από 5 δις δολάρια κάθε χρόνο, για να βεβαιωθούν ότι τα παιδιά αυτά θα αγοράζουν τσιγάρα. Η διαφήμιση, λοιπόν, παίζει σημαντικό ρόλο. Στόχος αυτής της δραστηριότητας θα είναι να εντοπίσουν διαφημίσεις για τσιγάρα σε περιοδικά και εφημερίδες. Για κάθε διαφήμιση που θα εντοπίσουν να φτιάξουν μια αντί-διαφήμιση που να σατιρίζει, καυτηριάζει ή αναδεικνύει το πραγματικό νόημα της διαφήμισης, με δικά τους σκίτσα ή φωτογραφίες, ή με κείμενα. (π.χ. δίπλα στην εικόνα μιας όμορφης κοπέλας που καπνίζει να σκιτσάρουν μια γιαγιά που καπνίζει και να γράψουν στην πρώτη «σήμερα» και στη δεύτερη «αύριο»).
- Όσα παιδιά έχουν πρόσβαση στο Internet μπορούν να πάρουν θαυμάσιες ιδέες από σχετικά sites.

Να αναρτήσουν αυτές τις αφίσες σε διάφορα σημεία του σχολείου, ώστε να αφυπνιστούν και οι υπόλοιποι μαθητές και να καταλάβουν ποιο είναι το πραγματικό νόημα των διαφημίσεων για τα τσιγάρα.

(Η ημέρα αντικαπνιστικής εκστρατείας είναι στις 31 Μαΐου).

Δες στο βιβλίο *Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-προσεγγίσεις*.



### By5(I)

**Δραστηριότητα:** «Διαφήμιση και κάπνισμα»

**Στόχος:** Να απομυθοποιήσουν τη διαφήμιση για το κάπνισμα και να αποκτήσουν κριτική στάση απέναντι στα ερεθίσματα που δέχονται για χρήση βλαβερών ουσιών.

**Εξοπλισμός:** Χαρτιά, ψαλίδια, κόλλα.

**Λέξεις-κλειδιά:** Διαφήμιση, κάπνισμα, υγεία, κριτική ικανότητα.

### Περισσότερες πληροφορίες:

<http://www.tobaccofacts.org>

Βιβλία: Άσκηση και κάπνισμα (Τετράδιο μαθητή και Οδηγός για τον καθηγητή),

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

### Βοήθεια:

- Μη ρωτήσετε ποιοι καπνίζουν, μην επιδιώξετε να επιπλήξετε ή να θίξετε με οποιοδήποτε τρόπο όσα παιδιά καπνίζουν. Δώστε τους τα εισαγωγικά στοιχεία και προσπαθήστε να εμπλέξετε όσο γίνεται περισσότερα παιδιά στη δραστηριότητα.

## Bγ5(II)

**Δραστηριότητα:** «Πού μπορώ να αθληθώ;»

**Στόχος:** Να προτρέψει τους μαθητές να ασχοληθούν με τον αθλητισμό εξωσχολικά, αφού ενημερωθούν για τις εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες της περιοχής τους.

**Εξοπλισμός:** Τα υλικά για την κατασκευή μιας αφίσας (χαρτιά, κόλλες, ψαλίδια, κ.λπ.)

**Λέξεις-κλειδιά:**

αθλητική δραστηριότητα, ενημέρωση.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.sport.gov.gr>

**Βοήθεια:**

- Η δραστηριότητα αφορά και σχολεία που βρίσκονται σε μεγάλες πόλεις, όπου τα παιδιά πιθανόν να μη γνωρίζουν όλες τις αθλητικές δραστηριότητες στις οποίες μπορούν να συμμετάσχουν, αλλά και σχολεία που βρίσκονται σε μικρότερες κοινότητες. Σ' αυτή την περίπτωση, σκοπός της δραστηριότητας είναι να προσελκύσει παιδιά που δεν έχουν ασχοληθεί εξωσχολικά με τον αθλητισμό.

## «Πού μπορώ να αθληθώ;»

Ρωτήστε τα παιδιά αν γνωρίζουν όλες τις εξωσχολικές δραστηριότητες με τις οποίες θα μπορούσαν να ασχοληθούν στην περιοχή τους.

Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε 3 ομάδες:

- ομάδα Α:  
Να συλλέξει πληροφορίες από τα υπόλοιπα παιδιά του σχολείου
- ομάδα Β:  
Να συλλέξει πληροφορίες για αθλητικά προγράμματα από το Δήμο ή την Κοινότητα
- ομάδα Γ:  
Να συλλέξει πληροφορίες από το Χρυσό Οδηγό ή άλλες πηγές για γυμναστήρια, συλλόγους κ.ά.

Αφού συλλέξουν όλες τις πληροφορίες, να φτιάξουν μια αφίσα που να περιέχει:

- ομάδα Α:  
Σύντομη παρουσίαση κάθε αθλητικής δραστηριότητας που εντόπισαν (φωτογραφίες και μία παράγραφο που θα περιγράφει κάθε άθλημα)
- ομάδα Β:  
Οφέλη από τη συμμετοχή (υγεία, ταξίδια, νέοι φίλοι, ευχάριστη απασχόληση, κ.ά.).
- ομάδα Γ:  
Αναλυτικές πληροφορίες για το χώρο, τις ώρες προπόνησης, τις ηλικίες, τον αθλητικό εξοπλισμό, τις πιθανές συνδρομές, τον τρόπο μετακίνησης και όποια άλλη πληροφορία θεωρούν απαραίτητη.

Αφού ετοιμάσουν και διακοσμήσουν την αφίσα, να την τοικοκολλήσουν σε διάφορα σημεία του σχολείου, στη γειτονιά ή και σε άλλα σχολεία της περιοχής τους.



## «Η γυναίκα στους Ολυμπιακούς Αγώνες χθες και σήμερα»

Προτείνετε στα κορίτσια του τμήματος να συλλέξουν στοιχεία για την πορεία της συμμετοχής των γυναικών από τους αρχαίους έως τους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Δώστε τους τα εξής περιληπτικά στοιχεία:

- Καλλιπάτειρα: Η πρώτη γυναίκα που βρέθηκε (κρυφά) σε Ολυμπιακούς Αγώνες
  - Παρίσι 1900: Οι πρώτες επίσημες συμμετοχές γυναικών στους Ολυμπιακούς, στα αγωνίσματα της αντισφαίρισης, του γκολφ και της ιστιοπλοΐας.
  - Αθήνα 1906-Σίδνεϊ 2000: σταδιακή εισαγωγή των γυναικών σε αθλήματα.  
Πείτε τους να χωριστούν σε ομάδες εργασίας και να συλλέξουν στοιχεία για τα εξής θέματα:
    - Κοινωνική θέση και συμμετοχή της γυναίκας στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Να εντοπίσουν τις διαφορές και τις ομοιότητες και να προσαθήσουν να τις ερμηνεύσουν ανά εποχή.
    - Οι περισσότερες μουσουλμανικές χώρες στέλνουν ομάδες αποτελούμενες μόνο από άνδρες.
    - Στην Αμερική οι γυναίκες Ολυμπιονίκες χρειάστηκαν μεγάλο δικαστικό αγώνα, γιατί δεν έπαιρναν τις ίδιες αμοιβές με τους άνδρες.
    - Στην Κίνα οι γυναίκες Ολυμπιονίκες τυγχάνουν μεγαλύτερης δημοσιότητας και αποδοχής από τους άνδρες.
    - Ποια η θέση της γυναίκας εν όψει της Ολυμπιάδας του 2004 στην Ελλάδα;
    - Γιατί διαφέρουν οι επιδόσεις των ανδρών και των γυναικών στο ίδιο αγώνισμα (π.χ. στα 100 μέτρα);  
Με όσα στοιχεία καταφέρουν να συλλέξουν, να ετοιμάσουν μια εκδήλωση για τις 8 Μαρτίου, ημέρα της Γυναίκας, και να παρουσιάσουν τη δουλειά τους με όποια μορφή επιθυμούν.  
Π.χ.:
      - να ετοιμάσουν μια σύντομη ομιλία και να ακολουθήσει έκθεση των φωτογραφιών που έχουν συλλέξει
      - να γράψουν τετράστιχα που θα συνοδεύουν κάθε φωτογραφία, τονίζοντας ή σατιρίζοντας κάτι από το θέμα της
      - να ετοιμάσουν ένα μικρό θεατρικό που θίγει κάποιο από τα επιμέρους θέματα με τα οποία ασχολήθηκαν και να το παρουσιάσουν στο υπόλοιπο σχολείο.
- Δες και στο βιβλίο *Ολυμπιακοί Αγώνες: Αναφορές-Προσεγγίσεις*.

### By5(III)

**Δραστηριότητα:** «Η γυναίκα στους

Ολυμπιακούς Αγώνες χθες και σήμερα»

**Στόχος:** Να συνδέσουν την κοινωνική θέση της γυναίκας με τη θέση της στους Ολυμπιακούς Αγώνες στο πέρασμα των αιώνων από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα.

**Εξοπλισμός:** Ανάλογα με τη μορφή που θα επιλέξουν να παρουσιάσουν τα θέματα.

**Λέξεις-κλειδιά:** Κριτική ικανότητα, κοινωνική θέση, γυναίκα και Ολυμπιακοί Αγώνες.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

<http://bailiwick.lib.uiowa.edu/ge/present.html>

#### Βοήθεια:

- Μπορείτε, εκτός από μαθήτριες, να εμπλέξετε και μαθητές στη δραστηριότητα αν το επιθυμούν.



## Γγ5

**Δραστηριότητα:** Ημερίδα ρίψεων

**Στόχος:** Ανάπτυξη υπευθυνότητας μέσω της ανάληψης ρόλων.

**Εξοπλισμός:** Χάρτινα σημαιάκια (κόκκινο και άσπρο), μεζούρα, χαρτιά και μολύβια, σφαίρες ή μπαλάκια, 4 διαφορετικές καρτέλες καθηκόντων. Σε καθεμία από αυτές θα γράφονται αναλυτικά όλα τα καθήκοντα των μαθητών για κάθε ρόλο που αναλαμβάνουν.

**Λέξεις-κλειδιά:** Υπευθυνότητα, ανάληψη ρόλων, συνεργασία.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.canthrow.com>
2. Siedentop, D. (1994), *Sport education: Quality physical education through positive sport experiences*. Champaign, IL: Human Kinetics.

**Βοήθεια:**

- Δώστε μεγάλη προσοχή ώστε τα παιδιά να τηρούν τους κανόνες ασφαλείας κατά τη διάρκεια της ημερίδας.
- Η δραστηριότητα μπορεί να γίνει και για όποιο άλλο ατομικό ή ομαδικό άθλημα επιθυμούν οι μαθητές.
- Προσοχή! Η βαλβίδα και ο τομέας ρίψης πρέπει να βρίσκονται σε χώμα. Αν το σχολείο δεν διαθέτει χώμα, αλλάξτε όργανο (ελαστικό μπαλάκι ή ιατρική μπάλα).
- Το άθλημα της σφαιροβολίας επιλέχθηκε γιατί αποτελεί αγώνισμα εξέτασης για εισαγωγή σε ανώτατα ιδρύματα.
- Αφήστε στα παιδιά όλες τις ευθύνες. Απαντήστε σε όλες τις απορίες τους. Να επεμβαίνετε στη διαδικασία μόνο αν βλέπετε κάτι που γίνεται λανθασμένα ή επικίνδυνα.

## Ημερίδα ρίψεων

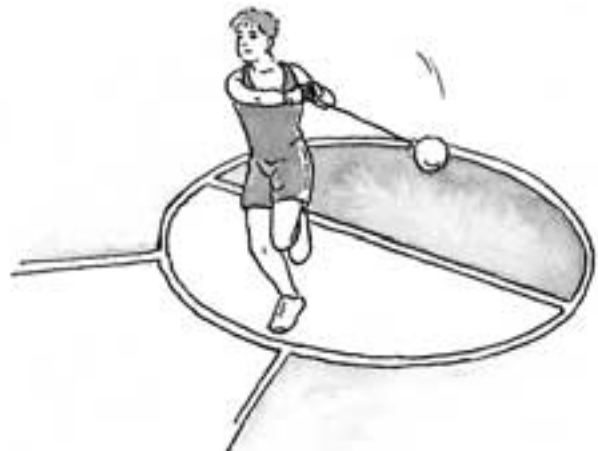
Ενημερώστε τους μαθητές ότι ο αθλητισμός είναι μία από τις κοινωνικές δραστηριότητες που απαιτούν αίσθημα ευθύνης, και ταυτόχρονα συνεργασία και συντονισμό πολλών ατόμων. Η υπευθυνότητα που δείχνει κάθε άτομο ξεχωριστά καθορίζει και την επιτυχία της διεξαγωγής των αθλητικών διοργανώσεων.

Πείτε στα παιδιά ότι θα διοργανώσουν μια μίνι ημερίδα ρίψεων στίβου (με σφαίρα ή μπαλάκι, ανάλογα με τα όργανα και το χώρο που διαθέτει το σχολείο), όπου ο καθένας θα αναλάβει συγκεκριμένες ευθύνες.

Για βαλβίδα ζωγραφίστε με κιμωλία στο έδαφος ή χαράξτε στο χώμα έναν κύκλο με διάμετρο 2,13 μ. Ορίστε επίσης με κιμωλία ή χάραξη τις γραμμές που θα ορίζουν τον τομέα μέσα στον οποίο θα θεωρούνται έγκυρες οι βολές, και σημειώστε με δύο μικρές γραμμές δεξιά και αριστερά της βαλβίδας το χώρο από τον οποίο επιτρέπεται να βγαίνουν οι αθλητές μετά τη βολή τους (ώστε αυτή να θεωρηθεί έγκυρη).

Για να γίνει μια ημερίδα χρειάζονται 4 ομάδες μαθητών όπου η κάθε ομάδα θα έχει συγκεκριμένα καθήκοντα:

- καθήκοντα αθλητών: Εκτελούν καθένας 3 βολές με τη σειρά που τους καλεί η γραμματεία.
- καθήκοντα προπονητών: Εμφυχώνουν και διορθώνουν τα λάθη του αθλητή ή των αθλητών που έχουν αναλάβει.
- καθήκοντα γραμματείας: Κλήση αθλητών, ανακοίνωση της σειράς που θα εκτελούν βολές οι αθλητές, συμπλήρωση φύλλου αγώνα, υπολογισμός και ανακοίνωση τελικής κατάταξης και καλύτερης επίδοσης των αθλητών, ανάρτηση των αποτελεσμάτων στον πίνακα ανακοινώσεων της τάξης.
- καθήκοντα κριτών: Υπεύθυνοι για τη μεταφορά των οργάνων (σφαίρες, μεζούρα, σημαιάκια) προς και από τον αγωνιστικό χώρο, απόφαση για έγκυρες και άκυρες βολές με τα σημαιάκια (λευκό για έγκυρη και κόκκινο για άκυρη), μέτρηση επίδοσης αθλητή, ανακοίνωση στη γραμματεία της επίδοσης για να καταγραφεί στο φύλλο αγώνα, επιστροφή της σφαίρας στον αθλητή που έχει σειρά να εκτελέσει. Βάλτε τα παιδιά να χωριστούν σε ομάδες. Κάθε ομάδα θα πάρει την καρτέλα των καθηκόντων της και θα ξεκινήσουν την ημερίδα.





## Παραολυμπιακοί Αγώνες

Ρωτήστε τους μαθητές τι γνωρίζουν για τους Παραολυμπιακούς Αγώνες. Αναπτύξτε τον προβληματισμό γύρω από τις λέξεις αυτονομία, αυτοεξυπηρέτηση, προσπάθεια, δικαίωμα στην διαφορά. Συνδέστε αυτές τις έννοιες με τον αθλητισμό. Παράλληλα με τη συζήτηση, σε κάθε ευκαιρία που σας δίνεται δώστε πληροφορίες για την ονομασία των Αγώνων, την ιστορία τους, τους αθλητές που παίρνουν μέρος σε αυτούς, τα αγωνίσματα κ.λπ.

- Η ονομασία των Παραολυμπιακών Αγώνων προέρχεται από την λέξη «παρά», δηλαδή παράλληλα, και «Ολυμπιακοί».
  - Πατέρας των Παραολυμπιακών Αγώνων θεωρείται ο βρετανός Σερ Λούντβιχ Γκούτμαν.
  - Η σύνδεση των Παραολυμπιακών Αγώνων με τους Ολυμπιακούς έγινε το 1960, στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Ρώμης. Σε αυτούς τους Παραολυμπιακούς Αγώνες συμμετείχαν 400 αθλητές από 23 χώρες. Στην Ελλάδα το 1980 η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού οργάνωσε προγράμματα σε σωματεία και βοήθησε τη συμμετοχή τους σε διεθνείς και παγκόσμιους αθλητικούς αγώνες. Από το 1987 διοργανώνεται κάθε χρόνο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Στίβου και Κολύμβησης.
  - Το πρόγραμμα των Παραολυμπιακών Αγώνων περιλαμβάνει 18 αθλήματα και περισσότερα από 580 αγωνίσματα. Ορισμένα από αυτά αφορούν ειδικές ομάδες αθλητών, ενώ άλλα είναι κοινά. Πολλά από τα αθλήματα είναι ίδια με τα Ολυμπιακά, με ανάλογες προσαρμογές σε υποδομή και κανονισμούς.
  - Οι κατηγορίες των αθλητών που παίρνουν μέρος στους Παραολυμπιακούς Αγώνες είναι:
    - Άτομα με ακρωτηριασμό
    - Άτομα με εγκεφαλική παράλυση
    - Άτομα με νοητική υστέρηση
    - Λοιπές αναπηρίες (νανισμός, πολιομυελίτιδα, σκλήρυνση κατά πλάκας)
    - Άτομα με μειωμένη ή καθόλου όραση
    - Άτομα με αναπηρικό αμαξίδιο
  - Τα αγωνίσματα των Παραολυμπιακών Αγώνων είναι: τοξοβολία, στίβος, μπάσκετ, μπότσια (παιχνίδι που παίζεται από άνδρες και γυναίκες με εγκεφαλική παράλυση: σε ορισμένο χώρο οι αγωνιζόμενοι πετούν την μπάλα τους όσο γίνεται πιο κοντά σε μια άσπρη μπάλα-στόχο), ποδηλασία, ιππασία, ξιφασκία, ποδόσφαιρο, ποδόσφαιρο για άτομα με μειωμένη όραση (goalball), τζούντο, άρση βαρών, ράγκμπι, ιστιοπλοΐα, σκοποβολή, κολύμβηση, επιτραπέζια αντισφαίριση, αντισφαίριση, βόλεϊ. Κατά την παρουσίαση των αγωνισμάτων συζητήστε με τους μαθητές τις κατηγορίες ατόμων με αναπηρία που μπορούν να λάβουν μέρος σε αυτά και τις τροποποιήσεις των κανονισμών που γίνονται προκειμένου να αγωνιστούν τα άτομα με αναπηρία.
- Στο τέλος, αν υπάρχει χρόνος, αναφερθείτε στους Παραολυμπιακούς Αγώνες του 2004 στην Αθήνα και τις ευκαιρίες που έχει η χώρα μας να δημιουργήσει καλύτερες συνθήκες διαβίωσης για τους συμπολίτες μας με αναπηρία.

### Αγ6

**Δραστηριότητα:** Παραολυμπιακοί Αγώνες  
**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τους Παραολυμπιακούς, να κατανοήσουν: την αξία της άθλησης για άτομα με αναπηρίες, την αξία της προσπάθειας και το δικαίωμα των συνανθρώπων μας στη διαφορά

**Εξοπλισμός:** φωτογραφίες από αθλητές με αναπηρία (εφημερίδες, περιοδικά, κ.λπ.)

**Λέξεις-κλειδιά:** Παραολυμπιακοί, αθλητές με αναπηρία, αυτονομία, αυτοεξυπηρέτηση, προσπάθεια, διαφορετικότητα.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004
2. <http://www.ipc.org>
3. <http://www.athens.olympic.org>



## Bγ6

**Δραστηριότητα:** «Ψυχή-Σώμα-Πνεύμα».

Οργάνωση κοινής εκδήλωσης με το πλησιέστερο σχολείο παιδιών με αναπηρίες.

**Στόχος:** Να οργανώσουν οι μαθητές κοινή εκδήλωση με μαθητές ενός ειδικού σχολείου, να μάθουν να συνεργάζονται σε ένα κοινό project, να αποκτήσουν οργανωτικές ικανότητες.

**Εξοπλισμός:** Ανάλογα με τις δραστηριότητες που θα επιλέξουν οι μαθητές για την εκδήλωση

**Λέξεις-κλειδιά:** Παραολυμπιακοί Αγώνες, οργάνωση εκδήλωσης.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακή Παιδεία: από την θεωρία στην πράξη, στο παράρτημα «Οργάνωση σχολικής εκδήλωσης. Ιδέες για μια εκδήλωση», ΑΘΗΝΑ 2004.
2. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές-Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.

**Βοήθεια:**

Στην περίπτωση που δεν υπάρχει η δυνατότητα κοινής εκδήλωσης με μαθητές ειδικού σχολείου, μπορεί να εκδηλωθεί εκδήλωση με το ίδιο θέμα και με προσκεκλημένους. Οι προσκεκλημένοι μπορεί να είναι ομιλητές σχετικοί με το θέμα, αθλητές με αναπηρίες, άτομα με αναπηρίες.

## «Ψυχή-Σώμα-Πνεύμα». Οργάνωση κοινής εκδήλωσης με το πλησιέστερο σχολείο παιδιών με αναπηρίες.

Με το σύνθημα της Διεθνούς Παραολυμπιακής Επιτροπής «Ψυχή-Σώμα-Πνεύμα» παροτρύνετε τους μαθητές να οργανώσουν μια εκδήλωση σε συνεργασία με κάποιο ειδικό σχολείο.

Αφήστε τους μαθητές να επιλέξουν τις δραστηριότητες που θα περιλαμβάνει η εκδήλωση (αγώνες, παιχνίδια, μουσική, χορό, εκθέσεις, θέατρο κ.λπ.). Τα βήματα που θα ακολουθήσουν για την οργάνωση της εκδήλωσης θα πρέπει να είναι προσεκτικά και σύμφωνα με τη φιλοσοφία του σχολείου. Θα πρέπει να δημιουργήσουν μια ομάδα δράσης, να ορίσουν αρμοδιότητες, να καθορίσουν (σε συνεργασία με τους υπευθύνους του ειδικού σχολείου) τις δραστηριότητες της εκδήλωσης, να προβάλουν την εκδήλωση τους, να μοιράσουν τις αρμοδιότητες για την ημέρα της εκδήλωσης και να προσδιορίσουν τις ενέργειες που θα πρέπει γίνουν μετά την εκδήλωση.

Μπορείτε να προτείνετε στους μαθητές να μεριμνήσουν για την πρόσκληση στην εκδήλωση αθλητών με αναπηρία. Στο πρόγραμμα της εκδήλωσης θα μπορούσε να αφιερωθεί λίγος χρόνος στον προσκεκλημένο αθλητή για να σας περιγράψει τις συνθήκες κάτω από τις οποίες γυμνάζεται, να σας περιγράψει τα συναισθήματά του και τα όνειρά του και να απαντήσει σε τυχόν ερωτήσεις των μαθητών.



## Μη διαδεδομένα αθλήματα

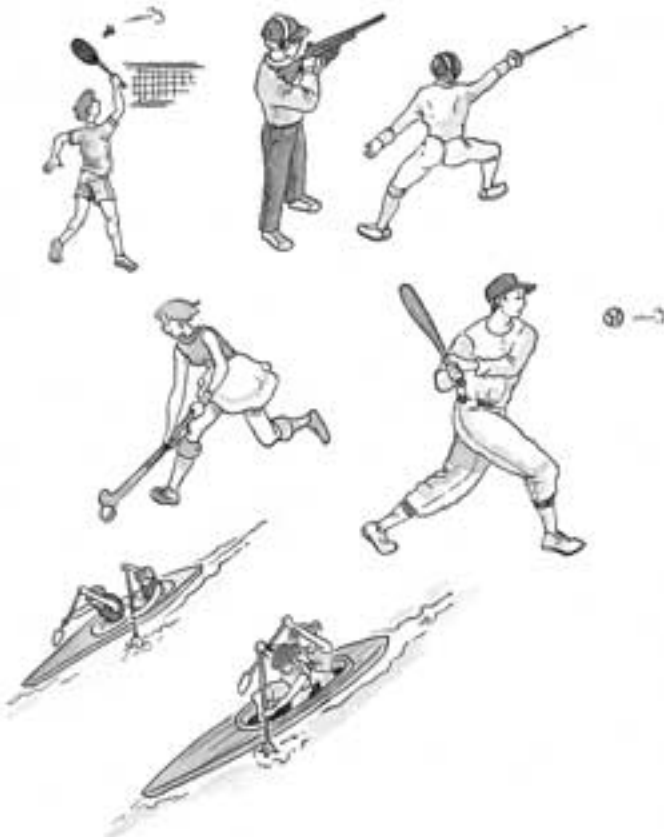
Στην εισαγωγή της δραστηριότητας, εξηγήστε στους μαθητές πότε ένα άθλημα θεωρείται μη διαδεδομένο για μια χώρα (δεν υπάρχει εθνικό πρωτάθλημα, δεν υπάρχουν αθλητές υψηλού επιπέδου, δεν υπάρχουν θεατές κ.λπ.). Όπου υπάρχει η δυνατότητα, προβάλτε τη βιντεοταινία με τα *Ολυμπιακά αθλήματα της ΑΘΗΝΑ 2004*.

Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες και ζητήστε τους να κάνουν μια λίστα με τα μη διαδεδομένα αθλήματα των Ολυμπιακών Αγώνων στη χώρα μας.

Αφού γίνουν οι ανάλογες αναφορές από τις ομάδες, επικεντρωθείτε στα αγωνίσματα που έχετε επιλέξει να παρουσιάσετε στην αυλή, σε επόμενες δραστηριότητες (π.χ. μπίτζμπολ, μπάντμιντον, τρίαθλο, ξιφασκία κ.ά.).

Παρουσιάστε το σκοπό, τον αριθμό των παικτών, τα γήπεδα και τους βασικούς κανονισμούς αυτών των αθλημάτων.

Στο τέλος της δραστηριότητας ρωτήστε τους μαθητές με ποια από τα μη διαδεδομένα αθλήματα θα ήθελαν να ασχοληθούν στο μέλλον ή ποια από αυτά θα ήθελαν να παρακολουθήσουν στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004. Ανάλογα με το ενδιαφέρον των μαθητών και τις δυνατότητες που υπάρχουν, οργανώστε την παρουσίαση κάποιου αθλήματος στο χώρο του σχολείου ή μια επίσκεψη στις εγκαταστάσεις κάποιου συλλόγου που ασχολείται με ένα από τα μη διαδεδομένα αθλήματα στη χώρα μας.



### Αγ7

**Δραστηριότητα:** Μη διαδεδομένα αθλήματα

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές αθλήματα μη διαδεδομένα στη χώρα μας

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες από περιοδικά και εφημερίδες με αθλητές, αθλητικές εγκαταστάσεις, στιγμιότυπα Ολυμπιακών Αγώνων, βίντεο.

**Λέξεις-κλειδιά:** Ολυμπιακοί Αγώνες, Ολυμπιακά αθλήματα, Ολυμπιακά αγωνίσματα

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα (βιντεοταινία), ΑΘΗΝΑ 2004
3. <http://www.athens.olympic.org>
4. <http://www.sport.gov.gr>

## Bγ7

**Δραστηριότητα:** Τρίαθλο

Σκοπός: Γνωριμία των μαθητών με το άθλημα του τρίαθλου.

**Εξοπλισμός:** Χαρτόνια μεγάλων διαστάσεων (χοντρά, από συσκευασίες ηλεκτρικών ειδών, ένα για κάθε ομάδα εργασίας ή χαρτόνια που χρησιμοποιούνται στην κατασκευή μακετών), κόλλα, ψαλίδια, κοπίδια, χρώματα, αθλητικού περιεχομένου φωτογραφίες από περιοδικά, εφημερίδες κ.ά.

**Λέξεις-κλειδιά:**

Τρίαθλο, γλυπτική, δημιουργικότητα

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. <http://www.athens.olympic.org>
2. <http://www.sport.gov.gr>

**Βοήθεια:**

Εξηγήστε στα παιδιά ότι τέτοιου είδους δημιουργίες μπορούν να βελτιώσουν αισθητικά την εικόνα του σχολείου. Αφήστε τους μαθητές να εκφραστούν και να δημιουργήσουν ελεύθερα, με δημιουργικότητα και σύμφωνα με τη δική τους αισθητική.

Εξηγήστε τους ότι οποιαδήποτε δημιουργία τους μπορεί να αξιοποιηθεί ποικιλότροπα, π.χ. τα έργα τους να φωτογραφηθούν και να φτιαχτεί ένα ημερολόγιο που η πώλησή του θα ενίσχυε το ταμείο της τάξης τους.

## Τρίαθλο

Οι μαθητές επιλέγουν το είδος των γιγαντογλυπτών που θα κατασκευάσουν π.χ. με σκληρό χαρτόνι και φωτογραφίες. Οι μαθητές της τάξης χωρίζονται σε 3 ομάδες εργασίας (Α, Β και Γ), ορίζουν τις διαστάσεις των προς κατασκευή έργων και μοιράζονται το έντυπο υλικό, ώστε να επιλέξουν τις φωτογραφίες που αντιστοιχούν στα αγωνίσματα του τρίαθλου. Αφού τις κόψουν, τις ταξινομούν κατά αγώνισμα και, μετά από ανταλλαγή του σχετικού υλικού, οι ομάδες καταλήγουν να έχουν:

- ομάδα Α: φωτογραφίες κολύμβησης (σε θάλασσα ή λίμνη)
  - ομάδα Β: φωτογραφίες ποδηλασίας (σε ανοικτό χώρο)
  - ομάδα Γ: φωτογραφίες αθλητών που τρέχουν (σε εξωτερικό χώρο).
- Στη συνέχεια, δίνουν σχήμα στο γιγαντογλυπτό του αγωνίσματος που έχουν αναλάβει, συνθέτουν το κολάζ, προσαρμόζουν τις φωτογραφίες και, αφού τις κολλήσουν, έχουν σχηματίσει τα γιγαντογλυπτά των αγωνισμάτων του τρίαθλου. Ανάλογα με τον τρόπο και τον χώρο που έχουν αποφασίσει να τα εκθέσουν κατασκευάζουν βάσεις στήριξης. Οι συνθέσεις-κολάζ των μαθητών μπορούν να αναρτηθούν στην Ολυμπιακή γωνιά του σχολείου ή σε ανάλογο χώρο, ακόμα και να διακοσμήσουν διάφορους χώρους του σχολείου (εσωτερικούς ή εξωτερικούς) εν είδει stand.

Καλό θα ήταν η κατασκευή των γιγαντογλυπτών να μην περιοριστεί στο συγκεκριμένο άθλημα, αλλά να επεκταθεί στο σύνολο των Ολυμπιακών αγωνισμάτων κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς, ώστε να καταλήξει σε μια μόνιμη έκθεση μοντέρνων γλυπτών των Ολυμπιακών αθλημάτων.



## Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (I)

Κάντε μια εισαγωγή στο άθλημα του μπέιζμπολ, εξηγώντας στους μαθητές τη φιλοσοφία του παιχνιδιού και τις βασικές αρχές. Εξηγήστε στους μαθητές ότι το μπέιζμπολ παίζεται σε ανοικτό γήπεδο αποτελούμενο από δύο ζώνες, την εσωτερική και την εξωτερική. Η εσωτερική ζώνη σχηματίζει ένα ρόμβο του οποίου κάθε πλευρά έχει μήκος 27,43μ. και στις 4 άκρες του είναι τοποθετημένες 4 βάσεις. Σε μία από αυτές βρίσκεται ένας παίκτης της ομάδας που κάνει επίθεση με μπαστούνι (μπάτερ) ενώ οι υπόλοιπες 3 βάσεις μπορούν να καλυφθούν από συμπαίκτες του οι οποίοι έχουν φτάσει με ασφάλεια, δηλαδή πριν προλάβει αμυντικός να τους βγάλει έξω. Σε απόσταση 18,34μ. από τη βάση του μπάτερ τοποθετείται ο αμυντικός παίκτης (ρίπτης) που πετάει την μπάλα. Το εξωτερικό γήπεδο σχηματίζει ένα τόξο που το κοντινότερό του σημείο απέχει τουλάχιστον 98,4 μέτρα. Το παιχνίδι διεξάγεται ανάμεσα σε δύο ομάδες των 9 παικτών. Οι παίκτες της αμυνόμενης ομάδας παίρνουν τις ακόλουθες θέσεις: ο ρίπτης, ένας αμυνόμενος που βρίσκεται πίσω από τον μπάτερ (κάτσερ), τρεις άλλοι που βρίσκονται κοντά στις βάσεις, ένας ανάμεσα στη 2η και 3η βάση και οι άλλοι τρεις στο εξωτερικό γήπεδο. Η ομάδα που κάνει επίθεση ξεκινάει με έναν παίκτη, τον μπάτερ, ο οποίος προσπαθεί να χτυπήσει την μπάλα δυνατά και να περάσει από όλες τις βάσεις τρέχοντας με φορά αντίθετη προς τους δείκτες του ρολογιού. Όταν ο μπάτερ επιστρέψει στην αρχική βάση, τότε η ομάδα του παίρνει πόντο. Άλλος τρόπος να προχωρήσει ο μπάτερ είναι τέσσερις βολές του ρίπτη να κριθούν «ball», δηλαδή εκτός της νόμιμης περιοχής χτυπήματος της μπάλας από τον μπάτερ. Ανώτατο όριο είναι μια οριζόντια γραμμή ανάμεσα στους ώμους και τη ζώνη του μπάτερ. Κατώτατο όριο είναι μια γραμμή που σχηματίζεται από το υψηλότερο σημείο των γονάτων. Η αμυνόμενη ομάδα προσπαθεί να βγάλει τρεις επιτιθέμενους «μπάτερς» από το παιχνίδι για να περάσει αυτή στην επίθεση. Αυτό μπορεί να γίνει στις εξής περιπτώσεις: 1. Όταν ο «μπάτερ» δεν μπορεί να αποκρούσει τρεις έγκυρες ρίψεις του ρίπτη. 2. Όταν αμυντικός παίκτης με την μπάλα στα χέρια του ακουμπήσει μία από τις βάσεις πριν από τον επιτιθέμενο μπάτερ. 3. Όταν ο αμυντικός παίκτης πιάσει την μπάλα στον αέρα. Στη συνέχεια, όπου υπάρχει η δυνατότητα, δείξτε στους μαθητές βίντεο με μπέιζμπολ. Ρωτήστε τους μαθητές τι αλλαγές θα έκαναν για να παίξουν το παιχνίδι με μπάλα ποδοσφαίρου. Συζητήστε μαζί τους τις τροποποιήσεις στους κανονισμούς και χαράξτε μαζί με τους μαθητές στην αυλή του σχολείου το γήπεδο. Οι διαστάσεις των πλευρών του ρόμβου δεν θα πρέπει να ξεπερνάνε τα 18 μέτρα και δεν θα πρέπει σε καμία περίπτωση να είναι λιγότερο από τα 12μ. (σχήμα). Η θέση του ρίπτη θα πρέπει να είναι περίπου 8-10 μέτρα από την αρχική βάση. Ο μπάτερ στη συγκεκριμένη παραλλαγή του παιχνιδιού κλωτσάει με το πόδι όσο πιο μακριά μπορεί την μπάλα. Ενώ η περιοχή όπου ο ρίπτης μπορεί να πετάει με δύναμη την μπάλα (strike zone) έχει ως ανώτατο όριο την οριζόντια γραμμή που περνάει από τα γόνατα του μπάτερ. Η αλλαγή από την άμυνα στην επίθεση γίνεται όταν όλοι οι επιθετικοί περάσουν από τη θέση του μπάτερ. Αφού όλοι οι μαθητές κατανοήσουν τους κανόνες του παιχνιδιού και αν έχετε χρόνο, κάντε μια σειρά από προασκήσεις (π.χ. ρίψεις της μπάλας όσο πιο δυνατά μπορούμε στην περιοχή του μπάτερ, γρήγορες πάσες από βάση σε βάση με το ένα χέρι (baseball pass), σπριντ από βάση σε βάση).

### ΓΥ7 (I)

**Δραστηριότητα:** Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (I)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπέιζμπολ

**Εξοπλισμός:** Μια μπάλα ποδοσφαίρου, ταινία για τη χάραξη του γηπέδου ή πλαστικοί κώνοι.

**Λέξεις-κλειδιά:** μπέιζμπολ, σόφτμπολ, σόκερμπολ

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα (βιντεοταινία), ΑΘΗΝΑ 2004

#### Βοήθεια:

Όπου υπάρχει video, οι βασικές αρχές του παιχνιδιού είναι καλό να παρουσιάζονται με ταυτόχρονη προβολή του αθλήματος.

## Γγ7 (II)

**Δραστηριότητα:** Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (2)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπέιζμπολ

**Εξοπλισμός:** Μια μπάλα ποδοσφαίρου, ταινία για τη χάραξη του γηπέδου ή πλαστικοί κώνοι.

**Λέξεις-κλειδιά:** μπέιζμπολ, σόφτμπολ, σόκερμπολ.

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα (βιντεοταινία), ΑΘΗΝΑ 2004

### Βοήθεια:

Δώστε ποινή στην αμυντική ομάδα (-1 πόντο) αν με οποιοδήποτε τρόπο εμποδίζει κάποιον επιθετικό να τρέξει γύρω από τις βάσεις.

Το ρίπτη μπορεί η ομάδα που κάνει άμυνα να τον αλλάζει όσες φορές θέλει.

## Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (2)

Στο χώρο της αυλής του σχολείου όπου έχετε χαράξει το γήπεδο για το μπέιζμπολ (δραστηριότητα Γγ7 (I)) κάνετε τις παρακάτω προασκήσεις:

- ρίψεις της μπάλας όσο πιο δυνατά μπορούμε στην περιοχή του μπάτερ
- γρήγορες πάσες από βάση σε βάση με το ένα χέρι (baseball pass),
- πάσα και σπριντ από βάση σε βάση.

Στη συνέχεια, χωρίστε τους μαθητές σε δύο ομάδες και με κλήρωση αποφασίστε ποιοι θα ξεκινήσουν από την επίθεση και ποιοι από την άμυνα.

Η ομάδα που κάνει επίθεση παρατάσσεται στη θέση βολής, ενώ οι παίκτες της ομάδας που είναι στην άμυνα παίρνουν τις θέσεις τους στο γήπεδο (σχ. I). Ο ρίπτης είναι αυτός που με τα χέρια πετάει (ρολάρει) δυνατά προς την αρχική βάση την μπάλα. Η βολή του θα πρέπει να είναι δυνατή, γρήγορη, μέσα στα όρια της βάσης και κάτω από το γόνατο. Σε περίπτωση που ο ρίπτης κάνει τρεις άστοχες βολές ο επιθετικός που αποκρούει κερδίζει μία βάση και προχωράει.

Ο επιθετικός (μπάτερ) έχει δικαίωμα να κλοτσήσει την μπάλα και να τη στείλει όσο πιο μακριά μπορεί. Αν αυτό δεν το καταφέρει με τρεις προσπάθειες κάνει τη σειρά του και πάει στο τέλος της γραμμής. Η ομάδα που κάνει άμυνα προσπαθεί να πιάσει την μπάλα και να τη γυρίσει πίσω στις βάσεις, προτού φτάσει σε μία από αυτές ο επιθετικός.

Αν η μπάλα προλάβει να γυρίσει σε αμυντικό που πατάει σε βάση και ο επιθετικός δεν έχει προλάβει να τρέξει σε αυτήν, τότε ο επιθετικός κάνει τη σειρά του και πάει στο τέλος της γραμμής. Αν ο επιθετικός κατορθώσει να φτάσει σε μία από τις βάσεις προτού να γυρίσει η μπάλα, τότε συνεχίζει το παιχνίδι μέχρι να καταφέρει να γυρίσει στην αρχική βάση (ολόκληρος κύκλος) και να πετύχει πόντο για την ομάδα του. Ο επιθετικός που βρίσκεται σε μια βάση εκτός της αρχικής, μπορεί, αν διαπιστώσει ότι οι αμυντικοί δεν προσέχουν, να μετακινηθεί στην επόμενη βάση (να κλέψει βάση). Σε περίπτωση που το αντιληφθεί ο ρίπτης, μπορεί να τον βγάλει εύκολα εκτός παιχνιδιού πετώντας την μπάλα στον αμυντικό που βρίσκεται στη βάση που ο επιθετικός προσπαθεί να κλέψει. Όταν η μπάλα πιάνεται στον αέρα από τους αμυντικούς σε απόκρουση των επιθετικών τότε ο επιθετικός που κάνει την απόκρουση κάνει την σειρά του και πάει στο τέλος της γραμμής. Ο επιθετικός που θα προλάβει να επιστρέψει στην αρχική βάση σημειώνει 1 πόντο. Όταν γίνει μια καλή απόκρουση της μπάλας και υπάρχουν επιθετικοί σε όλες τις βάσεις από τις προηγούμενες προσπάθειες, τότε όλοι πετυχαίνουν πόντο. Αν δεν υπάρχουν επιθετικοί στις βάσεις, πόντο πετυχαίνει μόνο ο παίκτης που κάνει την απόκρουση και μετά από αυτήν ολοκληρώνει ένα γύρο περνώντας από όλες τις βάσεις.

Όταν όλοι οι παίκτες της επιθετικής ομάδας περάσουν από τη θέση του παίκτη που κάνει την απόκρουση (μπάτερ), οι ομάδες αλλάζουν θέσεις. Ανάλογα με το χρόνο, κάθε ομάδα θα πρέπει να κάνει δύο ή τρεις επιθέσεις. Νικήτρια είναι η ομάδα που θα πετύχει τους περισσότερους πόντους.

## Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (3)

Στην αρχή της δραστηριότητας δώστε στους μαθητές χρόνο (5'), ώστε να αναπτύξουν συγκεκριμένη τακτική για να κερδίσουν το παιχνίδι (π.χ. με τι σειρά θα κλοτσήσουν την μπάλα, πότε θα ρισκάρουν με μια απόκρουση χαμηλή, ποιος ρίπτης θα ξεκινήσει κ.λπ.)

Στη συνέχεια, αφού οι μαθητές κάνουν 5' γενική προθέρμανση (χαλαρό τρέξιμο, ασκήσεις), μπορούν να ξεκινήσουν το παιχνίδι μετά από κλήρωση για το ποια ομάδα θα είναι στην επίθεση και ποια στην άμυνα.

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού μπορείτε να κάνετε παρεμβάσεις και να εξηγήσετε στους μαθητές τρόπους για να γίνει το παιχνίδι τους πιο ουσιαστικό και αποτελεσματικό. Όπου υπάρχει δυνατότητα, μπορείτε μετά τα δύο πρώτα μαθήματα να οργανώσετε και αγώνες μεταξύ δύο τμημάτων.

Στο τέλος του παιχνιδιού ρωτήστε τους μαθητές αν το διασκέδασαν και αν θα ήθελαν να παρακολουθήσουν μπέιζμπολ ή σόφτμπολ στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004.



### Γγ7 (III)

**Δραστηριότητα:** Μπέιζμπολ με μπάλα ποδοσφαίρου (3)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπέιζμπολ

**Εξοπλισμός:** Μια μπάλα ποδοσφαίρου, ταινία για τη χάραξη του γηπέδου ή πλαστικοί κώνοι.

**Λέξεις-κλειδιά:** μπέιζμπολ, σόφτμπολ, σόκερμπολ

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα (βιντεοταινία), ΑΘΗΝΑ 2004



## ΓΥ7(IV)

**Δραστηριότητα:** Αντιπέρση (μπάντμιντον)

**Στόχος:** Να γνωρίσουν οι μαθητές το άθλημα του μπάντμιντον, τους κανονισμούς που ισχύουν τον τρόπο και τον τόπο διεξαγωγής του

**Εξοπλισμός:** ρακέτες, φτερά πλαστικά αντιπέρσης

**Λέξεις-κλειδιά:** αντιπέρση, μπάντμιντον

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Τα Ολυμπιακά Αθλήματα (βιντεοταινία), ΑΘΗΝΑ 2004
3. <http://www.athens.olympic.gr>
4. <http://www.sport.gov.gr>

### Βοήθεια:

Αν ο αθλούμενος αποτυγχάνει κατ' εξακολούθηση να χτυπήσει το φτερό, του υποδεικνύουμε: α) να κρατά ψηλά τη ρακέτα (πάνω και μπροστά από το κεφάλι του), β) να βλέπει το φτερό που του πετάει ο συνασκούμενος, μέσα από την πλεγμένη επιφάνεια της ρακέτας γ) να χτυπάει το φτερό με τη ρακέτα, με μικρή κίνηση του καρπού, τη στιγμή που το βλέπει να φθάνει προς αυτήν.

Στη 2η άσκηση αφήνουμε τα παιδιά περισσότερο να παίξουν ελεύθερα και να το διασκεδάσουν. Επισημαίνουμε να μην παίζουν ανταγωνιστικά και να προτιμούν τα χτυπήματα πάνω από το κεφάλι.

## Αντιπέρση (μπάντμιντον)

Αφιερώνουμε τα 10 πρώτα λεπτά της ώρας μας για να δείξουμε στους μαθητές τα τρίλεπτα στιγμιότυπα του αθλήματος από τη βιντεοταινία *Ολυμπιακά αθλήματα* και να συζητήσουμε μαζί τους τα βασικά χαρακτηριστικά και τους κανονισμούς του αθλήματος. Στη συνέχεια, περνάμε στο γυμναστήριο του σχολείου και εκτελούμε μερικές βασικές ασκήσεις για την εξοικείωση των μαθητών με το άθλημα.

- Άσκηση 1: Ζητάμε από τους μαθητές να σχηματίσουν ζευγάρια. Ο ένας από τους δύο, αφού τον τροφοδοτήσουμε με φτερά αντιπέρσης, αναλαμβάνει να τα πετάει στον άλλον, είτε με ρακέτα είτε με τα χέρια του. Επισημαίνουμε σε αυτόν που πετάει τα φτερά ότι αυτά πρέπει να κατευθύνονται λίγο πάνω από το κεφάλι του συνασκούμενου. Το σημείο αυτό είναι το ευκολότερο για να αρχίσει κάποιος χτυπήματα με τη ρακέτα.
- Άσκηση 2: Στη συνέχεια και για 10-15 περίπου λεπτά, ορίζουμε ώστε ανά δύο ζευγάρια να διεξαχθεί ελεύθερο παιχνίδι (διαδοχικά χτυπήματα του φτερού) σε διάφορα σημεία του χώρου και χωρίς περιορισμούς στο πεδίο κίνησης των μαθητών. Με αυτό τον τρόπο επιδιώκεται η εξοικείωση των μαθητών με τη ρακέτα και το φτερό. Στο τέλος της δραστηριότητας επιλέγουμε ένα ζευγάρι μαθητών που μπορεί να παίξει και δείχνουμε στους μαθητές πώς μετρούν οι πόντοι. Αν υπάρχει γήπεδο βόλει στο σχολείο, τοποθετούμε το δίχτυ χαμηλότερα και ορίζουμε με κιμωλία όρια γηπέδου ανάλογα του αθλήματος της αντιπέρσης για να έχουμε όσο το δυνατόν ρεαλιστικότερες συνθήκες διεξαγωγής του αθλήματος. Στην περίπτωση που η ανταπόκριση και η συμμετοχή των μαθητών στην εισαγωγική αυτή δραστηριότητα για το μπάντμιντον είναι μεγάλη, προτείνετε στους μαθητές να οργανώσουν σε επόμενο μάθημα ένα μικρό τουρνουά.



## Οφέλη από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων

Συζητήστε με τους μαθητές για 10'-15' τις παρακάτω προτάσεις-δηλώσεις:

«Η Ελλάδα είναι η μικρότερη πληθυσμιακά χώρα στον κόσμο που έχει αναλάβει τη διοργάνωση θερινών Ολυμπιακών Αγώνων τα τελευταία χρόνια.»

«Η ανάληψη των Αγώνων αποτελεί τιμή για τη χώρα και ένδειξη εμπιστοσύνης στις απεριόριστες δυνατότητες των Ελλήνων.»

«Με την Ολυμπιάδα του 2004 η Ελλάδα μπορεί να εδραιώσει σταθερούς ρυθμούς ανάπτυξης, να κινητοποιήσει όλες τις δυνάμεις της και να επενδύσει οργανωμένα σε όλους τους τομείς της οικονομίας, της κοινωνίας και του πολιτισμού.»

Στη συνέχεια, δώστε στους μαθητές στοιχεία από το οικονομικό μέγεθος των Αγώνων. Αναφερθείτε στις νέες αθλητικές εγκαταστάσεις και στην ανακαίνιση των υφισταμένων (πληροφορίες από τα έντυπα της Οργανωτικής Επιτροπής ΑΘΗΝΑ 2004).

Συζητήστε με τους μαθητές την πρόκληση της φιλοξενίας εκατοντάδων χιλιάδων τουριστών και αναφερθείτε στο μεγάλο αριθμό προγραμμάτων των Ολυμπιακών Αγώνων τα οποία αναπτύσσονται σε χιλιάδες δράσεις. Τα προγράμματα αυτά είναι: Ολυμπιακές εγκαταστάσεις, σχεδιασμός, ανθρώπινοι πόροι, περιβάλλον, αθλήματα, διαχείριση Ολυμπιακού Χωριού, διαχείριση Ολυμπιακών εγκαταστάσεων, ραδιοτηλεοπτική μετάδοση, εισιτήρια, μάρκετινγκ, επικοινωνία, εθελοντές, τελετές, πολιτισμός, εκπαίδευση, λαμπαδηδρομία, φιλοξενία, ασφάλεια, μεταφορά, τεχνολογία, οικονομικές υπηρεσίες, νομικές υπηρεσίες. Υπολογίζεται ότι στα προγράμματα αυτά θα απασχοληθούν την περίοδο 2002-2004 40 έως 65 χιλιάδες άνθρωποι (πρόσθετες θέσεις εργασίας). Στην περίοδο μετά τους Αγώνες (μέχρι το 2010) η πρόσθετη απασχόληση υπολογίζεται να φτάσει στην καλύτερη περίπτωση σε 63 χιλιάδες και στη χειρότερη σε 24 χιλιάδες θέσεις.

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες μπορούν να αποτελέσουν την ευκαιρία για τεχνολογική αναβάθμιση της χώρας, γεγονός που αναμένεται να επισύρει τον εκσυγχρονισμό ιδίως στον τομέα των επικοινωνιών, με περαιτέρω θετικές επιδράσεις στην παραγωγικότητα.

Η κληρονομιά αυτών των Αγώνων μπορεί να είναι μια νέα Ελλάδα με διεθνή προβολή. Μια Ελλάδα με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και δυναμισμό, με αναβαθμισμένη υποδομή, καλύτερο περιβάλλον και ποιότητα ζωής, πληρέστερη απασχόληση εργατικού δυναμικού και υψηλότερους ρυθμούς ανάπτυξης.

Στο τέλος της δραστηριότητας, ρωτήστε τους μαθητές αν μπορούμε ως χώρα να οργανώσουμε με επιτυχία αυτούς τους Αγώνες.

(Η απάντηση είναι ΝΑΙ, αρκεί να:

- σκεφτούμε τι μπορούμε να πετύχουμε για την Ελλάδα και ολόκληρο τον κόσμο
- να συμμετέχουμε σε αυτή την προσπάθεια όλοι μαζί, ενωμένοι.)

## Αγ8

**Δραστηριότητα:** Οφέλη από την ανάληψη των Ολυμπιακών Αγώνων

**Στόχος:** Να ενημερωθούν οι μαθητές για τα οφέλη που θα αποκομίσει η Ελλάδα από τη διοργάνωση των Ολυμπιακών Αγώνων.

**Εξοπλισμός:** Φωτογραφίες από τα έργα υποδομής που γίνονται για τους Ολυμπιακούς Αγώνες (εφημερίδες, περιοδικά, έντυπα της ΑΘΗΝΑ 2004)

**Λέξεις-κλειδιά:** ανάπτυξη, οικονομία, κοινωνία, πολιτισμός

### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, Αναφορές - Προσεγγίσεις, ΑΘΗΝΑ 2004.
2. Ολυμπιακές ματιές, ΑΘΗΝΑ 2004.
3. Athens 2004 Olympic News, Ο.Ε.Ο.Α. ΑΘΗΝΑ 2004 (Τεύχη 1, 2, 3 & 4)
4. <http://www.athens.olympic.org>

## Bγ8 (I)

**Δραστηριότητα:** Ολυμπιακοί Αγώνες και σύγχρονη τεχνολογία

**Στόχος:** Να ερευνήσουν τη σημασία και την εφαρμογή της σύγχρονης τεχνολογίας στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Να μάθουν να εργάζονται ομαδικά και να αναπτύξουν δεξιότητες έρευνας

**Εξοπλισμός:** Η/Υ και όποια υλικά χρειαστούν για την παρουσίαση της εργασίας.

**Λέξεις-κλειδιά:** τεχνολογία, τηλεόραση, τηλεπικοινωνία, υπολογιστές.

**Περισσότερες πληροφορίες:**

1. Ολυμπιακές ματιές (λεύκωμα), ΑΘΗΝΑ 2004.
2. <http://www.athens.olympic.org>
3. <http://www.ert.gr>

Ολυμπιακοί Αγώνες και  
νη τεχνολογία

σύγχρο-

Κάντε μια γενική εισαγωγή στο θέμα της τεχνολογίας και των Ολυμπιακών Αγώνων.

Συζητήστε με τους μαθητές για τους τομείς των Ολυμπιακών Αγώνων όπου η σύγχρονη τεχνολογία έχει άμεση εφαρμογή.

Στη συνέχεια, αφού γίνει ανακεφαλαίωση των όσων ανέφεραν οι μαθητές, πείτε τους να συλλέξουν πληροφορίες για:

1. τη ραδιοτηλεοπτική μετάδοση των Αγώνων
2. τα συστήματα πληροφορικής και μετάδοσης των αποτελεσμάτων
3. τις τηλεπικοινωνίες
4. τα συστήματα επιστημονικής υποστήριξης και παρακολούθησης αθλητών
5. τα συστήματα ελέγχου χρήσης απαγορευμένων ουσιών (ντόπινγκ). Όσα στοιχεία καταφέρουν να συλλέξουν οι μαθητές (φωτογραφίες, κείμενα, διαδίκτυο) να τα παρουσιάσουν σε εκδήλωση του σχολείου. Η παρουσίαση (όπου υπάρχει η δυνατότητα) μπορεί να γίνει από Η/Υ. Εναλλακτικά, οι μαθητές μπορούν να ετοιμάσουν σύντομη ομιλία και να ακολουθήσει έκθεση με σχετικές φωτογραφίες. Η παρουσίαση μπορεί να συνδυαστεί με κάποια ενημέρωση των μαθητών για τις σύγχρονες τεχνολογίες (επαγγελματικός προσανατολισμός).



## Η επιχειρηματική διάσταση των Ολυμπιακών Αγώνων

Συζητήστε με τους μαθητές για ποιο λόγο, κατά τη γνώμη τους, οι εταιρείες ενδιαφέρονται για τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Ρωτήστε τους αν γνωρίζουν για τα χορηγικά προγράμματα των Ολυμπιακών Αγώνων. Στη συνέχεια, πείτε στους μαθητές να συλλέξουν πληροφορίες:

- για το Ολυμπιακό χορηγικό πρόγραμμα
- για το Χορηγικό πρόγραμμα της Οργανωτικής Επιτροπής ΑΘΗΝΑ 2004
- για τις εταιρείες που επενδύουν στη διοργάνωση των Ολυμπιακών Αγώνων
- για τα οφέλη από τις χορηγίες των πόλεων που διοργανώνουν τους Αγώνες
- για τα οφέλη των αθλητών από τις χορηγίες

Αφού οι μαθητές συλλέξουν τις παραπάνω πληροφορίες και τις παρουσιάσουν στην τάξη, μπορούν να κάνουν μια εργασία για το Χορηγικό Πρόγραμμα των Αγώνων της Αθήνας. Στην εργασία τους να προτείνουν τις εταιρείες ή τα προϊόντα που θα προτιμούσαν να είναι υποστηρικτές των Ολυμπιακών Αγώνων της Αθήνας το 2004. Η εργασία μπορεί να έχει τη μορφή που επιθυμούν οι μαθητές (γραπτή έκθεση, αφίσα, προφορική παρουσίαση). Επιπλέον, ως πρακτική εξάσκηση, προτείνετε στους μαθητές να βρουν χορηγούς ή να κάνουν προτάσεις χορηγίας σε επιχειρηματίες για εκδηλώσεις του σχολείου τους.

### Βγ8 (II)

**Δραστηριότητα:** Η επιχειρηματική διάσταση των Ολυμπιακών Αγώνων

**Στόχος:** Να ερευνήσουν τη σχέση των εταιρειών/επιχειρήσεων με τους Ολυμπιακούς Αγώνες.

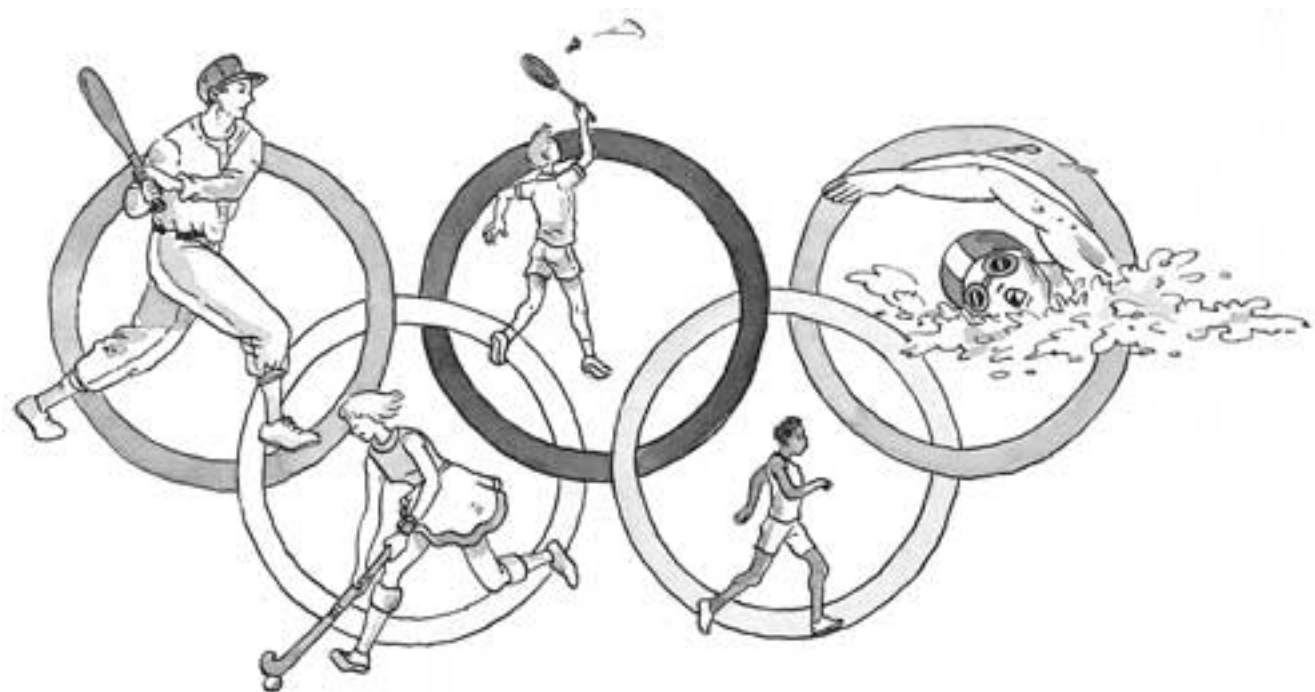
**Εξοπλισμός:** Η/Υ και όποια υλικά χρειαστούν για την παρουσίαση της εργασίας.

**Λέξεις-κλειδιά:** εμπορευματοποίηση, εταιρική χορηγία, ραδιοτηλεοπτικά δικαιώματα.

#### Περισσότερες πληροφορίες:

1. Ολυμπιακοί Αγώνες, ΑΘΗΝΑ 2004
2. Ολυμπιακές ματιές (λεύκωμα), ΑΘΗΝΑ 2004.
3. <http://www.athens.olympic.org>









Αποστηθισμένες  
εκτός σχολείου



## Γνωριμία με τα αγωνίσματα του υγρού στίβου

Φροντίζουμε να εξασφαλίσουμε γραπτή έγκριση από τη διεύθυνση του αθλητικού κέντρου και από τους προπονητές, για την απρόσκοπτη και ασφαλή προσέλευση και άσκηση των μαθητών. Η επίσκεψη μπορεί να περιλαμβάνει μόνο ενημέρωση και ξενάγηση ή και πρακτική εξάσκηση αν το επιτρέπουν οι συνθήκες.

### Θεωρητική προσέγγιση

- Ενημέρωση για:
  - α) τα Ολυμπιακά αθλήματα που διεξάγονται σε πισίνα
  - β) τα αθλήματα που καλλιεργούνται από τους αθλητικούς συλλόγους του κέντρου και
  - γ) τους χώρους του κολυμβητηρίου, τις ώρες λειτουργίας, τις προϋποθέσεις για την ασφαλή είσοδο στο νερό.
- Βασικές απαιτήσεις και χαρακτηριστικά της προπόνησης.
- Επίδειξη από αθλητές του συλλόγου των τεχνικών στα διάφορα αθλήματα.
- Συζήτηση με τους προπονητές και τους αθλητές για θέματα που σχετίζονται με κάθε άθλημα (προπόνηση, κανονισμοί, επιλογή αθλητών, προσόντα κ.ά.).
- Χωρισμός ομάδων κατά επίπεδο ικανότητας για την οργάνωση της πρακτικής εξάσκησης.

### Εφαρμογή

- Ενημέρωση για τους κανονισμούς του κολυμβητηρίου (καθαριότητα μέσα και έξω από το νερό, προσέχουμε τους διπλανούς μας, δεν κάνουμε επικίνδυνα αστεία κ.λπ.)
- Φοράμε μαγιό και σκουφάκι
- Κάνουμε μπάνιο πριν και μετά τη δραστηριότητα
- Ακολουθούμε τη διαδρομή για την πισίνα χωρίς να τρέχουμε
- Στο τέλος των δραστηριοτήτων στεγνώνουμε τα μαλλιά, μαζεύουμε με προσοχή τα πράγματά μας και το τμήμα μας συγκεντρώνεται σε προκαθορισμένο σημείο.

### Χρήσιμες συμβουλές για τον τρόπο παρουσίασης

- Πριν από την προσέλευση στο κολυμβητήριο πρέπει να έχει γίνει η σχετική προεργασία στο σπίτι ή στο σχολείο, ώστε οι μαθητές να έχουν ορισμένες βασικές γνώσεις γύρω από τα αθλήματα πισίνας.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή όλων των παιδιών, και κυρίως των υποκινητικών και των κοριτσιών – δώστε κίνητρα για συμμετοχή στο πρακτικό μέρος.
- Φροντίστε οι δραστηριότητες του πρακτικού μέρους να είναι ψυχαγωγικές και κατάλληλες για όλα τα παιδιά. Τονίστε ότι για κάποια παιδιά (σε σχέση με το σωματότυπο και τις ιδιαίτερες ικανότητές τους) τα σπορ στο νερό θα μπορούσαν να είναι η πιο ενδεδειγμένη λύση τόσο για την αύξηση της φυσικής δραστηριότητας όσο και για αγωνιστικό αθλητισμό.

### Υγρός στίβος

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με αθλήματα πισίνας.

**Εξοπλισμός:** Οι μαθητές πρέπει να φέρουν μαζί τους:

- μαγιό
- σκουφάκι για την πισίνα
- παντόφλες μπάνιου
- σκουφάκι για μετά το μπάνιο ή στεγνωτήρα μαλλιών
- μια μεγάλη πετσέτα ή μπουνούζι μπάνιου
- σαπούνι ή σαμπουάν

### Προϋποθέσεις συμμετοχής - Ασφάλεια

- Έγγραφο συγκατάθεση των γονέων
- Να μην υπάρχει πρόβλημα υγείας
- Να έχουν περάσει τρεις ώρες από το τελευταίο γεύμα

**Σκοπός της δραστηριότητας:** Στο τέλος της δραστηριότητας οι μαθητές πρέπει να έχουν:

- α) γνωρίσει τα Ολυμπιακά ατομικά και ομαδικά αθλήματα πισίνας (κολύμβηση, καταδύσεις, πόλο)
- β) αποκτήσει, αν είναι εφικτό, στοιχειώδη πρακτική εμπειρία σε κάποια από αυτά και
- γ) γνωρίσει τις δυνατότητες που προσφέρονται στην περιοχή τους για τακτική συμμετοχή (για αναψυχή ή σε οργανωμένους αθλητικούς συλλόγους).

### Σημεία για συζήτηση

- Ιστορικά στοιχεία εξέλιξης των τεχνικών κολύμβησης.
- Ονομαστοί διεθνείς και Έλληνες πρωταθλητές / Ολυμπιονίκες

### Υλικό υποστήριξης της διδασκαλίας

- α) Sites: <http://www.athens.olympic.org>  
<http://www.sportsnet.gr>  
<http://www.sportinglife.com>  
<http://www.sport.gov.gr>

Λέξεις-κλειδιά: swimming, water sports, dive, water polo, Hellenic Swimming Federation

- β) Βιβλιογραφία: *Τα Ολυμπιακά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004.

## Κωπηλασία και ιστιοπλοΐα

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με τα αθλήματα της ιστιοπλοΐας και της κωπηλασίας.

**Εξοπλισμός:** Ό,τι ορίσουν οι προπονητές, ανάλογα με το άθλημα.

**Προϋποθέσεις συμμετοχής - Ασφάλεια:**

- Έγγραφο συγκατάθεση των γονέων
- Να μην υπάρχει απαλλαγή από το μάθημα της Φ.Α.

**Σκοπός της δραστηριότητας:** Στο τέλος της δραστηριότητας οι μαθητές (δημοτικού / γυμνασίου) πρέπει να έχουν:

- α) γνωρίσει τα Ολυμπιακά αγωνίσματα της κωπηλασίας και της ιστιοπλοΐας,
- β) αποκτήσει, αν είναι εφικτό, στοιχειώδη πρακτική εμπειρία σε σχέση με κάποιο από αυτά,
- γ) γνωρίσει τις δυνατότητες που προσφέρονται στην περιοχή τους για τακτική συμμετοχή (για αναψυχή ή σε οργανωμένους αθλητικούς συλλόγους).

### Σημεία για συζήτηση:

- Ιστορικά στοιχεία των αγωνισμάτων
- Οι δυνατότητες της Ελλάδας ως ναυτικής χώρας

### Υλικό υποστήριξης της διδασκαλίας:

- α) Sites: <http://www.athens.olympic.org>  
<http://www.fisa.org>  
<http://www.rowing.org.gr>  
<http://www.sportsib.com>  
<http://www.sport.gov.gr>

Λέξεις-κλειδιά: rowing, sailing

- β) Βιβλιογραφία: *Τα Ολυμπιακά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004.

## Γνωριμία με την κωπηλασία και την ιστιοπλοΐα\*

Πρέπει να έχει προηγηθεί γραπτή έγκριση από τη διεύθυνση του αθλητικού κέντρου που αναπτύσσει κάποιο/α από τα παραπάνω αθλήματα και από τους προπονητές των συλλόγων για να διασφαλιστεί η απρόσκοπτη και ασφαλής προσέλευση και εξάσκηση των μαθητών. Η επίσκεψη μπορεί να περιλαμβάνει μόνο ενημέρωση και ξενάγηση ή και πρακτική εξάσκηση αν το επιτρέπουν οι συνθήκες. Προτεινόμενες δραστηριότητες:

### Θεωρητική προσέγγιση

- Ενημέρωση
  - α) για τα Ολυμπιακά αθλήματα της κωπηλασίας και της ιστιοπλοΐας
  - β) για την ανάπτυξη αυτών των αθλημάτων στη χώρα μας.
- Βασικές απαιτήσεις και χαρακτηριστικά της προπόνησης.
- Επίδειξη από αθλητές του συλλόγου.
- Συζήτηση με τους προπονητές και τους αθλητές σε θέματα που σχετίζονται με κάθε άθλημα (προπόνηση, κανονισμοί, επιλογή αθλητών, προσόντα κ.ά.).
- Χωρισμός ομάδων για την οργάνωση της πρακτικής εξάσκησης.

### Εφαρμογή

- Χώροι προπόνησης και μέσα (σκάφη - χώροι προπόνησης και αγώνων - βοηθητικοί χώροι).
- Πρακτική συμμετοχή των παιδιών σε δραστηριότητες που οργάνωσαν οι προπονητές/εκπαιδευτές (ετοιμασία σκαφών, μέρη του σκάφους κ.ά.). Ειδικά για την κωπηλασία προτείνεται η συμμετοχή των παιδιών σε μια υποδειγματική «κυκλική προπόνηση» προσαρμοσμένη στο αγώνισμα, για να διαπιστώσουν τις ομοιότητες και διαφορές με το αντίστοιχο σχολικό μάθημα (προτείνεται εξάσκηση στο κωπηλατοεργόμετρο).
- Δοκιμή όσων επιθυμούν στα ορτμιστ ή διαδρομή με σκάφος ανοικτής θάλασσας.
- Πληροφορίες για ενασχόληση σε αγωνιστικό επίπεδο (σύλλογοι, τηλέφωνα, διευθύνσεις για πληροφορίες κ.λπ.).

**Σημείωση:** Το παραπάνω αποτελεί απλώς ένα περίγραμμα της εκδήλωσης. Ο σύλλογος, όμως, μπορεί να χρησιμοποιήσει άλλη πρακτική αν θεωρεί ότι είναι αποτελεσματικότερη για την εκδήλωση.

### Χρήσιμες συμβουλές για τον τρόπο παρουσίασης

- Πριν την προσέλευση στο αθλητικό κέντρο πρέπει να έχει προηγηθεί σχετική προετοιμασία στο σπίτι ή στο σχολείο, ώστε οι μαθητές να έχουν ορισμένες βασικές γνώσεις γύρω από τα αθλήματα αυτά.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή όλων των παιδιών και δώστε κίνητρα για συμμετοχή στο πρακτικό μέρος.

\* Η ενότητα αυτή θα υλοποιηθεί σε διαφορετικές ώρες για κάθε άθλημα.

## Γνωριμία με αγωνίσματα ιππασίας

Πρέπει να έχει προηγηθεί έγγραφη έγκριση από τη διεύθυνση του ιππικού ομίλου και τους προπονητές για την απρόσκοπτη και ασφαλή προσέλευση και άσκηση των μαθητών. Η επίσκεψη μπορεί να περιλαμβάνει μόνο ενημέρωση και ξενάγηση ή και πρακτική εξάσκηση αν το επιτρέπουν οι συνθήκες. Ορισμένες προτεινόμενες δραστηριότητες θα μπορούσαν να είναι:

### Θεωρητική προσέγγιση

- Ενημέρωση για:
  - α) τα Ολυμπιακά αγωνίσματα της ιππασίας (ατομικά και σύνθετα όπως το μοντέρνο πένταθλο)
  - β) τα αγωνίσματα που καλλιεργούνται από τους αθλητικούς συλλόγους στη χώρα μας και στην περιοχή του σχολείου.
- Βασικές απαιτήσεις και χαρακτηριστικά της προπόνησης των αθλητών και των αλόγων. Η ιππασία ως φυσική δραστηριότητα και ως αγώνισμα. Τι προσφέρει ως μορφή άσκησης;
- Συζήτηση με τους προπονητές και τους αθλητές για θέματα που σχετίζονται με κάθε αγώνισμα (προπόνηση, κανονισμοί, επιλογή αθλητών, προσόντα).
- Προσόντα για αναψυχή και αγωνιστικό αθλητισμό (ο ρόλος της ηλικίας, της φυσικής κατάστασης, του ταλέντου, του εξοπλισμού).
- Χωρισμός ομάδων για την οργάνωση της πρακτικής εξάσκησης.

### Εφαρμογή

- Επίδειξη από αθλητές του συλλόγου
- Χώροι προπόνησης και μέσα (εξοπλισμός - στάβλοι - χώροι προπόνησης και αγώνων - βοηθητικοί χώροι ομίλου).
- Πρακτική συμμετοχή των παιδιών σε δραστηριότητες που οργάνωσαν οι προπονητές/εκπαιδευτές. Χάιδεμα - τάισμα - σκούπισμα - σέλωμα των αλόγων.
- Δοκιμαστική βόλτα από εθελοντές (αν είναι δυνατό).
- Πληροφορίες για ενασχόληση σε αγωνιστικό επίπεδο (σύλλογοι, τηλεφωνα, διευθύνσεις για πληροφορίες κ.λπ.).

### Χρήσιμες συμβουλές για τον τρόπο παρουσίασης

- Πριν από την προσέλευση στον ιππικό όμιλο πρέπει να έχει γίνει σχετική προεργασία στο σπίτι ή στο σχολείο, ώστε οι μαθητές να έχουν ορισμένες βασικές γνώσεις γύρω από τα αθλήματα αυτά.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή όλων των παιδιών. Σε συνεργασία με το δάσκαλο ή το φιλόλογο, οι μαθητές μπορούν να γράψουν έκθεση για τις εντυπώσεις τους από την επίσκεψη.

### Ιππασία

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με τα αγωνίσματα της ιππασίας

**Εξοπλισμός:** δεν απαιτείται

**Προϋποθέσεις συμμετοχής - Ασφάλεια:**

- Έγγραφη συγκατάθεση των γονέων

**Σκοπός της δραστηριότητας:** Στο τέλος της δραστηριότητας οι μαθητές (δημοτικού/γυμνασίου) πρέπει να έχουν:

- α) γνωρίσει τα Ολυμπιακά αγωνίσματα της ιππασίας,
- β) αποκτήσει τη βασική εξοικείωση με το άλογο
- γ) γνωρίσει τις δυνατότητες που προσφέρονται στην περιοχή τους για εξάσκηση.

### Σημεία για συζήτηση:

- Ιστορικά στοιχεία των αγωνισμάτων

### Υλικό υποστήριξης της διδασκαλίας:

- α) Sites: <http://www.athens.olympic.org>  
<http://www.bhs.org.uk>  
<http://www.studyweb.com>  
<http://www.sport.gov.gr>

Λέξεις-κλειδιά: rowing, sailinghorse riding, modern pentathlon

- β) Βιβλιογραφία: *Τα Ολυμπιακά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004.

## Πολεμικές τέχνες

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με τα αθλήματα του ταικβοντό και του τζούντο.

**Εξοπλισμός:** Οι μαθητές πρέπει να φέρουν μαζί τους:

- Αθλητικές φόρμες και παπούτσια

**Προϋποθέσεις συμμετοχής - Ασφάλεια:**

- Να μην υπάρχει πρόβλημα υγείας ή κάποιο ιδιαίτερο κινητικό πρόβλημα

**Σκοπός της δραστηριότητας:** Στο τέλος της δραστηριότητας οι μαθητές πρέπει να έχουν γνωρίσει:

- α) ορισμένα βασικά στοιχεία της ατομικής τεχνικής και των κανονισμών και
- β) τις δυνατότητες που προσφέρονται στην περιοχή τους για τακτική συμμετοχή.

### Σημεία για συζήτηση:

- Ιστορικά στοιχεία για τη γέννηση και εξέλιξη των αθλημάτων.
- Ονομαστοί διεθνείς και Έλληνες πρωταθλητές/Ολυμπιονίκες

### Υλικό υποστήριξης της διδασκαλίας:

- α) Sites: <http://www.athens.olympic.org>  
<http://www.judo.org.gr>  
<http://www.sport.gov.gr>

Λέξεις-κλειδιά: judo, tae kwon do, Hellenic Federation

- β) Βιβλιογραφία: *Τα Ολυμπιακά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004.

## Γνωριμία με τις πολεμικές τέχνες\*

Η δραστηριότητα μπορεί να διεξαχθεί στο σχολείο μετά από πρόσκληση συγκεκριμένων προπονητών/αθλητών ή στις εγκαταστάσεις των αθλητικών συλλόγων της περιοχής. Και στις δύο περιπτώσεις πρέπει να προηγηθεί έγγραφη συνεννόηση για την απρόσκοπτη πραγματοποίηση της εκδήλωσης. Το μάθημα θα περιλαμβάνει τόσο θεωρητική παρουσίαση και επίδειξη από αθλητές όσο κι ένα πρακτικό μέρος όπου θα συμμετέχουν όλοι οι μαθητές.

### Θεωρητική προσέγγιση

- Σύντομη ενημέρωση για την ιστορία του αθλήματος, εξήγηση των βασικών κανονισμών και των βασικών απαιτήσεων της προπόνησης.
- Επίδειξη από αθλητές της βασικής τεχνικής ή των βασικών χτυπημάτων.
- Συζήτηση με τους προπονητές και τους αθλητές για θέματα που σχετίζονται με το άθλημα (προπόνηση, κανονισμοί, επιλογή αθλητών, προσόντα κ.ά.).

### Εφαρμογή

- Στο πρακτικό μέρος θα γίνει μάθημα γνωριμίας με το άθλημα ή τα αθλήματα.

### Χρήσιμες συμβουλές για τον τρόπο παρουσίασης

- Καλό θα ήταν να έχει προηγηθεί σχετική προεργασία στο σπίτι ή στο σχολείο, ώστε οι μαθητές να έχουν ορισμένες βασικές γνώσεις γύρω από το άθλημα.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή όλων των παιδιών στο πρακτικό μέρος.
- Φροντίστε οι δραστηριότητες του πρακτικού μέρους να είναι ψυχαγωγικές και κατάλληλες για όλα τα παιδιά. Τονίστε ότι για κάποια παιδιά η ενασχόληση με τα συγκεκριμένα αθλήματα θα ήταν ιδανική λύση για αύξηση της φυσικής τους δραστηριότητας και της ικανότητάς τους για απόδοση σε αγωνιστικό επίπεδο.
- Συζητήστε τη δυνατότητα ενασχόλησης με τα αθλήματα αυτά στην περιοχή του σχολείου, σε συλλόγους και ιδιωτικά γυμναστήρια.

\* Η ενότητα αυτή θα υλοποιηθεί σε διαφορετικές ώρες για κάθε άθλημα.

## Γνωριμία με τη σκοποβολή ή την τοξοβολία\*

Η δραστηριότητα μπορεί να διεξαχθεί στο σχολείο μετά από πρόσκληση συγκεκριμένων προπονητών/αθλητών ή στα σκοπευτήρια της περιοχής. Και στις δύο περιπτώσεις πρέπει να προηγηθεί έγγραφη συνεννόηση για την απρόσκοπτη πραγματοποίηση της εκδήλωσης. Το μάθημα θα περιλαμβάνει τόσο θεωρητική παρουσίαση και επίδειξη από αθλητές όσο και ένα πρακτικό μέρος όπου θα συμμετάσχουν όσοι μαθητές το επιθυμούν. Προτεινόμενες δραστηριότητες (ενδεικτικά):

### Θεωρητική προσέγγιση

- Σύντομη ενημέρωση για την ιστορία των αγωνισμάτων - εξήγηση των βασικών κανονισμών και των απαιτήσεων της προπόνησης.
- Επίδειξη από αθλητές της βασικής τεχνικής.
- Συζήτηση με τους προπονητές και τους αθλητές για θέματα που σχετίζονται με το άθλημα (προπόνηση, κανονισμούς, επιλογή αθλητών, προσόντα κ.ά.).

### Εφαρμογή

- Στο πρακτικό μέρος θα γίνει «μάθημα» γνωριμίας με το άθλημα (ψηλάφηση των όπλων, μέτρα ασφάλειας, συντήρηση κ.ά.). Στις περιπτώσεις που η δραστηριότητα διεξαχθεί σε σκοπευτήριο, προτείνεται η πρακτική συμμετοχή των μαθητών σε ρίψεις σε αγωνιστικούς στόχους.

### Χρήσιμες συμβουλές για τον τρόπο παρουσίασης

- Καλό θα ήταν να έχει προηγηθεί σχετική προεργασία στο σπίτι ή στο σχολείο, ώστε οι μαθητές να έχουν κάποιες βασικές γνώσεις.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή όλων των παιδιών στο πρακτικό μέρος.
- Φροντίστε οι δραστηριότητες του πρακτικού μέρους να είναι ψυχαγωγικές και κατάλληλες για όλα τα παιδιά. Τονίστε ότι για κάποια παιδιά η ενασχόληση με τα συγκεκριμένα αθλήματα θα ήταν ιδανική λύση για αυτοσυγκέντρωση και ψυχική ξεκούραση.
- Συζητήστε τη δυνατότητα ενασχόλησης με τα αθλήματα αυτά στην περιοχή του σχολείου, σε σκοπευτήρια.

### Σκοποβολή / τοξοβολία

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με αθλήματα της σκοποβολής και με της τοξοβολίας.

**Εξοπλισμός:** Δεν απαιτείται ιδιαίτερος εξοπλισμός.

**Προϋποθέσεις συμμετοχής - Ασφάλεια:**

- Έγγραφη άδεια γονέων στην περίπτωση που το μάθημα διεξαχθεί εκτός σχολείου.

**Σκοπός της δραστηριότητας:** Στο τέλος του μαθήματος οι μαθητές πρέπει να γνωρίζουν:

- α) τα επίσημα Ολυμπιακά αγωνίσματα σκοποβολής κατά φύλο (πιστόλι, τουφέκι, σύνθετα αθλήματα π.χ. μοντέρνο πένταθλο),
- β) ορισμένα βασικά στοιχεία των κανονισμών,
- γ) τις δυνατότητες που προσφέρονται στην περιοχή τους για συμμετοχή σε ψυχαγωγικό ή αγωνιστικό επίπεδο.

### Σημεία για συζήτηση:

- Ιστορικά στοιχεία γέννησης και εξέλιξης των αθλημάτων.

### Υλικό υποστήριξης της διδασκαλίας:

- α) Sites: <http://www.athens.olympic.org>  
<http://www.fca.ca>  
<http://www.sport.gov.gr>

Λέξεις-κλειδιά: judo, tae kwon do, Hellenic Federation archery, shooting, Hellenic Federation

- β) Βιβλιογραφία: *Τα Ολυμπιακά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004.

\* Η ενότητα αυτή θα υλοποιηθεί σε διαφορετικές ώρες για κάθε άθλημα.

## Πάλη

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με το άθλημα της πάλης.

**Εξοπλισμός:** Οι μαθητές πρέπει να φέρουν μαζί τους: αθλητικά ρούχα

**Προϋποθέσεις συμμετοχής - Ασφάλεια:**

- Να μην υπάρχει πρόβλημα υγείας
- Να μη φορούν κοσμήματα (ρολόγια, σκουλαρίκια κ.ά.) που μπορεί να τους τραυματίσουν

**Σκοποί της δραστηριότητας:** Στο τέλος της δραστηριότητας, οι μαθητές πρέπει να έχουν:

- α) γνωρίσει τους βασικούς κανονισμούς των Ολυμπιακών αθλημάτων της πάλης, ιστορικά στοιχεία και διάσημους αθλητές της αρχαιότητας και των σύγχρονων Αγώνων,
- β) αποκτήσει, αν είναι εφικτό, στοιχειώδη πρακτική εμπειρία και
- γ) γνωρίσει τις δυνατότητες που προσφέρονται στην περιοχή τους για τακτική συμμετοχή σε οργανωμένους αθλητικούς συλλόγους.

**Σημεία για συζήτηση:**

- Ιστορικά στοιχεία εξέλιξης των τεχνικών.
- Ονομαστού διεθνείς και Έλληνες πρωταθλητές/Ολυμπιονίκες

**Υλικό υποστήριξης της διδασκαλίας**

- α) Sites: <http://www.athens.olympic.gr>  
<http://www.wwf.com>  
<http://www.sport.gov.gr>

Λέξεις-κλειδιά: wrestling

- β) Βιβλιογραφία: *Τα Ολυμπιακά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004.

## Γνωριμία με την πάλη

Αυτή η μέρα δοκιμής θα οργανωθεί σε συνεργασία με κάποιον τοπικό αθλητικό σύλλογο (αν υπάρχει αυτή η δυνατότητα) ή με κάποιο υπεύθυνο της ομοσπονδίας (στέλεχος, προπονητή ή καταξιωμένο αθλητή) στις εγκαταστάσεις του σχολείου. Στην περίπτωση που η εκδήλωση πραγματοποιηθεί εκτός σχολείου, πρέπει να έχει προηγηθεί έγγραφη έγκριση από τη διεύθυνση του αθλητικού κέντρου και από τους προπονητές για την απρόσκοπτη και ασφαλή προσέλευση και εξάσκηση των μαθητών. Η δραστηριότητα θα ήταν καλό να περιλαμβάνει:

- α) ενημέρωση από κάποιον ειδικό ή από τη μαθητική ομάδα που θα έχει ήδη προετοιμάσει το θέμα,
- β) επίδειξη από ομάδα αθλητών σε διάφορες λαβές/τεχνικές,
- γ) συμμετοχή των αγοριών (και των κοριτσιών που το επιθυμούν) σε πρακτική εξάσκηση.

### Θεωρητική προσέγγιση

- Ενημέρωση για τα Ολυμπιακά αθλήματα της πάλης - επίδειξη φωτογραφικού υλικού ή ταινίας.
- Βασικές απαιτήσεις και χαρακτηριστικά της προπόνησης.
- Επίδειξη από αθλητές των τεχνικών και των κανόνων ανάδειξης του νικητή.
- Συζήτηση με τους προπονητές και τους αθλητές για θέματα προπόνησης, κανονισμών, επιλογής αθλητών κ.ά.

### Εφαρμογή

Ασκήσεις και δραστηριότητες γνωριμίας (με συνασκούμενο ή κούκλα).

### Χρήσιμες συμβουλές για τον τρόπο παρουσίασης

- Τονίστε τη σπουδαιότητα της πάλης και της σωματικής ρώμης στους αρχαίους χρόνους ως μέριμνα της εκπαίδευσης του σώματος αλλά και του χαρακτήρα. Δείξτε ότι η πάλη δεν έχει σχέση με καβγά ή αντιδικία μεταξύ των αντιπάλων, αλλά είναι ένα άθλημα που απαιτεί άριστη αυτοσυγκέντρωση και συνεργασία μυαλού και σώματος.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή όλων των παιδιών στο πρακτικό μέρος.
- Φροντίστε οι δραστηριότητες του πρακτικού μέρους να είναι ψυχαγωγικές και κατάλληλες για όλα τα παιδιά χωρίς κίνδυνο τραυματισμού. Τονίστε ότι για κάποια παιδιά (σε σχέση με το σωματότυπο και το σωματικό βάρος τους) η πάλη θα μπορούσε να είναι μια άριστη δραστηριότητα για άσκηση και για αθλητική απόδοση.



## Γνωριμία με την αντισφαίριση

Αυτή η μέρα δοκιμής θα οργανωθεί σε συνεργασία με κάποιο τοπικό αθλητικό σύλλογο (αν υπάρχει αυτή η δυνατότητα) ή σε συνεργασία με κάποιο υπεύθυνο της ομοσπονδίας (στέλεχος, προπονητή, ή καταξιωμένο αθλητή). Στην περίπτωση που η εκδήλωση πραγματοποιηθεί εκτός σχολείου, πρέπει να έχει προηγηθεί έγγραφη έγκριση από τη διεύθυνση του αθλητικού κέντρου και από τους προπονητές για την απρόσκοπτη και ασφαλή προσέλευση και άσκηση των μαθητών. Η επίσκεψη θα ήταν καλό να περιλαμβάνει:

- α) ενημέρωση από κάποιον ειδικό,
- β) επίδειξη από ομάδα αθλητών,
- γ) συμμετοχή όλων των μαθητών σε πρακτική εφαρμογή.

### Θεωρητική προσέγγιση

- Ενημέρωση για τα ιστορικά στοιχεία του αθλήματος και τις σύγχρονες διεθνείς διοργανώσεις.
- Κανονισμοί - κριτές (μέτρημα πόντων) σε ένα παιχνίδι (game).
- Επίδειξη από αθλητές των βασικών χτυπημάτων – service.
- Συζήτηση με τους προπονητές και τους αθλητές για θέματα που αφορούν σε κάθε άθλημα (προπόνηση, κανονισμοί, επιλογή αθλητών, πρόσόντα κ.ά.)

### Εφαρμογή

- Εξοικείωση με τη ρακέτα - λαβή - έλεγχος της μπάλας
- Συνασκήσεις σε ζευγάρια

### Χρήσιμες συμβουλές για τον τρόπο παρουσίασης

- Τονίστε ότι η αντισφαίριση είναι ένα παιχνίδι που μπορεί να εκτελείται διά βίου από τον καθένα. Δεν απαιτούνται πολλοί παίκτες, συνεισφέρει ιδιαίτερα στη βελτίωση της αντίληψης, της αντοχής και της δύναμης, ενώ η τεχνική του στο βασικό επίπεδο δεν είναι ιδιαίτερα πολύπλοκη. Αυτά τα χαρακτηριστικά το καθιστούν κατάλληλο για ανθρώπους όλων των ηλικιών και ικανοτήτων.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή όλων των παιδιών στο πρακτικό μέρος (με έμφαση στα κορίτσια και τα υποκινητικά ή υπέρβαρα παιδιά).

### Αντισφαίριση

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με το άθλημα της αντισφαίρισης.

**Εξοπλισμός:** Οι μαθητές πρέπει να φέρουν μαζί τους: αθλητικά ρούχα - μια οποιαδήποτε ρακέτα.

**Προϋποθέσεις συμμετοχής - Ασφάλεια:**

- Να μην υπάρχει πρόβλημα υγείας

**Σκοποί της δραστηριότητας:** Στο τέλος του μαθήματος οι μαθητές πρέπει να έχουν:

- α) γνωρίσει τους βασικούς κανονισμούς της αντισφαίρισης,
- β) αποκτήσει πρακτική εμπειρία και
- γ) γνωρίσει τις δυνατότητες που προσφέρονται στην περιοχή τους για τακτική συμμετοχή σε οργανωμένους αθλητικούς συλλόγους ή για αναψυχή.

### Σημεία για συζήτηση:

- Ιστορικά στοιχεία για την εξέλιξη του αθλήματος.

### Υλικό υποστήριξης της διδασκαλίας:

- α) Sites: <http://www.athens.olympic.org>  
<http://www.itftennis.com>  
<http://www.sport.gov.gr>

Λέξεις-κλειδιά: tennis, International Tennis Federation.

- β) Βιβλιογραφία: Τα Ολυμπιακά Αθλήματα, ΑΘΗΝΑ 2004.

### Τρίαθλο

**Στόχος:** Γνωριμία των μαθητών με το άθλημα του τρίαθλου.

**Εξοπλισμός:** Οι μαθητές πρέπει να φέρουν μαζί τους: αθλητικά ρούχα, στεγνή φανέλα, ποδήλατο.

**Προϋποθέσεις συμμετοχής - Ασφάλεια:**

- Να μην υπάρχει πρόβλημα υγείας

**Σκοποί της δραστηριότητας:** Στο τέλος της δραστηριότητας οι μαθητές πρέπει να έχουν:

- a) γνώρισε τους κανονισμούς διεξαγωγής του τρίαθλου και
- β) αποκτήσει πρακτική εμπειρία όσον αφορά στις απαιτήσεις του αγώνισματος.

**Σημεία για συζήτηση:**

- Ιστορικά στοιχεία εξέλιξης του αθλήματος
- Διάρθρωση προπόνησης

**Υλικό υποστήριξης της διδασκαλίας:**

- a) Sites: <http://www.athens.olympic.org>  
<http://triathletes.com/links>  
<http://www.sport.gov.gr>

Λέξεις-κλειδιά: triathlon, iron man, triathlete

- β) Βιβλιογραφία: *Τα Ολυμπικά Αθλήματα*, ΑΘΗΝΑ 2004.

## Γνωριμία με το τρίαθλο

Αυτή η μέρα δοκιμής θα οργανωθεί στο περιβάλλον του σχολείου ως:

- a) ώρα ενταγμένη στο τυπικό σχολικό πρόγραμμα ή
- β) μέρος του προγράμματος κινητικών δραστηριοτήτων ως επιπλέον ώρα.

Στην περίπτωση που η εκδήλωση πραγματοποιηθεί εκτός σχολείου, πρέπει να έχει εξασφαλιστεί η ασφαλής διεξαγωγή του πρακτικού μέρους, ειδικά σε ό,τι αφορά τη διεξαγωγή του αγώνισματος της ποδηλασίας.

### Θεωρητική προσέγγιση

- Ενημέρωση για τα ιστορικά στοιχεία του αθλήματος.
- Κανονισμοί - αγώνισματα.
- Συζήτηση για θέματα που σχετίζονται με την προπόνηση, την επιλογή των αθλητών και τα προσόντα τους κ.ά.

### Εφαρμογή

Στο πρακτικό μέρος της δραστηριότητας όλοι οι μαθητές θα συμμετέχουν στη διεξαγωγή ενός διάθλου ή τρίαθλου στο οποίο, για πρακτικούς λόγους, η κολύμβηση ή θα εξαιρεθεί ή θα αντικατασταθεί με κάποιο άλλο ατομικό αγώνισμα διάρκειας (π.χ. ρόλερ). Σκοπός του πρακτικού μέρους είναι να καταλάβουν οι μαθητές τις απαιτήσεις του αγώνισματος, το ρόλο της ατομικής τακτικής στην οικονομία δυνάμεων και τη διαδικασία ανάδειξης των νικητών. Οι συμμετέχοντες πρέπει να επιδιώξουν την επιτυχή συμμετοχή στο διάθλο ή στο τρίαθλο και όχι τη διάκριση.

### Χρήσιμες συμβουλές για τον τρόπο παρουσίασης

- Εξηγήστε στα παιδιά γιατί οι τριαθλητές ονομάζονται και "iron men".
- Τονίστε ότι η εξάσκηση στα αγώνισματα του τρίαθλου βελτιώνει αποτελεσματικά στον έλεγχο του σωματικού βάρους. Το γεγονός ότι η προπόνηση διεξάγεται σε ανοιχτό χώρο και δεν απαιτούνται υποδομή ή συμπαίκτες καθιστά το τρίαθλο ιδανική δραστηριότητα για όλους τους νέους ανθρώπους.





## Διαδικασία αξιολόγησης

Η αξιολόγηση του Προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας έχει διερευνητικό χαρακτήρα και στη φάση αυτή πραγματοποιείται από τους καθηγητές Φυσικής Αγωγής και τους μαθητές. Στην πραγματικότητα είναι μια διαδικασία εσωτερικής αξιολόγησης του προγράμματος από τους ίδιους τους συντελεστές του με σκοπό τη βελτίωση του.

ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΝΑ ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΤΕ ΟΣΟ ΓΙΝΕΤΑΙ ΠΙΟ ΠΙΣΤΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ ΠΟΥ ΕΧΕΤΕ ΛΑΒΕΙ. ΣΤΗΝ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΦΟΡΜΑΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΤΗΝ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ.

Με βάση τα στοιχεία που θα προκύψουν από την αξιολόγηση το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας θα συντάξει εκθέσεις για κάθε νομό και για όλο το πρόγραμμα συνολικά. Οι εκθέσεις θα έχουν σκοπό να καταγράψουν την πορεία του προγράμματος και να κάνουν προτάσεις για τη βελτίωσή του.

Τα έντυπα είναι 6:

- Το έντυπο 1 συμπληρώνεται από τον ΚΦΑ και αποτελεί τη φόρμα καταγραφής των δραστηριοτήτων που έχουν πραγματοποιηθεί και μένει στο αρχείο του. Ένα αντίγραφο του το παραδίδει στο διευθυντή του σχολείου στο τέλος του Προγράμματος.
- Το έντυπο 2 συμπληρώνεται από τον ΚΦΑ και επιστρέφεται στο site της ΑΘΗΝΑ 2004 (<http://athens.olympic.org/> Για Νέους) και στο Νομαρχιακό Υπεύθυνο της περιοχής.
- Το έντυπο 3 είναι το ερωτηματολόγιο αξιολόγησης του Προγράμματος από τον ΚΦΑ. Ο καθηγητής το συμπληρώνει με βάση την προσωπική του εκτίμηση για το Πρόγραμμα. Στο έντυπο αυτό μπορεί επίσης να κάνει προτάσεις για αλλαγές και βελτιώσεις του Προγράμματος. Επιστρέφεται στο site της ΑΘΗΝΑ 2004.
- Το έντυπο 4 είναι το ερωτηματολόγιο αξιολόγησης του Προγράμματος από το μαθητή. Επιστρέφεται στο site της ΑΘΗΝΑ 2004.
- Το έντυπο 5 συμπληρώνεται από τους Νομαρχιακούς Υπευθύνους του Προγράμματος και επιστρέφεται στο site της ΑΘΗΝΑ 2004.
- Το έντυπο 6 είναι το ερωτηματολόγιο αξιολόγησης του Προγράμματος από τους Νομαρχιακούς Υπευθύνους. Επιστρέφεται στο site της ΑΘΗΝΑ 2004.







## ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

## ΕΝΤΥΠΟ 3

## Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης (να επιστραφεί)

- Παρακαλούμε επιλέξτε όποια απάντηση σας εκφράζει περισσότερο.
- Το ερωτηματολόγιο είναι **ανώνυμο** και απόλυτα **εμπιστευτικό**.
- **Εάν εργάζεστε σε πολλά σχολεία απαντήστε συνολικά για όλα σε κάθε ερώτηση.**
- **Παρακαλούμε απαντήστε σε όλες τις ερωτήσεις**

## Νομός:

		Συμφωνώ απόλυτα	Συμφωνώ	Έτσι & έτσι	Διαφωνώ	Διαφωνώ απόλυτα
<b>Χω1</b>	Η υποδομή του σχολείου (εργαστήρια, γραφεία, αίθουσες, εποπτικά μέσα) ήταν επαρκής για την εφαρμογή του Προγράμματος της Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Υπ1</b>	Τα περιεχόμενα του βιβλίου <i>Ολυμπιακή Παιδεία. Από τη θεωρία στην πράξη</i> είναι σαφή	5	4	3	2	1
<b>Σχ1</b>	Τα όποια προβλήματα που προέκυπταν στο σχολείο αντιμετωπίζονταν από το σύλλογο των καθηγητών με πνεύμα συνεργασίας	5	4	3	2	1
<b>Δι1</b>	Η διεύθυνση του σχολείου βοήθησε στην εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Υπ2</b>	Τα σεμινάρια που παρακολούθησα με βοήθησαν πολύ στην εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Απ1</b>	Η απόδοση των μαθητών μου στο Πρόγραμμα της Ολυμπιακής Παιδείας ήταν ικανοποιητική	5	4	3	2	1
<b>Σχ2</b>	Οι άλλοι καθηγητές του σχολείου με βοήθησαν πολύ	5	4	3	2	1
<b>Χω2</b>	Οι χώροι του σχολείου ήταν πάντα στη διάθεσή μου, για την εφαρμογή του Προγράμματος της Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Υπ3</b>	Το βιβλίο <i>Ολυμπιακή Παιδεία. Από τη θεωρία στην πράξη</i> βοήθησε στην εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Δι2</b>	Ο σχολικός σύμβουλος βοήθησε στην εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Απ2</b>	Οι ανισότητες στην απόδοση των μαθητών περιορίστηκαν με την πάροδο του χρόνου	5	4	3	2	1
<b>Χω3</b>	Οι αθλητικές εγκαταστάσεις του σχολείου ήταν επαρκείς για την εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Υπ4</b>	Από το εκπαιδευτικό υλικό συνολικά πήρα πολλές ιδέες για τις δραστηριότητες του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Σχ3</b>	Γενικά το κλίμα συνεργασίας μέσα στο σχολείο βοήθησε στην καλή διεξαγωγή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Στ1</b>	Οι περισσότεροι μαθητές θέλουν να συμμετάσχουν ως εθελοντές στους Αγώνες του 2004	5	4	3	2	1
<b>Απ3</b>	Οι εργασίες των μαθητών ήταν συνήθως πολύ καλές	5	4	3	2	1
<b>Στ2</b>	Οι μαθητές συμμετείχαν ενεργά στις δραστηριότητες του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Δι3</b>	Ο νομαρχιακός υπεύθυνος βοήθησε στην εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Στ3</b>	Οι μαθητές έμαθαν πολλά για την οργάνωση των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων	5	4	3	2	1

<b>Υπ5</b>	Συνολικά, το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος είναι εύχρηστο για τον εκπαιδευτικό	5	4	3	2	1
<b>Χω4</b>	Το αθλητικό υλικό του σχολείου κάλυπτε πλήρως τις ανάγκες του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Απ4</b>	Οι μαθητές αναλάμβαναν με όρεξη και διάθεση εργασίες σχετικές με το Πρόγραμμα της Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Σχ4</b>	Οι σχέσεις του σχολείου με την τοπική κοινωνία (αυτοδιοίκηση, σύλλογο γονέων) βοήθησαν στην εφαρμογή του Προγράμματος της Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Δι4</b>	Τα στελέχη της εκπαίδευσης (νομαρχιακός υπεύθυνος, προϊστάμενος, γραφείο ΦΑ κ.λπ.) προσπαθούσαν να λύνουν κάθε πρόβλημα που παρουσιαζόταν στο Πρόγραμμα	5	4	3	2	1
<b>Στ4</b>	Οι μαθητές κατανόησαν τη σπουδαιότητα των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 για τη χώρα μας	5	4	3	2	1
	Το θεωρητικό μέρος του Προγράμματος Ο. Π. λειτούργησε αποτελεσματικά	5	4	3	2	1
	Το εικαστικό μέρος του Προγράμματος Ο.Π λειτούργησε αποτελεσματικά	5	4	3	2	1
	Το κινητικό μέρος του Προγράμματος Ο.Π. λειτούργησε αποτελεσματικά	5	4	3	2	1

Δώστε την άποψη σας για την κατανομή των ωρών του Προγράμματος Ο.Π. (σε ποσοστά)

Η κατανομή των ωρών κατά την άποψή μου θα έπρεπε να ήταν:					
	Ποσοστό ωρών		Ποσοστό ωρών		Ποσοστό ωρών
Θεωρητικό μέρος		Εικαστικό μέρος		Κινητικό μέρος	

**Ευχαριστούμε πολύ για τη συνεργασία!**

## ΓΙΑ ΤΟ ΜΑΘΗΤΗ

**ΕΝΤΥΠΟ 4**  
**Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης (να επιστραφεί)**

Αγαπητέ μαθητή,

■ Παρακαλούμε να επιλέξεις όποια απάντηση σε εκφράζει περισσότερο.

■ Το ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο και απόλυτα εμπιστευτικό.

**Παρακαλούμε να απαντήσεις σε όλες τις ερωτήσεις!**

	Πάντα	Πολλές φορές	Αρκετές φορές	Λίγες φορές	Ποτέ
Παρακολουθούσα τα μαθήματα της Ολυμπιακής Παιδείας με ενδιαφέρον	5	4	3	2	1
Συμμετείχα στις δραστηριότητες εκτός σχολικού προγράμματος	5	4	3	2	1
Συμμετείχα στις εκδηλώσεις του Προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας	5	4	3	2	1
	Συμφωνώ απόλυτα	Συμφωνώ	Έτσι & έτσι	Διαφωνώ	Διαφωνώ απόλυτα
Θα ήθελα να συμμετάσχω ως εθελοντής στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2004	5	4	3	2	1
Συμμετείχα πάντα ενεργά στις δραστηριότητες του Προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας	5	4	3	2	1
Ανταποκρίθηκα επαρκώς στις απαιτήσεις του Προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας	5	4	3	2	1
Μέσα από το Πρόγραμμα της Ολυμπιακής Παιδείας έμαθα πολλά για την οργάνωση των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων	5	4	3	2	1
Μέσα από το Πρόγραμμα της Ολυμπιακής Παιδείας κατανόησα τη σπουδαιότητα των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 για τη χώρα μας	5	4	3	2	1
Το θεωρητικό μέρος του Προγράμματος της Ο.Π. (ομιλίες κ.λπ.) μου άρεσε πολύ	5	4	3	2	1
Το εικαστικό μέρος του Προγράμματος της Ο.Π. (θέατρο, εκδηλώσεις, προβολές κ.λπ.) μου άρεσε πολύ	5	4	3	2	1
Το κινητικό μέρος του Προγράμματος της Ο.Π. (παιχνίδια, αγώνες, πρωταθλήματα κ.λπ.) μου άρεσε πολύ	5	4	3	2	1

■ Απάντησε βάζοντας σε κύκλο έναν αριθμό από το 1 έως το 7 στην επιλογή που σε εκφράζει περισσότερο

Βρίσκω το μάθημα της Ολυμπιακής παιδείας:

Πολύ ευχάριστο	1	2	3	4	5	6	Πολύ δυσάρεστο	7
Πολύ αδιάφορο	1	2	3	4	5	6	Πολύ ενδιαφέρον	7
Πολύ χρήσιμο	1	2	3	4	5	6	Άχρηστο	7
Πολύ βαρετό	1	2	3	4	5	6	Πολύ διασκεδαστικό	7
Πολύ καλό	1	2	3	4	5	6	Πολύ κακό	7

**Ευχαριστούμε πολύ για τη συνεργασία!**

## ΓΙΑ ΤΟ ΝΟΜΑΡΧΙΑΚΟ ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

### ΕΝΤΥΠΟ 5

Πληροφορίες για την Εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π. (να επιστραφεί)

**Όνοματεπώνυμο:**

**Νομός:**

Παρακαλούμε να συμπληρώσετε τον παρακάτω πίνακα

Περίοδος: Οκτωβρίου - Φεβρουαρίου

Μαρτίου - Ιουνίου

1.	Συνολικός αριθμός σχολείων στο νομό σας	
2.	Αριθμός σχολείων που συμμετέχουν στο πρόγραμμα	
3.	Συνολικός αριθμός μαθητών (κατά προσέγγιση) που συμμετέχουν στο πρόγραμμα	
4.	Αριθμός μαθητών (κατά προσέγγιση) που συμμετέχει στις δραστηριότητες του προγράμματος εκτός σχολικού ωραρίου	
5.	Αριθμός μαθητών που συμμετείχαν στις εκδηλώσεις (συνολικά)	
6.	Σύνολο θεωρητικών δραστηριοτήτων (σε διδακτικές ώρες)	
7.	Σύνολο εικαστικών δραστηριοτήτων (σε διδακτικές ώρες)	
8.	Σύνολο κινητικών δραστηριοτήτων (σε διδακτικές ώρες)	
9.	Συνολικός αριθμός ωρών εντός σχολείου	
10.	Συνολικός αριθμός ωρών εκτός σχολείου	

■ Τα στοιχεία που ζητούνται στον παρακάτω πίνακα αφορούν **μόνο στα ειδικά σχολεία** όπου εφαρμόζεται το Πρόγραμμα της Ο.Π.

11.	Συνολικός αριθμός ειδικών σχολείων στο νομό σας	
12.	Αριθμός σχολείων που συμμετέχουν στο πρόγραμμα	
13.	Συνολικός αριθμός μαθητών (κατά προσέγγιση) που συμμετέχουν στο πρόγραμμα	
14.	Αριθμός μαθητών (κατά προσέγγιση) που συμμετέχει στις δραστηριότητες του προγράμματος εκτός σχολικού ωραρίου	
15.	Αριθμός μαθητών που συμμετείχαν στις εκδηλώσεις (συνολικά)	
16.	Σύνολο θεωρητικών δραστηριοτήτων (σε διδακτικές ώρες)	
17.	Σύνολο εικαστικών δραστηριοτήτων (σε διδακτικές ώρες)	
18.	Σύνολο κινητικών δραστηριοτήτων (σε διδακτικές ώρες)	
19.	Συνολικός αριθμός ωρών εντός σχολείου	
20.	Συνολικός αριθμός ωρών εκτός σχολείου	

## ΓΙΑ ΤΟ ΝΟΜΑΡΧΙΑΚΟ ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

## ΕΝΤΥΠΟ 6

## Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης (να επιστραφεί)

- Στη περιοχή σας κάποια σχολεία ή κάποιοι καθηγητές Ο.Π. τα πήγαν πολύ καλά και κάποιοι λιγότερο καλά. Εσείς, όμως, εκφράστε τη γενική αίσθηση που έχετε για το Πρόγραμμα στην περιοχή σας, με βάση τις πληροφορίες σας, την επικοινωνία με τους εκπαιδευτικούς ΟΠ, με τους διευθυντές των σχολείων, τους σχολικούς συμβούλους, το κοινωνικό περιβάλλον του σχολείου και τους μαθητές.

**Παρακαλούμε απαντήστε σε όλες τις ερωτήσεις.**

**Ονοματεπώνυμο:**

**Νομός:**

		Συμφωνώ απόλυτα	Συμφωνώ	Έτσι & έτσι	Διαφωνώ	Διαφωνώ κάθετα
<b>Χω1</b>	Η υποδομή των σχολείων (εργαστήρια, γραφεία, αίθουσες, εποπτικά μέσα) ήταν επαρκής για την εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Δι1</b>	Η διεύθυνση των σχολείων βοήθησε στην εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Υπ2</b>	Τα σεμινάρια που παρακολούθησαν οι καθηγητές βοήθησαν στην εφαρμογή του Προγράμματος της Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Χω2</b>	Οι χώροι των σχολείων ήταν πάντα στη διάθεση των καθηγητών για την εφαρμογή του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Υπ1</b>	Τα περιεχόμενα του βιβλίου <i>Ολυμπιακή Παιδεία. Από τη θεωρία στην πράξη</i> είναι σαφή	5	4	3	2	1
<b>Δι2</b>	Η συνεργασία με το σχολικό σύμβουλο ήταν δημιουργική	5	4	3	2	1
<b>Χω3</b>	Οι αθλητικές εγκαταστάσεις των σχολείων ήταν επαρκείς για την εφαρμογή του Προγράμματος της Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Υπ4</b>	Από το εκπαιδευτικό υλικό, οι καθηγητές πήραν πολλές ιδέες για τις δραστηριότητες του προγράμματος	5	4	3	2	1
<b>Στ1</b>	Οι περισσότεροι μαθητές θέλουν να συμμετάσχουν ως εθελοντές στους Αγώνες του 2004	5	4	3	2	1
<b>Υπ3</b>	Το βιβλίο <i>Ολυμπιακή Παιδεία. Από τη θεωρία στην πράξη</i> βοήθησε στην εφαρμογή του Προγράμματος της Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Στ2</b>	Οι μαθητές έμαθαν πολλά για την οργάνωση των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων	5	4	3	2	1
<b>Υπ5</b>	Συνολικά, το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος είναι εύχρηστο για τον εκπαιδευτικό	5	4	3	2	1
<b>Χω4</b>	Ο αθλητικός εξοπλισμός των σχολείων κάλυπτε πλήρως τις ανάγκες του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Στ3</b>	Οι μαθητές συμμετείχαν ενεργά στις δραστηριότητες του Προγράμματος Ο.Π.	5	4	3	2	1
<b>Δι3</b>	Τα στελέχη της εκπαίδευσης (προϊστάμενος, γραφείο ΦΑ κ.λπ) προσπαθούσαν να λύνουν κάθε πρόβλημα που παρουσιαζόταν κατά την εφαρμογή του προγράμματος	5	4	3	2	1

		Συμφωνώ απόλυτα	Συμφωνώ	Έτσι & έτσι	Διαφωνώ	Διαφωνώ κάθετα
<b>Στ4</b>	Οι μαθητές κατανόησαν τη σπουδαιότητα των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004 για τη χώρα μας	5	4	3	2	1
	Το θεωρητικό μέρος του Προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας λειτούργησε αποτελεσματικά	5	4	3	2	1
	Το εικαστικό μέρος του Προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας λειτούργησε αποτελεσματικά	5	4	3	2	1
	Το κινητικό μέρος του Προγράμματος της Ολυμπιακής Παιδείας λειτούργησε αποτελεσματικά	50	4	3	2	1

Δώστε την άποψη σας για την κατανομή των ωρών του Προγράμματος Ο.Π. (σε ποσοστά)

<b>Η κατανομή των ωρών κατά την άποψή μου θα έπρεπε να ήταν:</b>					
	Ποσοστό ωρών		Ποσοστό ωρών		Ποσοστό ωρών
Θεωρητικό μέρος		Εικαστικό μέρος		Κινητικό μέρος	



## Οργάνωση δραστηριότητας ή εκδήλωσης

Αρχικά συζητήστε την πρόταση με τους μαθητές σας. Ο σκοπός της εκδήλωσης μπορεί να είναι:

- ενημερωτικός (π.χ. μια εκδήλωση για τις βλαβερές συνέπειες του καπνίσματος ή για την ωφέλεια της άσκησης)
- αθλητικός (π.χ. μια αθλητική συνάντηση με τους μαθητές κάποιου γειτονικού σχολείου)
- πολιτιστικός (π.χ. παρουσίαση παραδοσιακών χορών από την Ελλάδα ή από άλλες χώρες)
- κοινωνικός (π.χ. μια αθλητική εκδήλωση για παιδιά με ειδικές ανάγκες)
- οικονομικός (π.χ. αθλητικό τουρνουά ή θεατρική παράσταση, με σκοπό τη συγκέντρωση χρημάτων για την ετήσια εκδρομή της τάξης ή την τελική εκδήλωση του Προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας).

Εφόσον η πρόταση για την εκδήλωση είναι σύμφωνη με τη φιλοσοφία του σχολείου σας και βρίσκει υποστηρικτές ανάμεσα στους υπόλοιπους εκπαιδευτικούς και τους μαθητές, αρχίζει η περιπέτεια. Ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα και καλή διασκέδαση!

### 1ο βήμα: σχεδιασμός της δραστηριότητας

- α) Δημιουργήστε μια ομάδα δράσης αποτελούμενη από μαθητές (καλό θα είναι στην ομάδα να συμμετέχει συμβουλευτικά και ένας καθηγητής).
- β) Καθορίστε τις δραστηριότητες που θα περιλαμβάνονται στο πρόγραμμα της εκδήλωσης.
- γ) Ορίστε αρμοδιότητες και αποφασίστε ποιος θα είναι ο υπεύθυνος συντονισμού της εκδήλωσης.
- δ) Υπολογίστε το κόστος της εκδήλωσης και κάντε όλες τις επαφές που είναι απαραίτητες για την υποστήριξή της. Φροντίστε επίσης να εξασφαλίσετε άδεια για να την πραγματοποιήσετε. Συνεργαστείτε, για παράδειγμα με:
  - το διευθυντή του σχολείου,
  - τον πρόεδρο της σχολικής επιτροπής,
  - τον πρόεδρο του μαθητικού συμβουλίου,
  - τον πρόεδρο του συλλόγου γονέων και κηδεμόνων,
  - τους προέδρους αθλητικών σωματείων της περιοχής,
  - τον υπεύθυνο του αθλητικού οργανισμού του δήμου.
- ε) Αποφασίστε για το χώρο όπου θα γίνει η εκδήλωση, λάβετε τις απαραίτητες προφυλάξεις και φροντίστε να διευκολύνετε:
  - τους μαθητές που παίρνουν μέρος στην εκδήλωση,
  - τους μαθητές που θα την παρακολουθήσουν,
  - τους γονείς και τους λοιπούς προσκεκλημένους,
  - μεριμνήστε κυρίως για το χώρο στάθμευσης των αυτοκινήτων, το κυλικείο και το φαρμακείο.
- στ) Προγραμματίστε όλες τις δραστηριότητες (ημερομηνία, διάρκεια κ.λπ.) και ορίστε εναλλακτικές ημερομηνίες σε περίπτωση αναβολής λόγω καιρικών συνθηκών ή άλλων απρόβλεπτων καταστάσεων.
- ζ) Φροντίστε για την προβολή της εκδήλωσης με:
  - ανακοινώσεις στους πίνακες ανακοινώσεων των τάξεων του σχολείου,
  - δημιουργία αφίσας,
  - δημιουργία και αποστολή προσκλήσεων στους γονείς και στους φορείς που θέλετε να προσκαλέσετε,
  - ανακοινώσεις στα τοπικά ραδιόφωνα και τις εφημερίδες.

### 2ο βήμα: πραγματοποίηση της εκδήλωσης

- α) Ακολουθήστε πιστά το σχεδιασμό που έχετε κάνει.
- β) Ορίστε κάποιον υπεύθυνο ο οποίος θα βρίσκεται σε διαρκή επικοινωνία με όσους έχουν αναλάβει αρμοδιότητες και θα προτείνει λύσεις σε περίπτωση που κάτι πάει λάθος.
- γ) Στο χώρο υποδοχής, ορίστε δύο μαθητές που θα αναλάβουν να δίνουν πληροφορίες για την εκδήλωση.

### 3ο βήμα: μετά την εκδήλωση

- α) Φροντίστε να υπάρχει ομάδα καθαρισμού του χώρου της εκδήλωσης.
- β) Μαζέψτε και τακτοποιήστε όλα τα αντικείμενα που έχετε χρησιμοποιήσει.
- γ) Αξιολογήστε το αποτέλεσμα της εκδήλωσης σε σχέση πάντα με τους στόχους που είχατε θέσει.
- δ) Κρατήστε αρχείο με το υλικό της εκδήλωσης (φωτογραφίες, βίντεο).
- ε) Μην παραλείψετε να αναγνωρίσετε την προσφορά όλων όσοι βοήθησαν στην πραγματοποίηση της εκδήλωσης και να τους ευχαριστήσετε προφορικά ή γραπτά.

Αφορμή για την οργάνωση συζητήσεων, δραστηριοτήτων ή εκδηλώσεων που θα συνδέσετε με την Ολυμπιακή Παιδεία και τους Ολυμπιακούς Αγώνες μπορούν να αποτελέσουν περιστατικά της επικαιρότητας (όπως, η δημοσίευση στον Τύπο κάποιου άρθρου που προβάλλει την έντιμη αθλητική συμπεριφορά) ή οι ημέρες που είναι αφιερωμένες παγκόσμια σε κάποιο θέμα, π.χ.:

α) Το Δεκέμβριο του 2000 ο αθλητικός κόσμος ασχολήθηκε με το «τίμιο παιχνίδι» του Ντι Κάνιο, ενός μάλλον ιδιόρρυθμου ποδοσφαιριστή. Στον αγώνα της ομάδας του Γουέστ Χαμ με την Έβερτον για το ποδοσφαιρικό πρωτάθλημα της Αγγλίας και ενώ το σκορ ήταν ισόπαλο, βρέθηκε μόνος του μπροστά στην αντίπαλη εστία με την μπάλα. Αντί να βάλει το γκολ προτίμησε να πιάσει την μπάλα με τα χέρια του γιατί αντιλήφθηκε ότι ο αντίπαλος τερματοφύλακας ήταν τραυματισμένος και ανήμπορος να αντιδράσει. Η πράξη του αυτή στερήσε από την ομάδα του τη νίκη. Αρκετοί επαίνεσαν το «τίμιο παιχνίδι» του αθλητή ενώ άλλοι είπαν πως έκανε μεγάλη ζημιά στην ομάδα του. Εσείς τι θα κάνατε σε ανάλογη περίπτωση;

β) Ημερομηνία	Για:	Προτεινόμενη εκδήλωση
22 Σεπτεμβρίου	Κυκλοφορία χωρίς Ι.Χ.	«Μέσα μαζικής μεταφοράς και Ολυμπιακοί Αγώνες 2004»
1 Οκτωβρίου	Τρίτη ηλικία	«Εθελοντισμός και τρίτη ηλικία»
16 Οκτωβρίου	Διατροφή	«Διατροφικές συνήθειες των αθλητών»
3 Δεκεμβρίου	Άτομα με αναπηρίες	«Παραολυμπιακοί Αγώνες»
10 Δεκεμβρίου	Ανθρώπινα δικαιώματα	«Ολυμπιακοί Αγώνες και ανθρώπινα δικαιώματα»
8 Μαρτίου	Γυναίκα	«Η πορεία της γυναίκας στους Ολυμπιακούς Αγώνες»
21 Μαρτίου	Δασοπονία	«Ολυμπιακοί Αγώνες και περιβάλλον»
27 Μαρτίου	Θεάτρου	«Πολιτιστική Ολυμπιάδα»
6 Απριλίου	Ολυμπισμό	«Ολυμπιακές Αξίες»
7 Απριλίου	Υγεία	«Άσκηση και υγεία»
3 Μαΐου	Ελευθερία Τύπου	«Μ.Μ.Ε. και Ολυμπιακοί Αγώνες»
31 Μαΐου	Κάπνισμα	«Αθλητισμός-κάπνισμα»
5 Ιουνίου	Περιβάλλον	«Προστασία περιβάλλοντος και Αθήνα 2004»
26 Ιουνίου	Ναρκωτικά	«Ολυμπιακοί Αγώνες και ντόπινγκ»

#### Να θυμάστε:

Μια πετυχημένη εκδήλωση προϋποθέτει εμπνευσμένους οργανωτές, καλό σχεδιασμό, ευελιξία, καλοπροαίρετη κριτική, αίσθηση χρόνου, φαντασία, καλή προβολή και χιούμορ.

## Παράδειγμα:

### Εκδήλωση με θέμα: «Πολυπολιτισμικότητα»

«Στις γειτονιές του κόσμου»

Κάθε τάξη ή τμήμα αναλαμβάνει να ερευνήσει και να παρουσιάσει χαρακτηριστικά στοιχεία και αντικείμενα από κάποια χώρα, και, παράλληλα, να μάθει και να παρουσιάσει ένα χορό με παραδοσιακή ή αντιπροσωπευτική μουσική από την ίδια χώρα.

#### Στόχοι:

- να έρθουν τα παιδιά σε επαφή με άλλους πολιτισμούς ώστε να διευρυνθούν οι ορίζοντές τους
- να γνωρίσουν κουλτούρες άλλων χωρών (πολιτισμό, τέχνη, μουσική, χορό, γεωγραφία, νομίσματα, ενδυμασίες κ.ά.)
- να γνωρίσουν πώς να συλλέγουν πληροφορίες και να διεξάγουν έρευνα για θέματα που τους ενδιαφέρουν (επίσκεψη σε βιβλιοθήκες για συλλογή πληροφοριών, έρευνα για αντικείμενα, νομίσματα, γραμματοσήμα κ.ά.)
- να αναπτύξουν θετική στάση απέναντι σε άτομα από άλλες χώρες και πολιτισμούς (καταπολέμηση τυχόν διακρίσεων σε βάρος παιδιών από άλλες χώρες)
- να διασκεδάσουν μαθαίνοντας και δημιουργώντας
- να μάθουν χορούς και μουσικές από την Ελλάδα και άλλες χώρες
- να είναι σε θέση να χρησιμοποιούν τη φαντασία τους για να δημιουργούν
- να μάθουν να δουλεύουν και να συνεργάζονται μέσα κι έξω από το χώρο του σχολείου

#### 1ο βήμα:

Επιλέξτε χώρες που θα «επισκεφτείτε», π.χ.:

Αμερική, Αυστρία, Ελλάδα, Ισπανία, Ιταλία, Κίνα, Ρωσία, Τσεχία

#### 2ο βήμα:

Επιλέξτε το περιεχόμενο, π.χ.:

- Έκθεση φωτογραφιών, αντιπροσωπευτικών αντικειμένων, νομισμάτων και γραμματοσήμων από τις χώρες που θα επιλέξετε.

Ο εκθεσιακός χώρος να χωριστεί σε τόσα μέρη όσες και οι χώρες και από κάθε χώρα να παρουσιαστούν τα εξής: χάρτης, σημαία, φωτογραφίες (μνημεία, τοπία, ενδυμασίες, έθιμα), καρτέλες με πληροφορίες για τη χώρα (έκταση, πληθυσμός, κύριες πόλεις, προϊόντα κ.ά.), γραμματοσήμα - νομίσματα (παλιά και νέα), διάφορα αντιπροσωπευτικά αντικείμενα (σουβενίρ ή άλλα), διαδεδομένα αθλήματα, Ολυμπιονίκες που ξεχώρισαν σε προηγούμενες Ολυμπιάδες.

- Παρουσίαση παραδοσιακών χορών με ανάλογες ενδυμασίες και συνοδεία παραδοσιακών μουσικών οργάνων από τις χώρες που θα επιλέξετε.

Οι χοροί που θα επιλέξετε να αντιπροσωπεύσουν κάθε χώρα. Για παράδειγμα:

Αμερική: κάντρι και ινδιάνικοι, Αυστρία: βιεννέζικο βαλς, Ελλάδα: «Ζορμπάς», «Παιδιά του Πειραιά», «Φραγκοσυριανή», Ισπανία: φλαμέγκο, Ιταλία: ταραντέλα, Κίνα: παραδοσιακή Κινεζική μουσική, Ρωσία: «Καλίνκα», Τσεχία: πόλκα.

#### 3ο βήμα:

Σχέδιο δράσης - Χρονοδιάγραμμα:

- απόφαση του συλλόγου διδασκόντων για το θέμα της ετήσιας εκδήλωσης – τον Ιανουάριο
- οργάνωση της εκδήλωσης από το διδακτικό προσωπικό και συλλογή απαραίτητων στοιχείων – τον Φεβρουάριο
- ενημέρωση των μαθητών και γονέων για το θέμα, το περιεχόμενο και τους σκοπούς της εκδήλωσης, και ανάληψη ρόλων και αρμοδιοτήτων – τον Μάρτιο
- παρουσίαση εκδηλώσεων – τον Μάιο.

#### Ρόλοι - Αρμοδιότητες

Μαθητές:

- εκμάθηση χορογραφίας
- συλλογή υλικού για την έκθεση: Έρευνα σε βιβλιοθήκες (σχολική, δημοτική, ιδιωτικές), ατομικά ή ομαδικά. Συνεργασία με συγγενείς ή φίλους για τη συλλογή αντικειμένων
- σχεδιασμός σημαίας και χάρτη της χώρας στην τάξη την ώρα της γεωγραφίας ή των τεχνικών.

**Διδακτικό προσωπικό:**

- καθοδήγηση των παιδιών για εύρεση υλικού
- επίσκεψη σε πρεσβείες ή προξενεία της πόλης για επιπλέον υλικό
- συλλογή υλικού, οργάνωση παρουσίασης υλικού, τοποθέτηση των αντικειμένων στην έκθεση και επιμέλεια διακόσμησης του εκθεσιακού χώρου
- υπεύθυνος Ολυμπιακής Παιδείας: διδασκαλία χορών στο μάθημα της φυσικής αγωγής, επιμέλεια ενδυμασιών των παιδιών, οργάνωση και επιμέλεια της τελικής εκδήλωσης (συνεργασία με μαθητές, διδακτικό προσωπικό, διευθυντή σχολείου, γονείς, πολιτιστικό τμήμα δήμου).

**Γονείς:**

- υποστήριξη και ενθάρρυνση των παιδιών στις εργασίες που είχαν αναλάβει εκτός σχολείου
- αγορά, ενοικίαση ενδυμασιών για την τελική εκδήλωση.

**Πολιτιστικό τμήμα Δήμου:**

- χορήγηση απαραίτητου εξοπλισμού για την τελική εκδήλωση (εξέδρα, ήχος, φωτισμός κ.λπ.).

## Προτάσεις ανεύρεσης πόρων

Συχνά, οι εκπαιδευτικοί αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην ανεύρεση πόρων ικανών να καλύψουν τις ανάγκες της υλοποίησης δραστηριοτήτων στο πλαίσιο προγραμμάτων, όπως αυτά της Ολυμπιακής Παιδείας, της Περιβαλλοντικής Αγωγής και της Αγωγής Υγείας. Για τις περιπτώσεις εξεύρεσης χρημάτων και άλλων υλικών μέσα από χορηγίες ή ιδιωτικές πρωτοβουλίες, ως λύση αναφέρουμε την ήδη υπάρχουσα συνεργασία ορισμένων σχολικών μονάδων με τον πολιτιστικό οργανισμό του δήμου της περιοχής τους σε μια σειρά δράσεων όπως:

- συμμετοχή σε προγράμματα ανακύκλωσης
- παροχή εθελοντικής εργασίας (κατασκηνώσεις, ΚΑΠΗ)
- λειτουργία δημοτικού-σχολικού κινηματογράφου,
- εορταστικές συναντήσεις (παζάρι).

Μέσα από τέτοιου είδους συνεργατικές δράσεις, καθίσταται εφικτή τόσο η κάλυψη μέρους των αναγκών, όσο και η επίτευξη σύγχρονων εκπαιδευτικών στόχων, όπως συνεργασίες, ανάληψη πρωτοβουλιών και ρόλων εκ μέρους των μαθητών, κοινωφελείς δράσεις, εθελοντική προσφορά εργασίας, άνοιγμα του σχολείου στην κοινωνία κ.ά.

### Σύντομη περιγραφή

- Συμμετοχή σε προγράμματα ανακύκλωσης

Με τη συμμετοχή τους στα προγράμματα ανακύκλωσης που έχουν αναπτύξει διάφοροι δήμοι, αρκετές σχολικές μονάδες έχουν πετύχει την κάλυψη κάποιων αναγκών τους, τόσο σε είδος (ηλεκτρονικοί υπολογιστές, γραφική ύλη κ.ά.), όσο και σε χρηματικούς πόρους, τη διαχείριση των οποίων αναλαμβάνει η σχολική επιτροπή.

- Παροχή εθελοντικής εργασίας

Για αρκετές σχολικές μονάδες, η παροχή εθελοντικής εργασίας από μέρους ομάδων μαθητών, μετά από συμφωνία με τους αρμόδιους φορείς του δήμου τους, έχει αναδειχθεί σε πηγή εσόδων. Π.χ. η απασχόληση μαθητών σε κατασκηνώσεις με ρόλο ομαδαρχών, σε συνδυασμό με την απόφασή τους να διαθέσουν την αμοιβή τους στη σχολική επιτροπή.

- Λειτουργία δημοτικού-σχολικού κινηματογράφου

Δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις που, με απόφαση των σχολικών οργάνων και των υπευθύνων των δήμων, έχουν αναπτυχθεί δημοτικές-σχολικές επιχειρήσεις λειτουργίας κινηματογράφου. Αυτό είναι εφικτό κυρίως κατά τους καλοκαιρινούς μήνες (αλλά όχι μόνο, ανάλογα με τις κτιριακές δυνατότητες), με την μετατροπή του προαυλίου σε χώρο προβολής. Σε αυτές τις περιπτώσεις, ο δήμος έχει αναλάβει την προμήθεια των αναγκαίων λειτουργικών υλικών (μηχανή προβολής, οθόνη, καρέκλες, κυλικείο, ταμείο κ.ά.) και οι μαθητές την κάλυψη των αναγκών μιας τέτοιας επιχείρησης σε ανθρώπινο δυναμικό (ταμίες, ταξιθέτες, κυλικειάρχες, καθαριστές κ.λπ.). Βάσει της δυνατότητας δημιουργίας μιας τέτοιας επιχείρησης και των προοπτικών που έχει, καθορίζεται και το ποσοστό των συμβαλλομένων από τα έσοδα.

- Εορταστικές συναντήσεις (παζάρι)

Πηγή εσόδων εκτός των ανωτέρω μπορεί να αποτελέσει και η οργάνωση παζαριού σε κάποια από τις εορταστικές περιόδους του σχολικού έτους (Χριστούγεννα, τοπική εορτή, Αποκριές κ.ά.). Η εκδήλωση μπορεί να περιλαμβάνει δραστηριότητες όπως:

- α) εστιατόριο, όπου οι μαθητές θα σερβίρουν φαγητό που θα προσφέρουν οι γονείς και τα τοπικά εστιατόρια,
- β) ζαχαροπλαστείο με γλυκά, μαρμελάδες κ.ά. που θα έχουν φτιάξει οι γονείς ή θα έχουν προσφέρει καταστήματα της περιοχής,
- γ) λοταρία με δώρα-προσφορές των καταστηματαρχών της περιοχής και παιχνίδια σε καλή κατάσταση που θα προσφέρουν οι μαθητές,
- δ) προβολή βιντεοταινίας,
- ε) παιχνιδότοπο,
- στ) παράσταση καραγκιόζη,
- ζ) πωλήσεις ειδών δώρων (καλάθια με ποτά, κεριά, διακοσμητικά στεφάνια κ.ά.) την κατασκευή και σύνθεση των οποίων θα έχει επιμεληθεί ομάδα μαθητών και γονέων.

Στην εκδήλωση μπορεί να προσκληθεί το σύνολο της τοπικής κοινωνίας. Ένα συμβολικό εισιτήριο συμμετοχής σε κάθε δραστηριότητα δίνει τη δυνατότητα αποταμίευσης αξιόλογου ποσού. Η εκδήλωση μπορεί να εμπλουτισθεί με έκθεση έργων των μαθητών ή με μια σχολική θεατρική παράσταση.

## Χρήσιμες διευθύνσεις και τηλέφωνα

- **Οργανωτική Επιτροπή Ολυμπιακών Αγώνων ΑΘΗΝΑ 2004**  
 Ιωλκού και Φιλικής Εταιρείας, Τ.Κ. 14234, Ν. Ιωνία  
 Τηλέφωνο: 2004000  
 E-mail: [welcome@athens2004.gr](mailto:welcome@athens2004.gr)
- **Υπουργείο Παιδείας (διεύθυνση Φυσικής Αγωγής)**  
 Μητροπόλεως 10-12 Τ.Κ. 10185  
 Διευθυντής Φυσικής Αγωγής: Χρήστος Χασιώτης  
 Τηλέφωνο: 3213983, 3214039  
 Fax: 3317121-2  
 Υπεύθυνος Προγράμματος Ολυμπιακής Παιδείας:  
 Σωκράτης Μάκρας
- **Ελληνική Ολυμπιακή Επιτροπή (Ε.Ο.Ε.)**  
 Δημητρίου Βικέλα 52, 15223, Χαλάνδρι  
 Τηλέφωνο: 6878809-11  
 Fax: 6878840  
 E-mail: [eoath.forthnet.gr](mailto:eoath.forthnet.gr)
- **Διεθνής Ολυμπιακή Ακαδημία (Δ.Ο.Α.)**  
 Δημητρίου Βικέλα 52, Τ.Κ. 15233, Χαλάνδρι  
 Τηλέφωνο: 6878888  
 Fax: 6878940  
<http://www.ioa.org.gr>
- **Διεθνής Ολυμπιακή Ακαδημία (Δ.Ο.Α.)**  
 Αρχαία Ολυμπία  
 Τηλέφωνο: 0624 22596, 22709  
 Fax: 0624 23183
- **Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (Τομέας Φυσικής Αγωγής)**  
 Μεσογείων 392, Τ.Κ. 15341, Αγία Παρασκευή  
 Τηλέφωνο: 6014228  
 Fax: 6394521  
 E-mail: [kmou@pi-schools.gr](mailto:kmou@pi-schools.gr)
- **Γενική Γραμματεία Αθλητισμού**  
 Πανεπιστημίου 25, Τ.Κ. 10110, Αθήνα  
 Τηλέφωνο: 3294111-121  
 Fax: 3230458  
<http://www.sport.gov.gr>
- **Ίδρυμα Ολυμπιακής και Αθλητικής Παιδείας**  
 Αριστοτέλους 8, Μαρούσι  
 Τηλέφωνο & Fax: 6143825-6  
 E-mail: [foseduca@internet.gr](mailto:foseduca@internet.gr)
- **Σύλλογος Ελλήνων Ολυμπιονικών**  
 Πανεπιστημίου 25, Τ.Κ. 10110, Αθήνα  
 Τηλέφωνο: 3238843  
 E-mail: [a.h.o.w@ibm.net](mailto:a.h.o.w@ibm.net)
- **Ελληνική Ομοσπονδία Αρχαίων Ολυμπιακών Αθλημάτων**  
 Ηρακλείτου 6, Τ.Κ. 10673, Αθήνα  
 Τηλέφωνο: 3611889  
 Fax: 3633804  
 E-mail: [vsakella@otenet.gr](mailto:vsakella@otenet.gr)
- **Ολυμπιακό Στάδιο (Ο.Α.Κ.Α.)**  
 Κηφισίας 37, Τ.Κ. 15123, Μαρούσι  
 Τηλέφωνο: 6834060-79  
 Fax: 3827397
- **Παναθηναϊκό Στάδιο**  
 Αρχιμήδους 16, Παγκράτι  
 Τηλέφωνο: 7526386, 7235930  
 Fax: 7210131
- **Αθλητικό Κέντρο Αγίου Κοσμά**  
 Λ. Ποσειδώνος, Τ.Κ. 16604, Άλιμος  
 Τηλέφωνο: 9818412, 9812112  
 Fax: 9810304
- **Ίδρυμα Μείζονος Ελληνισμού**  
 Πουλοπούλου 38, Θησείο  
 Τηλέφωνο: 3422292, 3413074  
 Fax: 3422272  
 E-mail: [info@ime.gr](mailto:info@ime.gr)
- **Κέντρο Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων του Υπουργείου Πολιτισμού**  
 Πρυτανείου 9, Τ.Κ. 10558 Πλάκα  
 Τηλέφωνο: 3251787  
 Fax: 3251787  
 E-mail: [protocol@tmep.culture.gr](mailto:protocol@tmep.culture.gr)
- **Εκπαιδευτική Τηλεόραση**  
 Τηλέφωνο: 6066019, 7755559, 7701911  
 Fax: 7755559



### **Θέατρα**

- Ηρώδειο, τηλ. 3232771.
- Θέατρο Λυκαβηττού, τηλ. 7227236, 7227233.
- Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου, τηλ. 075322006.

### **Μουσεία**

- Μουσείο Ακρόπολης  
(Στον αρχαιολογικό χώρο, τηλ. 3236665).
- Αρχαιολογικό Μουσείο Αρχαίας Αγοράς Αθηνών  
(Αδριανού 24, πλατεία Θησείου, τηλ. 3210185).
- Ανθρωπολογικό - Εθνολογικό Μουσείο  
(Μικράς Ασίας 75, Γουδί τηλ. 7771193).
- Ατλαντίδος  
(Πραξαγόρα 27, Νέος Κόσμος τηλ. 9214982).
- Γουλανδρή, Φυσικής Ιστορίας  
(Λεβίδη 13, Κηφισιά τηλ. 8015870).
- Εθνικό Αρχαιολογικό  
(Πατησίων 44, τηλ. 8217717).
- Ελληνικής Λαϊκής Τέχνης  
(Κυδαθηναίων 17, τηλ. 3213018).
- Θεατρικό Μουσείο  
(Πνευματικό Κέντρο Δήμου Αθηναίων, τηλ. 3629430).
- Ιστορικό και Εθνολογικό  
(Σταδίου, Παλαιά Βουλή, τηλ. 3237617).
- Μουσείο Κεραμεικού  
(Ερμού 148, τηλ. 3463552).
- Μουσείο Μπενάκη  
(Βασ. Σοφίας και Κουμπάρη, τηλ. 3611617).
- Μουσείο πόλεως Αθηνών  
(Παπαρρηγοπούλου 7, Πλατεία Κλαυθμώνος, τηλ. 3246164).
- Αθλητικό Μουσείο  
(Τηλέφωνο: 3613239)
- Παιδικό Μουσείο  
(Κυδαθηναίων 14, Τ.Κ. 10558, Πλάκα, Τηλέφωνο: 010 7290202, 3312955-6, Fax: 010 3312955)
- Φιλοτελικό Μουσείο  
(Πλατεία Σταδίου 5 & Φωκιανού 2, Τ.Κ. 11635, Αθήνα  
Τηλέφωνο: 010 7519042, 7519066)

## Ελληνικές Αθλητικές Ομοσπονδίες

- **Ε.Π.Ο.**  
Ελληνική Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία  
Λ. Συγγρού 137, Ν. Σμύρνη, Τ.Κ. 17121  
Τηλέφωνο: 9311500-10  
Fax: 9359666, 9346733
- **Σ.Ε.Γ.Α.Σ.**  
Σύνδεσμος Ελληνικών Γυμναστικών Αθλητικών Σωματείων  
Λ. Συγγρού 137, Ν. Σμύρνη, Τ.Κ. 17121  
Τηλέφωνο: 9359302, 9359346, 9359324  
Fax: 9342980  
E-mail: [Segas\\_gr@otenet.gr](mailto:Segas_gr@otenet.gr)
- **Ε.Ο.Κ.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Καλαθοσφαίρισης  
Κηφισίας 37, Μαρούσι, Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6856555  
Fax: 6856571  
E-mail: [helbasket@otenet.gr](mailto:helbasket@otenet.gr)
- **Ε.Ο.Α.Β.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Άρσης Βαρών  
Λ. Συγγρού 43, Αθήνα, Τ.Κ. 11743  
Τηλέφωνο: 9231683, 9231780  
Fax: 9243875  
<http://www.weightlifting.gr>
- **Ε.Κ.Ο.Φ.**  
Ελληνική Κολυμβητική Ομοσπονδία Φιλάθλων  
Λ. Σπύρου Λούη (Ο.Α.Κ.Α.), Μαρούσι, Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6827582-5  
Fax: 6833660
- **Ε.Ο.Π.Ε.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Πετοσφαίρισης  
Μάρκου Μπότσαρη 47 & Φαλήρου, Αθήνα, Τ.Κ. 11742  
Τηλέφωνο: 9222137, 9222274, 9236487  
Fax: 9228764  
E-mail: [volley@athena.domi.gr](mailto:volley@athena.domi.gr)  
[www.domi.gr/volley](http://www.domi.gr/volley)
- **Ε.Φ.Ο.Α.**  
Ελληνική Φιλάθλος Ομοσπονδία Αντισφαίρισης  
Υμηττού 267, Παγκράτι, Τ.Κ. 11631  
Τηλέφωνο: 7563170-2  
Fax: 7563173  
E-mail: [efoa@otenet.gr](mailto:efoa@otenet.gr)
- **Ε.Γ.Ο.**  
Ελληνική Γυμναστική Ομοσπονδία  
Σπύρου Λούη & Λ. Ειρήνης, Μαρούσι, Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6892082-3, 6892940  
Fax: 6892870, 6892153
- **Ο.Χ.Ε.**  
Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης Ελλάδας  
Γ' Σεπτεμβρίου 56, Αθήνα, Τ.Κ. 10433  
Τηλέφωνο: 8841841, 8843607, 8210134  
Fax: 8225776
- **Ε.Ι.Ο.**  
Ελληνική Ιστιοπλοϊκή Ομοσπονδία  
Λ. Ποσειδώνος 51, Μοσχάτο Τ.Κ. 18344  
Τηλέφωνο: 9404825-8  
Fax: 9404829  
E-mail: [Webmaster\\_eio@eio.gr](mailto:Webmaster_eio@eio.gr)
- **Ε.Κ.Ο.Φ.Ν.Σ.**  
Ελληνική Κωπηλατική Ομοσπονδία Φιλάθλων Ναυτικών  
Σωματείων  
Ακτή Αλεξάνδρου, Κουμουνδούρου 22, Πειραιάς  
Τ.Κ. 18533  
Τηλέφωνο: 4118011-18  
Fax: 4118088, 4134404
- **Ε.Ο.Π.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Ποδηλασίας  
Σπύρου Λούη & Ειρήνης, Εθνικό Ποδηλ/μιο, Μαρούσι,  
Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6893403, 6852211, 6852212  
Fax: 6893400  
E-mail: [eopbike@otenet.gr](mailto:eopbike@otenet.gr)
- **Ε.Ο.Φ. Πάλης**  
Ελληνική Ομοσπονδία Πάλης  
Στάδιο Ειρήνης και Φιλίας, Τ.Κ. 18547  
Τηλέφωνο: 4830050  
Fax: 4831357  
E-mail: [press@wrestling.org.gr](mailto:press@wrestling.org.gr)
- **Ε.Ο.Π.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Πυγμαχίας  
Φωκίωνος Νέγρη 9, Αθήνα, Τ.Κ. 11257  
Τηλέφωνο: 8675488, 8674884, 8670834  
Fax: 8673727, 8670834  
E-mail: [press@boxing.org.gr](mailto:press@boxing.org.gr)
- **Ε.Φ.Ο.ΕΠ.Α.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης  
Αγ. Κωνσταντίνου 12, Αθήνα, Τ.Κ. 10431  
Τηλέφωνο: 5227103, 5225879, 5227707  
Fax: 5223455  
E-mail: [efoepagr@otenet.gr](mailto:efoepagr@otenet.gr)

- **Ε.Ο.Ι.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Ιππασίας  
Μεσσηνίας 55, Αθήνα, Τ.Κ. 11527  
Τηλέφωνο: 7786297, 7486875  
Fax: 7781572  
E-mail: [press@equestrian.org.gr](mailto:press@equestrian.org.gr)
- **Ε.Ο.Φ. Τζούντο**  
Ελληνική Ομοσπονδία Φιλάθλων Τζούντο  
Ο.Α.Κ.Α. Σπύρος Λούης (Ανοικτό κολυμβητήριο),  
Κηφισίας 37, Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6892056, 6859097  
Fax: 6856639  
E-mail: [press@judo.org.gr](mailto:press@judo.org.gr)
- **Ε.Ο.Ξ.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Ξιφασκίας  
Ναυαρίνου 6, Αθήνα, Τ.Κ. 10680  
Τηλέφωνο: 3607507, 3639781  
Fax: 3614197  
E-mail: [press@fencing.org.gr](mailto:press@fencing.org.gr)
- **ΣΚ.Ο.Ε.**  
Σκοπευτική Ομοσπονδία Ελλάδας  
Χρ. Βουρνάζου 14, Αθήνα, Τ.Κ. 11521  
Τηλέφωνο: 6454522-3  
Fax: 6421595
- **Ε.Ο.Ε.Τ.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Ερασιτεχνικού Τριάθλου  
Σπύρου Λούη & Ειρήνης, Εθνικό Ποδηλατοδρόμιο,  
Μαρούσι, Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6844626, 6844104  
Fax: 6844626  
E-mail: [eoet@ath.forthnet.gr](mailto:eoet@ath.forthnet.gr)  
E-mail: [press@triathlon.org.gr](mailto:press@triathlon.org.gr)
- **ΕΛ.Ο.Τ.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό  
Υμηττού 267, Παγκράτι, Τ.Κ. 11631  
Τηλέφωνο: 7565647, 7565648  
Fax: 7564943
- **Ε.Ο.Φ.Σ.Α.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Φιλάθλων Σωματείων  
Αντισφαίρισης  
Σπύρου Λούη Ο.Α.Κ.Α. (Κλειστό Κολυμβητήριο)  
Μαρούσι, Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6801105, 6801665  
Fax: 6800635
- **Ε.Ο.Χ.**  
Ελληνική Ομοσπονδία Χόκεϊ  
Λ. Κηφισίας 37, Ο.Α.Κ.Α., Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6800610  
Fax: 6853770
- **Ελληνική Ομοσπονδία Σόφτμπολ**  
Λ. Κηφισίας 37, Ο.Α.Κ.Α., Τ.Κ. 15123  
Τηλέφωνο: 6823154, 6822986  
Fax: 6822886  
E-mail: [press@softball.org.gr](mailto:press@softball.org.gr)
- **Ελληνική Ομοσπονδία Μπέιζμπολ**  
Λ. Κηφισίας 37, Τ.Κ. 15123  
(Κλειστό Κολυμβητήριο), Ο.Α.Κ.Α.  
Τηλέφωνο: 6823186, 6823171, 6823022  
Fax: 6823080  
E-mail: [press@baseball.org.gr](mailto:press@baseball.org.gr)
- **Ελληνική Ομοσπονδία Κάνοε-Καγιάκ**  
Ακτή Αλ. Κουμουνδούρου 22, Πειραιάς, Τ.Κ. 18533  
Τηλέφωνο: 4114445, 4114504  
Fax: 4112195
- **Ελληνική Φίλαθλος Ομοσπονδία Τοξοβολίας**  
Αν. Τσόχα 30, Αθήνα, Τ.Κ. 11521  
Τηλέφωνο: 6400109, 6400186  
Fax: 6400347

**Προτεινόμενες Διευθύνσεις Internet:**

- <http://www.ioa.org.gr>
- <http://olympics.tufts.edu/>
- <http://www.culture.gr>
- <http://www.perseus.tufts.edu/> (search Olympic Games)
- <http://www.fhm.gr/projects/Olympics/classical/Olympiad.html>
- <http://www.Olympics.ariadne-t.gr/OLYMPICS/Olympic.html>
- <http://www.orama.com/Athens1896/index.html>
- <http://www.athens.olympic.org>
- <http://www.upenn.edu/museum-pubs/fremes.html>
- <http://www.amazon.com/exec/obidos/search-handle-torm>
- [http://www.sport.gov.gr/main\\_gr.html](http://www.sport.gov.gr/main_gr.html)
- <http://www.ime.gr>
- <http://www.ipc.org>
- <http://www.sport.gov.gr>
- <http://www.wyhero.com>
- <http://www.healthskills.com>

## Βιβλιογραφία

### Διεθνής:

- Australian Olympic Committee (1997). *Nagano-1998 Olympic Winter Games Education Kit*. Project Co-ordinator Australian Olympic Committee.
- Binder, D. (1995). *Fair Play for Kids-A Handbook of activities for Teaching Fair Play*. Canada.
- Canfield, J. & Siccone, F. (1995). *101 Ways to develop student self esteem and responsibility*. U.S.A. Allyn and Bacon.
- Commission for Fair Play (1990). *Fair Play for Kids*. Gloucester
- Danish, S.J. (1998). *Going for the Goal. Leader Manual. Life Skills Center*. Virginia Commonwealth University. Human Science Press.
- Elias M.J. & Clabby, J.F. (1992). *Building social problem-solving skills*. Jossey - Bass, San Francisco.
- Hellison and Templin (1991). *A reflective approach to teaching physical education*. Personal and Social Development Models. Champaign: Human Kinetics.
- Hellison, D. (1985). *Goals and strategies for teaching physical education*. ChampaignIL: Human Kinetics.
- Jewett, E.A., Bain, L.L., & Ennis, D.C. (1995). *The curriculum process in Physical Education*. Brown & Benchmark.
- Melograno, V. (1996). *Designing the physical education curriculum*. Champaign. Human Kinetics.
- Mosston M., Ashworth S. (1997). *Η διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής*. Θεσσαλονίκη. Εκδόσεις SALTO.
- Orlick, T. (1978) *The cooperative sports & games book*.
- Romance, T.J., Weiss, M.R., & Bockoven, J. (1986). *A program to promote moral development through elementary physical education*. Journal of Teaching in Physical Education, 5, 126-136.
- Shields, D.L. & Bredemeier, B.L. (1995). *Character development and physical activity*. Champaign IL: Human Kinetics.
- Siedentop, D. (1994). *Sport education: Quality physical education through positive sport experiences*. ChampaignIL: Human Kinetics.

### Ελληνική:

- Ίδρυμα Ολυμπιακής και Αθλητικής Παιδείας, (1998). *Οδηγός Ολυμπιακής και Αθλητικής Παιδείας*. Αθήνα.
- ΚΕΜΕΤΕ (1998). *Αναλυτικά Προγράμματα και Ενιαίο Λύκειο, Μελέτες-Έρευνες*. Αθήνα, Κέντρο Μελετών και Τεκμηρίωσης της ΟΛΜΕ.
- Παπαϊωάννου, Α., Θεοδωράκης, Γ., & Γούδας, Μ. (1999). *Για μια καλύτερη διδασκαλία της φυσικής αγωγής*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Σάλτο
- Rangrazi, R. P. (1997). *Διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση*. University Studio Press, Θεσσαλονίκη.
- Σολομών, Ι. (1999). *Εσωτερική Αξιολόγηση & Προγραμματισμός του Εκπαιδευτικού Έργου στη Σχολική Μονάδα*. Αθήνα, Παιδαγωγικό Ινστιτούτο.

Για μια αρχική αξιολόγηση του περιεχομένου απευθυνθήκαμε στο Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, σε μέλη της Ακαδημαϊκής Κοινότητας, Σχολικούς Συμβούλους, Προϊσταμένους Γραφείων Φυσικής Αγωγής και Εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής.

Ευχαριστούμε θερμά τους:

κ. Γεώργιο Δογάνη, Αναπληρωτή Καθηγητή ΤΕΦΑΑ, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης,  
κ. Αθανάσιο Παπαϊωάννου, Επίκουρο Καθηγητή ΤΕΦΑΑ, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης,

κ. Αγγελική Τσαμπακίδου, Ειδική Πάρεδρο Παιδαγωγικού Ινστιτούτου, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης,

κ. Χριστόφορο Βήττα, κ. Ευστάθιο Ζάννα, κ. Γεώργιο Ματάνη, κ. Μάριο Ντουντούλα, κ. Αρετή Παππά, κ. Αχιλλέα Χαντζιζάρα, Σχολικούς Συμβούλους Φυσικής Αγωγής,

κ. Μερόπη Καϊρή, Προϊσταμένη Γραφείου Φυσικής Αγωγής,

κ. Ιωάννα Δούκα, κ. Ραδή Θεοδωρίδη, Εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής,

για την άμεση ανταπόκρισή τους και την εν γένει εποικοδομητική συμβολή τους στην ολοκλήρωση αυτής της προσπάθειας.

Ευχαριστούμε επίσης τα παιδιά του δημοτικού και του γυμνασίου της Αρχαίας Ολυμπίας για τη συμμετοχή τους στη φωτογράφιση.