

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Εργασία στο μάθημα: Διδακτική της Φυσικής Αγωγής

Διδάσκων: κ. Α. Τοσουνίδης

Φοιτήτρια: Μπουντουρά Βιργινία

ΑΕΜ: 4701

Θέμα: Σχεδιασμός διδασκαλίας για μαθητές δημοτικού σχολείου.

Σχολείο: 3ο Δημοτικό Σχολείο Φλώρινας

Τάξη: Γ' τάξη δημοτικού

Αριθμός μαθητών: περίπου 20-22

Διδακτική ώρα: 1 διδακτική ώρα (45 λεπτά)



Φλώρινα, 2021.

Περιεχόμενα

Θέμα εργασίας.....	2
Στόχοι διδασκαλίας.....	2
Εξοπλισμός.....	3
Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα.....	3
Σχέδιο διδασκαλίας.....	4
Βιβλιογραφία.....	8

Θέμα εργασίας

Η παρούσα διδασκαλία απευθύνεται στους μαθητές της Γ΄ τάξης Δημοτικού Σχολείου και συγκεκριμένα θα υλοποιηθεί στο 3ο Δημοτικό Σχολείο της Φλώρινας. Το διδακτικό σενάριο αφορά το μάθημα της φυσικής αγωγής και περιλαμβάνει ζέσταμα, παιχνίδια και ασκήσεις, αποθεραπεία και μία μικρή συζήτηση στο τέλος της ώρας. Η διδασκαλία είναι σχεδιασμένη για μία διδακτική ώρα, διάρκειας 45 λεπτών και συγκεκριμένα θα υλοποιηθεί την 1η διδακτική ώρα, περίπου από τις 8:15 μέχρι τις 9:00, στο γυμναστήριο του σχολείου. Το διδακτικό σενάριο αποσκοπεί στην απόκτηση ισορροπίας, συγκέντρωσης αλλά και θετικής ψυχολογίας των μαθητών, μέσα από μία σειρά ασκήσεων εκτόνωσης. Ο αριθμός των μαθητών είναι περίπου 20 και οι ασκήσεις είναι προσαρμοσμένες, ώστε να μπορούν να υπάρχουν ομάδες για αποτελεσματικότερη σωματική άσκηση, αλλά και για να αποφευχθούν η σύγχυση και η απόσπαση προσοχής των μαθητών που περιμένουν να ασκηθούν.

Στόχοι διδασκαλίας

Οι μαθητές αναμένεται μετά το πέρας της διδασκαλίας:

- Να μπορούν να συγκεντρώνονται και να θυμούνται τα ζητούμενα των παιχνιδιών.
- Να μπορούν να ισορροπούν στο ένα πόδι σε μία σύντομη διαδρομή.

- Να μπορούν να συνεργάζονται για έναν κοινό σκοπό με τους συμμαθητές τους σε ανάμεικτες ομάδες.
- Να έχουν υπομονή και να σέβονται τον συμμαθητή τους που αγωνίζεται.

Εξοπλισμός

- Μπάλες
- Στεφάνια
- Κώνοι
- Τουβλάκια
- Πλαστικά κοντάρια
- Αντισηπτικό

Αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Οι μαθητές θα είναι σε θέση:

- Να τρέχουν, να ακολουθούν συγκεκριμένη πορεία και να κρατούν ταυτοχρόνως μπάλα στα χέρια τους. Έτσι θα βελτιώσουν την αντιληπτική τους ικανότητα.
- Να κάνουν ισορροπία, κουτσό, πέρασμα εμποδίων και τρέξιμο, βελτιώνοντας έτσι τόσο την οπτική και αντιληπτική ικανότητά τους αλλά και γενικότερα τη συγκέντρωσή τους και την αφοσίωσή τους στη διαδρομή του παιχνιδιού.

Σχέδιο διδασκαλίας

Πρώτη φάση: Ζέσταμα (5 λεπτά περίπου)

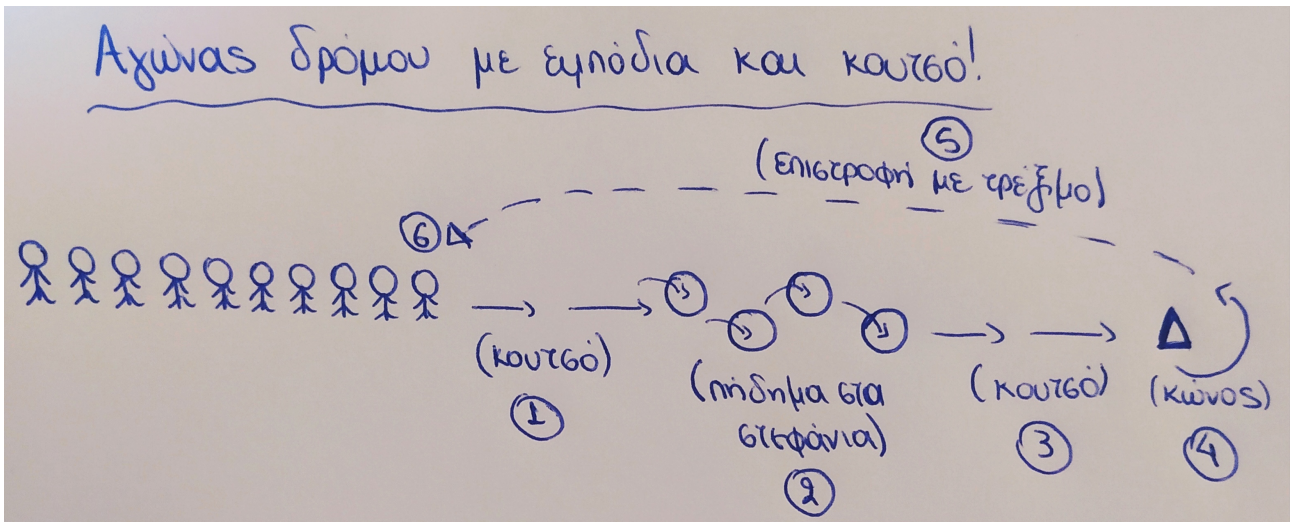
Οι μαθητές τα πρώτα 5 λεπτά θα κάνουν το ζέσταμα του σώματός τους. Θα ξεκινήσουμε με ελαφρύ τρέξιμο για δύο κύκλους γύρω από το γήπεδο του γυμναστηρίου, μετά θα συνεχίσουμε με πλάγια βήματα κατά μήκος της μεγάλης γραμμής του γηπέδου, έπειτα στη μικρή γραμμή θα κάνουμε την άσκηση με γόνατα ψηλά, στην άλλη μεγάλη γραμμή του γηπέδου θα κάνουμε τρέξιμο με φτέρνες πίσω και στην άλλη μικρή γραμμή του γηπέδου θα κάνουμε περπάτημα με εκτάσεις χεριών προς τα πάνω.

Δεύτερη φάση: Παιχνίδια-Ασκήσεις (25-30 λεπτά περίπου)

1η δραστηριότητα: Αγώνας δρόμου με εμπόδια και κουτσό! (7 λεπτά περίπου)

Θα χωρίσω τους μαθητές σε δύο ομάδες, αποτελούμενες και από αγόρια και από κορίτσια, των 10 περίπου ατόμων και θα ξεκινήσει ο αγώνας. Αρχικά, ο κάθε μαθητής με κουτσό θα πρέπει να περάσει μέσα από τέσσερα στεφάνια και να κατευθυνθεί πάλι με κουτσό μέχρι τον κώνο που θα είναι τοποθετημένος απέναντί του. Στην επιστροφή και αφού περάσει τον κώνο θα τρέξει, θα ακουμπήσει το χέρι του επόμενου για να ξεκινήσει και θα μπει τελευταίος στη σειρά.

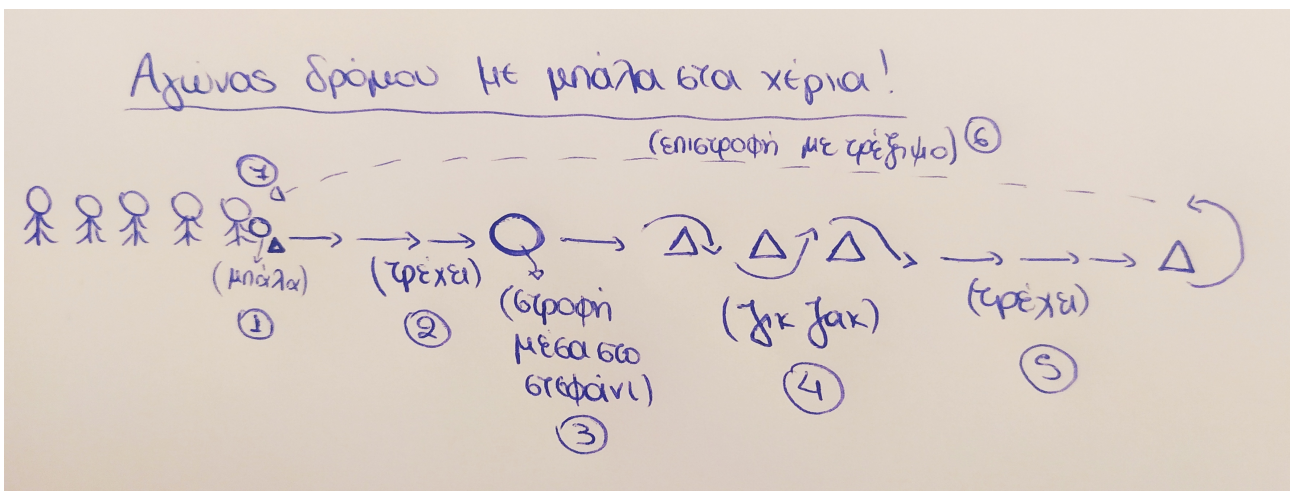
Η δραστηριότητα επεξηγείται στην εικόνα παρακάτω.



2η δραστηριότητα: Αγώνας δρόμου με μπάλα στα χέρια! (7 λεπτά περίπου).

Θα χωρίσω τους μαθητές σε 4 ομάδες των 5 ατόμων. Θα ξεκινήσουν αρχικά με τρέξιμο, θα φτάσουν στο στεφάνι θα μπουν μέσα και θα κάνουν μια περιστροφή, έπειτα θα περάσουν τους κώνους με ζικ ζακ, θα τρέξουν, θα περάσουν τον κώνο και θα συνεχίσουν με τρέξιμο, δίνοντας την μπάλα στον επόμενο για να συνεχίσει την ίδια διαδικασία.

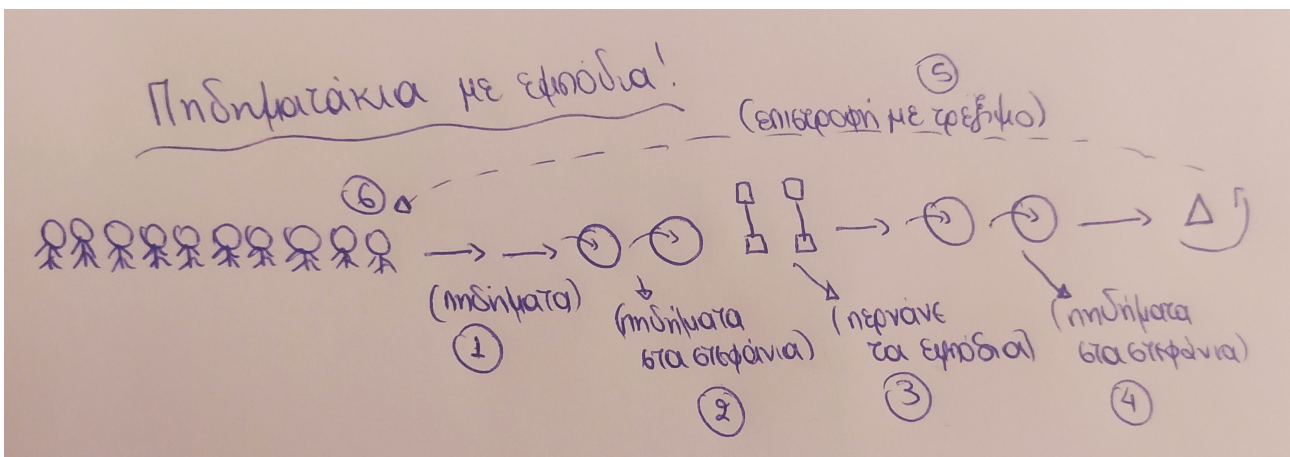
Ακολουθεί σχεδιάγραμμα της δραστηριότητας.



3η δραστηριότητα: Πηδηματάκια με εμπόδια! (διάρκεια 7 λεπτά περίπου).

Θα χωρίσω τους μαθητές σε 2 ομάδες των 10 ατόμων και θα ακολουθήσει η δραστηριότητα. Αρχικά, οι μαθητές με πηδηματάκια φτάνουν στα στεφάνια, πηδούν μέσα σε αυτά, έπειτα περνούν πάνω από τα εμπόδια με πηδηματάκια, μετά πάλι περνούν από τα επόμενα στεφάνια και τέλος φτάνουν στον κώνο από όπου γυρνούν πίσω με τρέξιμο και ξεκινάει ο επόμενος.

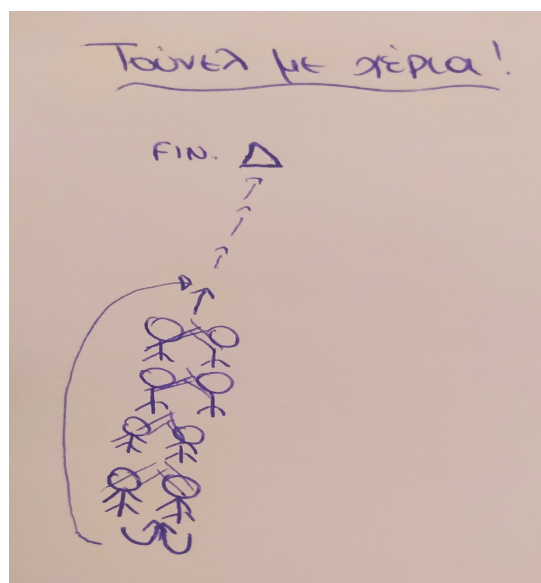
Η δραστηριότητα περιγράφεται στο ακόλουθο σχεδιάγραμμα.



4η δραστηριότητα: Τούνελ με χέρια! (διάρκεια 5 λεπτά).

Στην άσκηση αυτή βάζουμε πρώτα αντισηπτικό στα χέρια μας και ξεκινάμε. Χωρίζουμε τους μαθητές σε 2 ομάδες των 10 ατόμων και κάνουμε ζευγαράκια δύο δύο σχηματίζοντας με τα χέρια μας τούνελ. Το τελευταίο ζευγαράκι περνάει μέσα από το τούνελ και μπαίνει πρώτο και η διαδικασία αυτή επαναλαμβάνεται μέχρι να φτάσει η πρώτη ομάδα στον κώνο και να λήξει το παιχνίδι με μία νίκη.

Το παιχνίδι επεξηγείται και στο παρακάτω σχήμα.



Τέλος, για 5 λεπτά περίπου θα κάνουμε ασκήσεις αποθεραπείας για να χαλαρώσουν τα παιδιά και να φύγει η ένταση. Θα ξεκινήσουμε με λίγες εκτάσεις χεριών και έπειτα θα ακολουθήσουν λίγες ασκήσεις για να χαλαρώσουν τα πόδια.

Τα τελευταία λεπτά θα συζητήσουμε με τους μαθητές αν τους άρεσαν οι δραστηριότητες, τί είναι αυτό που θα ήθελαν να ξανακάνουν και αν υπήρξε κάτι που δεν τους άρεσε.

Βιβλιογραφία

- Σχολικό βιβλίο, Φυσική Αγωγή Γ΄ και Δ΄ Δημοτικού

http://ebooks.edu.gr/ebooks/v/html/8547/2264/Fysiki-Agogi_G-D-Dimotikou_html-empl/

- Βιβλίο δασκάλου, Φυσική Αγωγή Γ΄ και Δ΄ Δημοτικού

<http://ebooks.edu.gr/ebooks/handle/8547/4882>