



Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL



Αυτό το έργο διατίθεται με την άδεια χρήσης Creative Commons Attribution 4.0 International Licer
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL



Εισαγωγή

Στην ενότητα αυτή παρουσιάζεται η μεθοδολογία για την ενσωμάτωση της Αγωγής Περιπέτειας και Υπαίθρου (ΟΑΕ) στη Φυσική Αγωγή (ΦΑ) για την προώθηση της Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης (SEL). Οι εκπαιδευτικοί θα διερευνήσουν τις θεωρητικές βάσεις, τη βιωματική παιδαγωγική και μια σειρά από δραστηριότητες ΟΑΕ προσαρμοσμένες για την ανάπτυξη ικανοτήτων SEL. Μέσω τεκμηριωμένων στρατηγικών, οι εκπαιδευτικοί θα μάθουν να σχεδιάζουν σκόπιμα μαθησιακά περιβάλλοντα που ενθαρρύνουν την ομαδική εργασία, την ενσυναίσθηση, τη λήψη αποφάσεων και την ανθεκτικότητα.

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL



Εισαγωγή

Χρησιμοποιώντας παραδείγματα από τη Φυσική Αγωγή και υπαίθρια πλαίσια, η ενότητα αυτή προσφέρει έναν ολοκληρωμένο, πρακτικό οδηγό για τη δημιουργία αποτελεσματικών μαθημάτων. Απώτερος στόχος είναι να ενδυναμώσει τους εκπαιδευτικούς να χρησιμοποιούν την ΟΑΕ ως μια δυναμική και χωρίς αποκλεισμούς προσέγγιση για τη διδασκαλία της SEL μέσω της ενεργητικής, βιωματικής μάθησης.

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL



Μετά την ολοκλήρωση της ενότητας 2 οι εκπαιδευτικοί θα

- Κατανοούν τις αρχές της βιωματικής μάθησης.
- Γνωρίζουν τις παιδαγωγικές στρατηγικές για το σχεδιασμό δραστηριοτήτων και μαθημάτων ΟΑΕ.
- Προσδιορίζουν διαφορετικές κατηγορίες και τυπολογίες δραστηριοτήτων: δραστηριότητες πρωτοβουλιών και υπαίθριες δραστηριότητες.
- Κατανοούν την παιδαγωγική προσέγγιση που απαιτείται για τον σχεδιασμό δραστηριοτήτων για την προώθηση της SEL μέσω της ΟΑΕ.



Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL



Περιεχόμενο

- Παιδαγωγική ομπρέλα (βιωματική μάθηση)
- Παιδαγωγικές στρατηγικές
- Κατηγορίες δραστηριοτήτων: δραστηριότητες πρωτοβουλιών και υπαίθρια δραστηριότητα
- Ο σχεδιασμός δραστηριοτήτων ΟΑΕ με βάση το SEL (κατανοήστε την ΕΝΟΤΗΤΑ)

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Θεωρητικά θεμέλια και πρακτικές προσεγγίσεις



Αυτή η ενότητα σας εξοπλίζει με θεωρητικές
και παιδαγωγικές στρατηγικές για να
σχεδιάσετε και να εφαρμόσετε την ΟΑΕ για
την SEL στη ΦΑ.



Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Επισκόπηση βασικών εννοιών



Εκπαίδευση στην Υπαίθρια Περιπέτεια (ΟΑΕ):

Περιλαμβάνει δομημένες προκλήσεις στην ύπαιθρο που απαιτούν συνεργασία, λήψη αποφάσεων και ανάληψη κινδύνων για την προώθηση της προσωπικής και ομαδικής ανάπτυξης (Priest & Gass, 2017).

Κοινωνική και συναισθηματική μάθηση (SEL): Είναι μια κρίσιμη πτυχή της εκπαιδευτικής επιτυχίας και των αποτελεσμάτων της ζωής.

Πλαίσιο Φυσικής Αγωγής: μέσω της κίνησης, της ομαδικής εργασίας και των βιωματικών εργασιών.

Συμβουλή ειδικού:

Ενσωματώστε την ΟΑΕ όχι ως μια "εφάπαξ" δραστηριότητα, αλλά ως μια συνεπή παιδαγωγική στρατηγική ευθυγραμμισμένη με τους στόχους της ΦΑ.

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

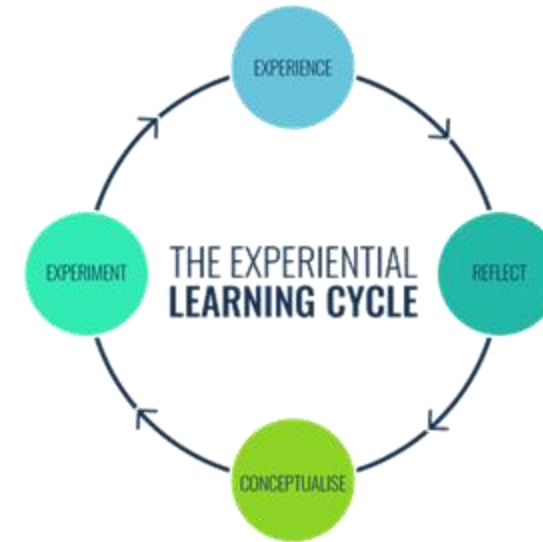
Βιωματική μάθηση: Ο παιδαγωγικός πυρήνας της ΟΑΕ



Τι είναι η βιωματική μάθηση;

Μια διαδικασία μάθησης μέσω άμεσης εμπειρίας, προβληματισμού και εφαρμογής.

Κεντρική θέση στην ΟΑΕ, επειδή οι μαθητές μαθαίνουν κάνοντας, και στη συνέχεια δημιουργώντας νόημα από αυτή την εμπειρία.

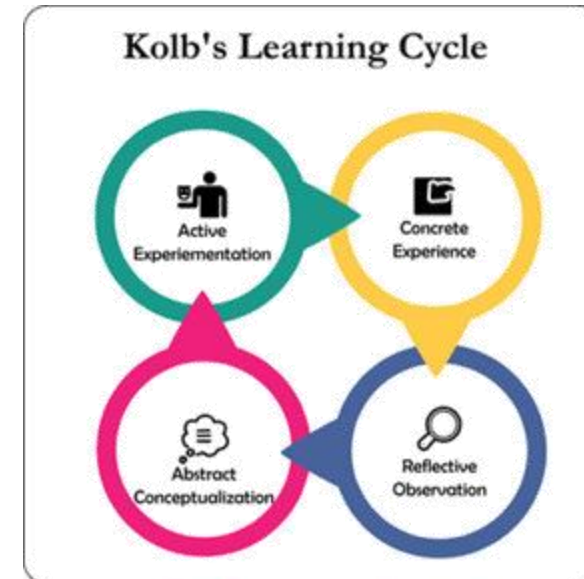


Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Βιωματική μάθηση: Kolb (1984)



1. **Εμπειρία από σκυρόδεμα:** Ενεργός συμμετοχή σε ένα έργο ή μια πρόκληση (π.χ. κατασκευή σχεδίας).
2. **Αναστοχαστική παρατήρηση:** Κοιτάζοντας πίσω σε ό,τι συνέβη (π.χ., Ποια συναισθήματα αναδύθηκαν; Πώς αλληλεπίδρασε η ομάδα;).
3. **Αφηρημένη εννοιολόγηση:** (π.χ. "Η καλή επικοινωνία αποτρέπει τη σύγχυση").
4. **Ενεργός πειραματισμός:** Εφαρμογή των όσων έμαθαν σε νέες καταστάσεις (π.χ. Δοκιμή διαφορετικών ομαδικών στρατηγικών στην επόμενη πρόκληση).



Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Παράδειγμα βιωματικού κύκλου μάθησης του Kolb



Φάση	Παράδειγμα δραστηριότητας	Σύνδεση SEL
Εμπειρία από σκυρόδεμα	Ομαδική διάσχιση μιας διαδρομής με σχοινί "ιστού αράχνης"	Αυτορρύθμιση, κοινωνική ευαισθητοποίηση
Αναστοχαστική παρατήρηση	Ερωτήσεις καθοδήγησης: "Τι ήταν εύκολο/δύσκολο;"	Δημιουργεί αυτογνωσία
Αφηρημένη εννοιολόγηση	"Γιατί ορισμένες στρατηγικές λειτούργησαν καλύτερα;"	Υπεύθυνη λήψη αποφάσεων, λήψη προοπτικών
Ενεργός πειραματισμός	Επόμενη εργασία με νέο κανόνα/περιορισμό	Προσαρμογή της συμπεριφοράς και δοκιμή βελτιωμένης επικοινωνίας

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Μαθαίνοντας μέσω της πράξης - Εφαρμοσμένη Παιδαγωγική στην ΟΑΕ



Γιατί η βιωματική μάθηση ταιριάζει απόλυτα στην ΟΑΕ:

- Οι δραστηριότητες είναι απρόβλεπτες, ενεργές και κοινωνικά δυναμικές.
- Η μάθηση συμβαίνει **στο πλαίσιο**, όχι μόνο με οδηγίες ή θεωρία.
- Ενθαρρύνει **τα εσωτερικά κίνητρα** και την ιδιοκτησία της μάθησης.



Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Ειδικές εφαρμογές της βιωματικής μάθησης για τον ΟΑΕ



Τεχνική ΟΑΕ	Πώς σχετίζεται με την βιωματική μάθηση	Αναπτυσσόμενη δεξιότητα SEL
Πρόκληση από επιλογή	Οι μαθητές επιλέγουν το επίπεδο εμπλοκής τους	Αυτογνωσία, αυτοδιαχείριση
Συμβάσεις πλήρους αξίας	Ομαδικές συμφωνίες για σεβασμό και αλληλοϋποστήριξη	Δεξιότητες σχέσεων, κοινωνικοί κανόνες
Καθοδηγούμενοι κύκλοι αναστοχασμού	Η ομάδα κάθεται μετά τη δραστηριότητα και συζητά τη συμπεριφορά, τα συναισθήματα	Ενσυναίσθηση, συναισθηματική έκφραση
Δομημένη αλληλουχία	Δραστηριότητες που ενισχύουν την πολυπλοκότητα και τις ευκαιρίες προβληματισμού	Εμπιστοσύνη, υπεύθυνη λήψη αποφάσεων

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Παιδαγωγικές στρατηγικές για την SEL στην ΟΑΕ



1. **Εναρκτήριο ερέθισμα:** Προετοιμάστε τους μαθητές συναισθηματικά και διανοητικά.

"Η σημερινή πρόκληση θα επικεντρωθεί στην υπομονή και την επικοινωνία".

2. **Πλαισίωση:** Συνδέστε τη δραστηριότητα άμεσα με την SEL.

"Αυτή η δραστηριότητα μας βοηθά να παρατηρήσουμε πώς ακούμε τους άλλους".

3. **Ενημέρωση:** Χρησιμοποιήστε ερωτήσεις ανοικτού τύπου για να ενθαρρύνετε τον προβληματισμό.

"Τι παρατηρήσατε σχετικά με την αντίδρασή σας στην πρόκληση;"

4. **Μεταφορά:** Βοηθήστε τους μαθητές να συνδέσουν τα μαθήματα με το σχολείο ή τη ζωή.

"Πώς θα μπορούσε αυτή η δεξιότητα ομαδικής εργασίας να σας βοηθήσει σε ομαδικές εργασίες;"



Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Δραστηριότητες πρωτοβουλίας - Δομικά στοιχεία για την SEL



Δέσιμο ομάδας:

"Πές το όνομα" - Δημιουργεί κοινωνική ευαισθητοποίηση.

Παιχνίδια εμπιστοσύνης:

"Ίτιά στον άνεμο" - Εμπιστοσύνη και ενσυναίσθηση.

Εργασίες επίλυσης προβλημάτων:

"Ανθρώπινος κόμπος" - Επικοινωνία και υπομονή.

Ομαδικές προκλήσεις:

"Pipeline" - Συνεργασία και ηγεσία.



**Να αναλογίζεστε πάντα τα
συναισθήματα και τη
δυναμική της ομάδας μετά
τη δραστηριότητα.**

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Σχεδιασμός δραστηριοτήτων ΟΑΕ με χρήση του μοντέλου UNIT
(προσαρμοσμένο για SEL)



U - Καταλαβαίνω: Προσδιορίστε ποια ικανότητα SEL στοχεύει.

N - Ονομάζω: Πλαισιώνει τη δραστηριότητα με τον συγκεκριμένο στόχο SEL.

I - Εφαρμόζω: Χρησιμοποιήστε την αντίστοιχη εργασία ΟΑΕ.

T - Μεταφέρω: Διευκόλυνση του αναστοχασμού για τη σύνδεση της εμπειρίας με μελλοντική χρήση.

Ξεκινήστε κάθε ενότητα με έναν στοχευμένο στόχο SEL.

Η εστίαση δημιουργεί σαφήνεια και αυτοπεποίθηση - τόσο για τον εκπαιδευτικό όσο και για τους μαθητές.

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Παράδειγμα μαθήματος #1 Προσανατολισμός & Συναισθηματική αυτογνωσία



U - Καταλαβαίνω:

SEL Focus: Αυτογνωσία - αναγνώριση συναισθημάτων σε καταστάσεις που βασίζονται σε επιδόσεις.

N - Ονομάζω:

"Σήμερα θα μάθουμε να παρατηρούμε και να ονομάζουμε τις συναισθηματικές μας αντιδράσεις όταν αντιμετωπίζουμε άγχος ή παίρνουμε αποφάσεις".

I - Εφαρμόζω:

Δραστηριότητα: Σχολικός χώρος ή πάρκο

Δίνεται στους μαθητές ένας χάρτης και σημεία ελέγχου (περιορισμένος χρόνος - εισάγεται πίεση).

T - Μεταφέρω (Ερωτήσεις αναστοχασμού):

"Τι συναισθήματα νιώσατε όταν ήσασταν πίσω ή χαμένοι;"

"Πώς τα συναισθήματά σας επηρέασαν τις αποφάσεις σας;"

"Πώς μπορείτε να αναγνωρίσετε και να διαχειριστείτε αυτά τα συναισθήματα σε μια δοκιμασία ή ένα παιχνίδι;"

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Παράδειγμα μαθήματος #2 Περίπατος εμπιστοσύνης & δεξιότητες σχέσεων



U - Καταλαβαίνω:

SEL Focus: Δεξιότητες σχέσεων - ακρόαση, υποστήριξη των άλλων και εμπιστοσύνη στους συνομηλίκους.

N - Ονομάζω:

"Αυτή η δραστηριότητα αφορά την προσεκτική ακρόαση και την οικοδόμηση εμπιστοσύνης - δεξιότητες που θα χρειαστείτε σε εργασίες στην τάξη και σε αθλητικές ομάδες."

I - Εφαρμόζω:

Δραστηριότητα: Περπατήστε σε ζευγάρια ή ομάδες

Οι μαθητές οδηγούν συνεργάτες με δεμένα μάτια σε μια απλή διαδρομή εμποδίων χρησιμοποιώντας μόνο λεκτικές ενδείξεις.

T - Μεταφέρω (Ερωτήσεις αναστοχασμού):

"Τι σας έκανε να αισθάνεστε ασφαλής ή ανασφαλής;"

"Τι σας βοήθησε να εμπιστευτείτε τον σύντροφό σας;"

"Πώς η εμπιστοσύνη βελτιώνει την ομαδική εργασία ή τις αθλητικές ομάδες;"

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Βασικές παιδαγωγικές αρχές



Παιδαγωγική

Εφαρμογή στην ΦΑ/ΟΑΕ

SEL

Βιωματική μάθηση (Kolb)

Μάθηση μέσω της πράξης →
αναστοχασμός → εφαρμογή

Και οι 5 ικανότητες SEL

Πρόκληση από επιλογή

Οι μαθητές επιλέγουν το επίπεδο
συμμετοχής

Δημιουργεί αυτονομία και
αυτοδιαχείριση

Διαδοχικές εμπειρίες

Οι δραστηριότητες αυξάνονται σε
πολυπλοκότητα και ένταση

Σταδιακή ανάπτυξη δεξιοτήτων
SEL

Εμπρόσθια φόρτωση

Σκόπιμη διαμόρφωση των στόχων πριν
από τη δραστηριότητα

Επικεντρώνει την προσοχή σε
στόχους SEL

**Απολογισμός &
αναστοχασμός**

Καθοδηγούμενη συζήτηση ή ημερολόγιο
μετά τη δραστηριότητα

Πρωθεί την αυτογνωσία και τη
συναισθηματική διορατικότητα

Μεταφορά

Αντλώντας συνδέσεις από την εμπειρία
με καταστάσεις της πραγματικής ζωής

Εξασφαλίζει διαρκή ανάπτυξη της
SEL

Τμήμα 2: Μεθοδολογική προσέγγιση ΟΑΕ και SEL

Βασικές παιδαγωγικές αρχές



Τελική σκέψη για τους εκπαιδευτικούς:

"Το SEL δεν είναι κάτι επιπλέον - είναι κάτι που συμβαίνει ήδη στα μαθήματα φυσικής αγωγής. Με την ΟΑΕ και την σκόπιμη παιδαγωγική, μπορείτε να την κάνετε ρητή, ενδυναμωτική και μετασχηματιστική".