



Καλές Πρακτικές για την Υποστήριξη της Φυσικής Αγωγής μέσω Ηλεκτρονικής Μάθησης

Τσιάτσος Θρασύβουλος

Αναπληρωτής Καθηγητής

Εργαστήριο Λογισμικού και Διαδραστικών Τεχνολογιών

Τμήμα Πληροφορικής

Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

tsiatsos@csd.auth.gr

<http://users.auth.gr/~tsiatsos/>

Ας δούμε το Πρόγραμμα Σπουδών της ΦΑ στο Λύκειο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

- **Ευκαιρίες για μάθηση:** Τουλάχιστον 90 λεπτά ανά βδομάδα (2 ώρες διδασκαλία/βδομάδα) για κάθε μαθητή/μαθήτρια εντός σχολείου. Επιπροσθέτως,
 - στρατηγικές παρακίνησης/ενθάρρυνσης των μαθητών/μαθητριών για άσκηση και
 - φυσικές δραστηριότητες και εκτός σχολείου για τουλάχιστον άλλα 330 λεπτά την εβδομάδα, ώστε να επιτυγχάνεται ο στόχος των 60 λεπτών καθημερινής μέτριας-έντονης άσκησης ή/και φυσικής δραστηριότητας.
- **Κατάλληλη διδασκαλία:** Ένα εύρος μεθόδων διδασκαλίας που δίνουν έμφαση στη συμμετοχή, στην συνεργασία, στην προσωπική βελτίωση, στη θετική κοινωνική αλληλεπίδραση σε ομαδοσυνεργατικές πρακτικές και στην ενεργητική εμπλοκή των μαθητών στην εκπαιδευτική διαδικασία.

Ας δούμε το Πρόγραμμα Σπουδών της ΦΑ στο Λύκειο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

- **Περιεχόμενο που έχει νόημα για τους μαθητές/μαθήτριες:** Η διδασκαλία μιας ποικιλίας δραστηριοτήτων που καλύπτουν ένα σημαντικό εύρος αναγκών και ενδιαφερόντων των μαθητών/μαθητριών, σχεδιασμένες να βοηθήσουν στη **σωματική, γνωστική, κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη** κάθε μαθητή και μαθήτριας.
- **Αξιολόγηση του μαθητή:** Αυθεντική αξιολόγηση των μαθητών/μαθητριών σύμφωνα με το βαθμό επίτευξης συγκεκριμένων στόχων και με βασικά κριτήρια την
 - **πρόοδο/βελτίωση** του μαθητή/μαθήτριας,
 - την προσπάθεια,
 - την προσωπική και κοινωνική **συμπεριφορά**.

Οι οδηγοί των Εκπαιδευτικών

- **Επιμέρους σκοπός 1:** Επιδεικνύει ικανότητα σε ένα εύρος αθλητικών και κινητικών δεξιοτήτων που είναι χρήσιμες για την επίτευξη του στόχου της **δια βίου άσκησης** για υγεία και ποιότητα ζωής.
- **Επιμέρους σκοπός 2:** Κατανοεί και είναι σε θέση να εφαρμόσει **γνώσεις και έννοιες** των επιστημών που συμβάλουν στη δια βίου άσκηση για υγεία και ποιότητα ζωής.

Οι οδηγοί των Εκπαιδευτικών

- **Επιμέρους σκοπός 3:** Είναι σε θέση να αναπτύξει και να διατηρήσει ένα επίπεδο φυσικής κατάστασης για υγεία, **μέσα από τη συστηματική συμμετοχή του** σε ένα εύρος σωματικών δραστηριοτήτων.
- **Επιμέρους σκοπός 4:** Επιδεικνύει υπεύθυνη κοινωνική συμπεριφορά, σεβασμό στη διαφορετικότητα, κατανόηση του άλλου φύλου και έχει αναπτύξει **κατάλληλες κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες** που συμβάλλουν στη δια βίου άσκηση για υγεία και ποιότητα ζωής.

Ποια είναι τα προβλήματα/εμπόδια?

- Ελάχιστος χρόνος για πραγματική φυσική δραστηριότητα εβδομαδιαία στο σχολείο: 11' πραγματικός χρόνος στη διδακτική ώρα
- Ελάχιστος χρόνος των μαθητών για φυσική δραστηριότητα έξω από τα σχολεία λόγω άλλων δραστηριοτήτων

Ποια είναι τα προβλήματα/εμπόδια?

- Η αλλαγή **στάσεων** και **συμπεριφορών** απαιτεί συνεχή και μακροχρόνια προσπάθεια
- **Κόστος** (π.χ. εξοπλισμού)
- Έλλειψη **κινήτρου** για φυσική δραστηριότητα
- Φόβος **τραυματισμών**
- Δυσκολία **διαχείρισης** προσωπικών στόχων
- Έλλειψη **γνώσεων** για εφαρμογή προγραμμάτων φυσικής δραστηριότητας

Πως μπορεί να βοηθήσει η τεχνολογία



Τι αναφέρουν οι οδηγοί των Εκπαιδευτικών?

- Κοινωνικά **δίκτυα** και ιστολόγια
 - διαδικτυακές κοινότητες, να μοιραζόμαστε εμπειρίες και να συμμετέχουμε στην επίτευξη κοινών στόχων στο πλαίσιο π.χ. ενός σχεδίου εργασίας
- Έξυπνα **κινητά** (smartphones) και εφαρμογές τους
 - προγράμματα καταγραφής βημάτων (smart pedometer), χιλιομετρικής απόστασης, αλλά και ρυθμού βάρδισης
 - μέτρηση θερμίδων πρόσληψης, κατανάλωση θερμίδων και σωματομετρήσεις

Πως τα κάνουμε αυτά πράξη



Καλή πρακτική 1: Παιχνιδοποίηση

Αξιοποίηση κινητών συσκευών και εφαρμογών με παιχνιδοκεντρική προσέγγιση (**gamification**)



Το ευρωπαϊκό έργο SUGAPAS

Supporting Gamified Physical Activities in & out of Schools



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



SUGAPAS

Supporting Gamified
Physical Activities
in & out of Schools



<http://sugapas.csd.auth.gr/>

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Το ευρωπαϊκό έργο SUGAPAS

Supporting Gamified Physical Activities in & out of Schools

- Υλοποίηση ψηφιακών παιχνιδιών
 - για φυσική δραστηριότητα
 - προώθηση υγιεινού τρόπου ζωής και σωστών διατροφικών συνηθειών

About us

SUGAPAS project has partners in 8 European countries that cover key EU regions in a balanced manner. SUGAPAS's partners maintain extensive networks across Europe with athletic associations (in different levels of sports and in our primary and secondary target groups, namely pupils and PE teachers respectively).

Partners and logos shown:

- SHOE icon
- CLASSICAL STATUE icon
- GAMES FOR HEALTH EUROPE
- S·H·E Schools for Health in Europe
- LITHUANIAN SPORTS UNIVERSITY
- UCAM UNIVERSIDAD CATÓLICA DE MURCIA
- EUPEA EUROPEAN PHYSICAL EDUCATION ASSOCIATION
- European University Cyprus
- HEART icon
- APPLE icon



<http://sugapas.csd.auth.gr/>

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Πρωτότυπη εφαρμογή

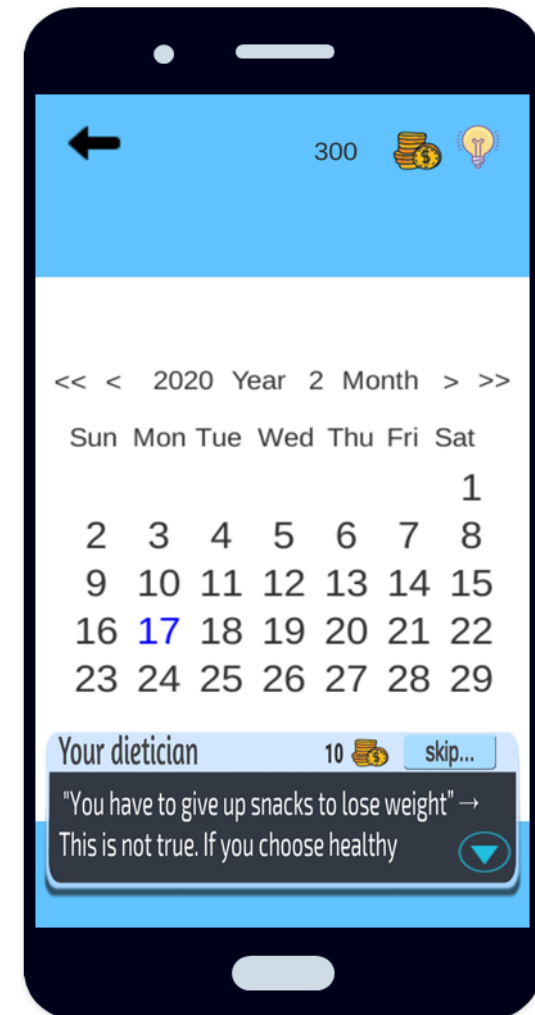


- Εκπαιδευτική Εφαρμογή για την Υγιεινή Διατροφή σε κινητές συσκευές (Κ. Καρυπίδου)
 - αλλαγή καθιστικής συμπεριφοράς
 - αλλαγή διατροφικών συνηθειών
 - προώθηση υγιεινού τρόπου ζωής
 - ελαχιστοποίηση εμποδίων για φυσική δραστηριότητα
- ΠΜΣ Διαδραστικές Τεχνολογίες Υλικού & Λογισμικού

Πρωτότυπη εφαρμογή



- Προτάσεις υγιεινών πρωινών, μεσημεριανών και βραδινών γευμάτων
- Προτάσεις υγιεινών σνακ
- Ανάγνωση και κατανόηση διατροφικών στοιχείων στις ετικέτες τροφίμων
- Οδηγίες ισορροπημένης διατροφής
- Υγιεινές τροφές υψηλές σε λιπαρά
- Τροφές που περιλαμβάνουν θρεπτικά συστατικά
- Ενημέρωση για τις κενές θερμίδες
- Υπενθύμιση των ποσοστών ισορροπημένης διατροφής

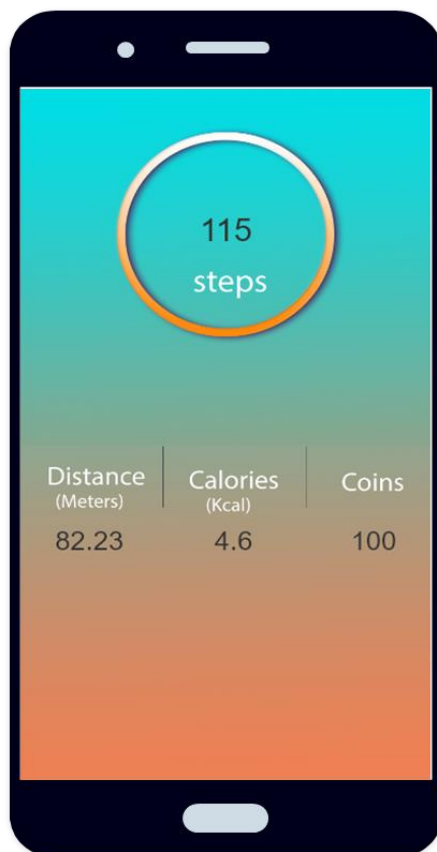


<https://ihst.csd.auth.gr/>

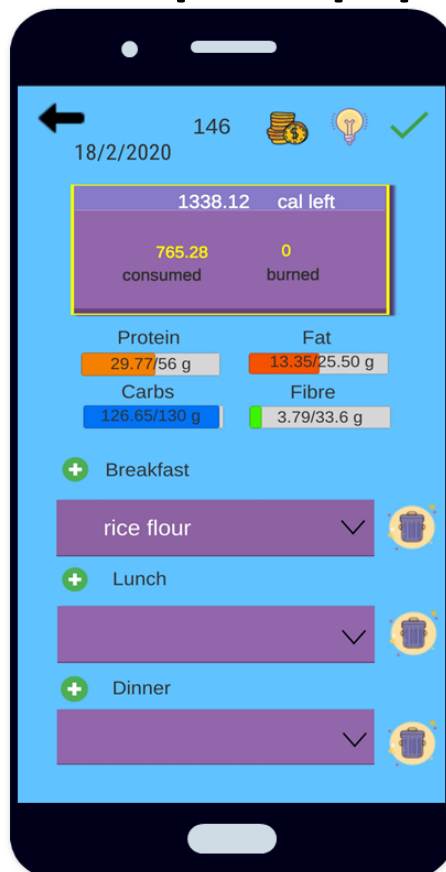
Πρωτότυπη εφαρμογή



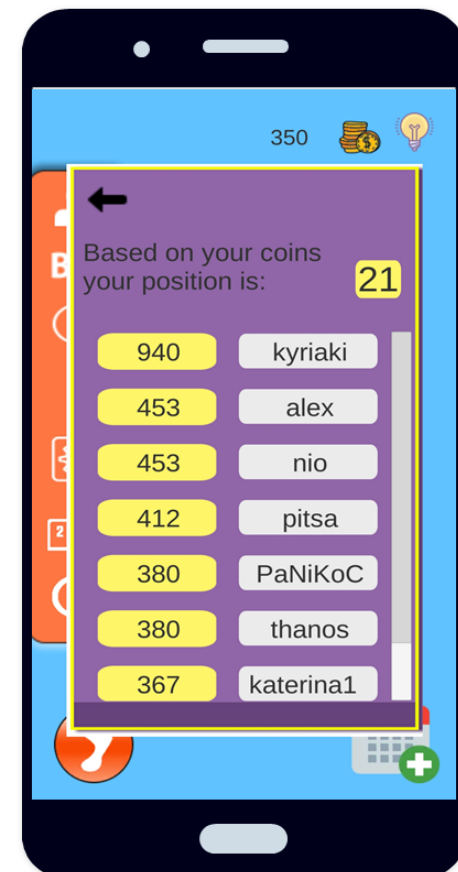
Ποδόμετρο



Προσθήκη Τροφής

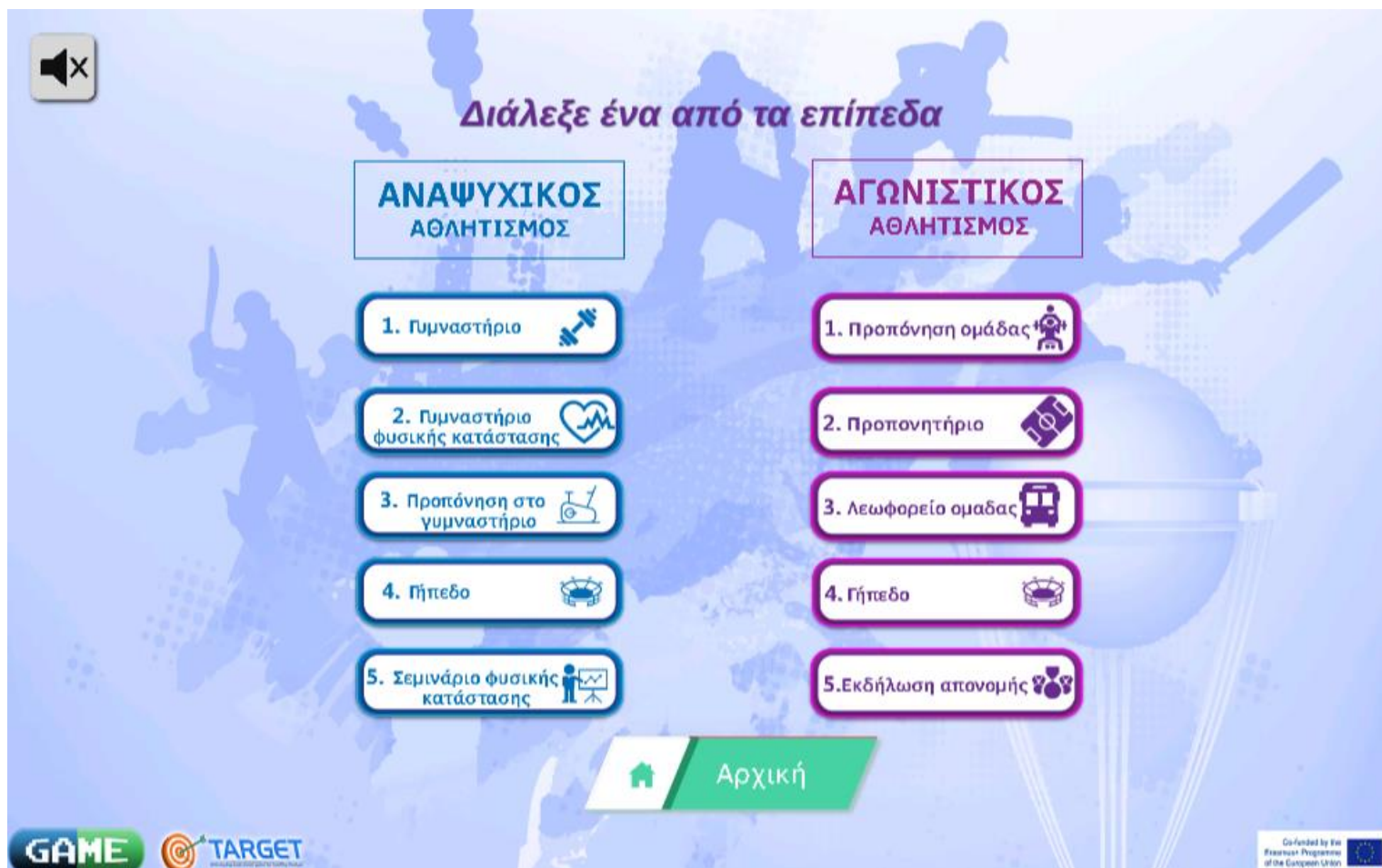


Leaderboards



Το ευρωπαϊκό έργο GAME

Ανάπτυξη παιχνιδιού (serious game) για την **χρήση αναβολικών**



<http://projectgame.phed.auth.gr/>

<http://games.csd.auth.gr/target/>

Το ευρωπαϊκό έργο HALT

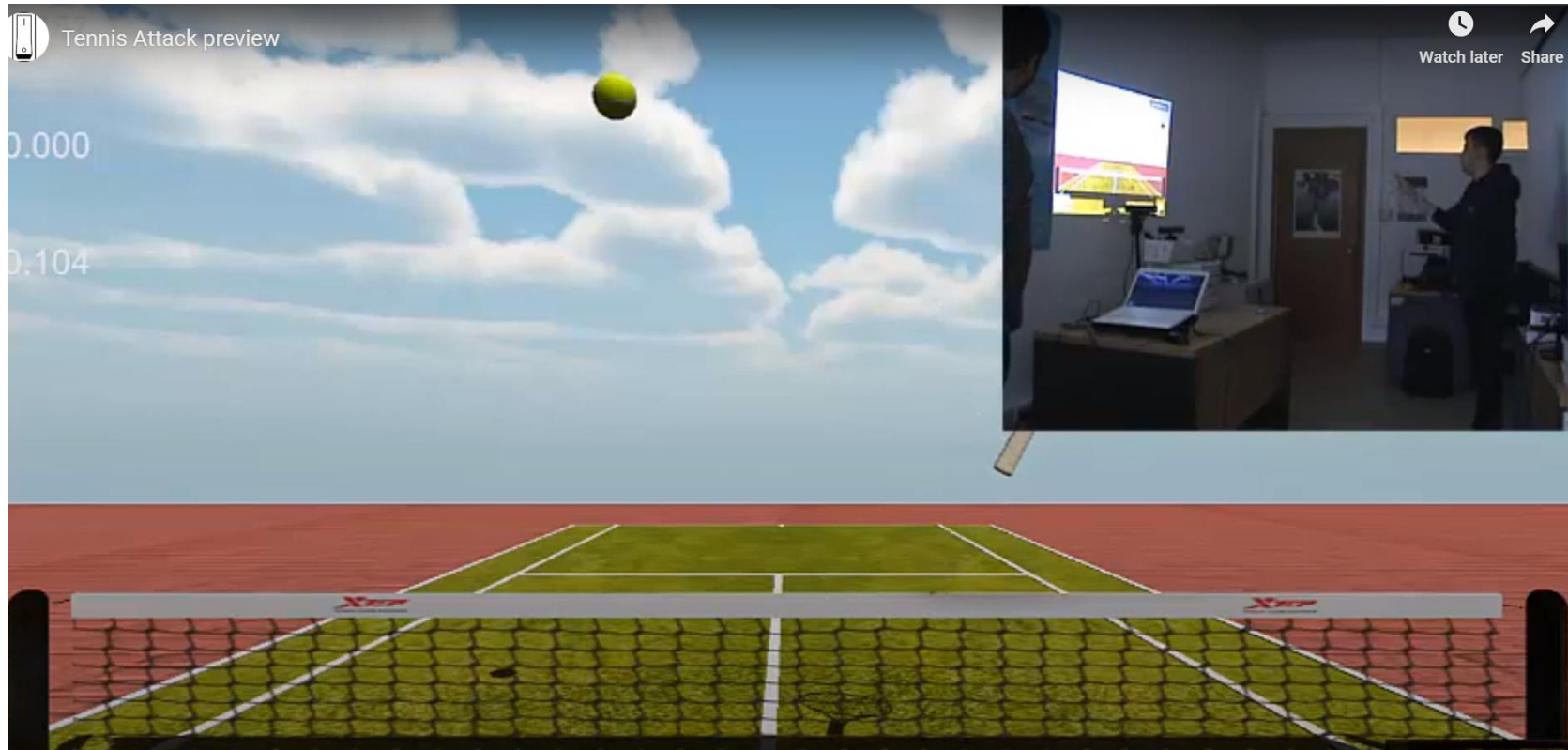
Ανάπτυξη παιχνιδιού (serious game) για την βία και την παρενόχληση στον αθλητισμό



Πρωτότυπη εφαρμογή exergame:

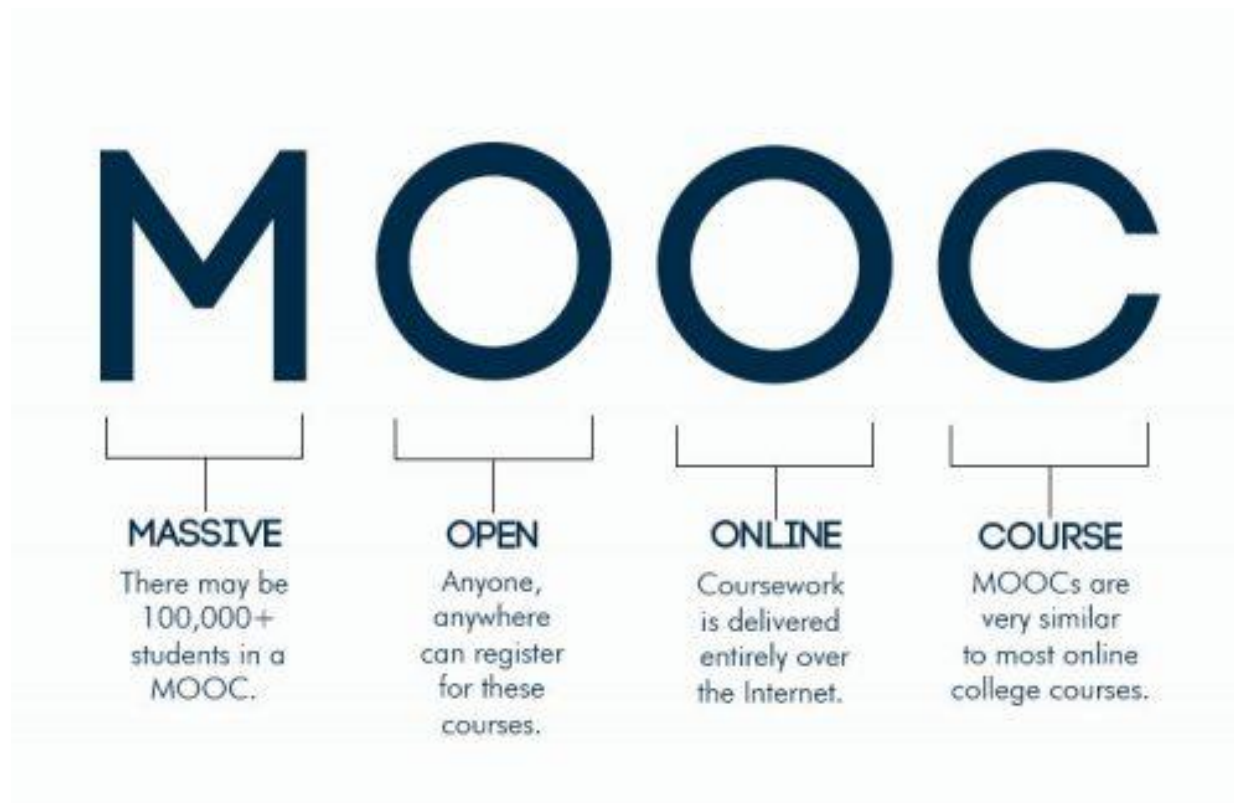
Tennis Attack

- Αύξηση χρόνου αντίδρασης στην αντισφαίριση (Ν. Πολιτόπουλος)



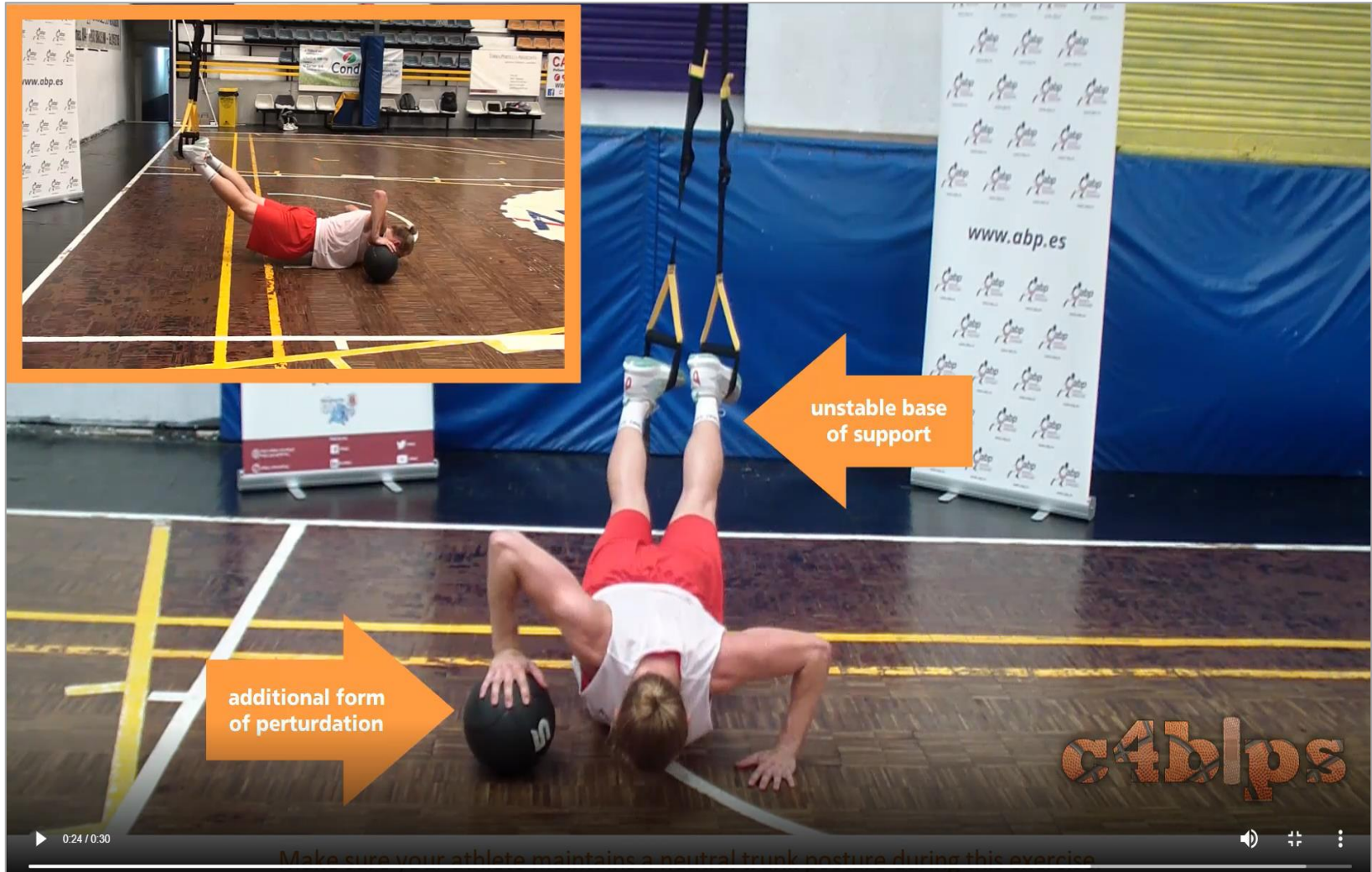
Καλή πρακτική 2: MOOCs

Μαζικά Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα
(Massive Open Online Courses)



Το ευρωπαϊκό έργο C4BIPS

Course for Basketball Injury Prevention Strategies



Το ευρωπαϊκό έργο **GOAL**

Gamified and Online Activities for Learning to Support Dual Careers of Athletes

Press **F11** to exit full screen
Log In
f t y in

ANNOUNCEMENTS
GOAL MOOC is here

Personal Skills Development - Decis...
Course >

Personal Skills Development - Team...
Course >

Entrepreneurship
Course >

GOAL COMPETITION
Visit >

Coaching in Sports
Course >

Sports Marketing
Course >

Sports Management
Course >

Latest badges

You have no badges to display

Services

All courses



<http://goal.csd.auth.gr/>

Διδασκαλία Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση

Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί

Διδασκαλία Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση

Ο παρών δικτυακός τόπος έχει σαν στόχο την υποστήριξη της διδασκαλίας Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών που συμπεριλαμβάνονται στο αναλυτικό πρόγραμμα σπουδών στη Φυσική Αγωγή στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση, καθώς και Ελληνικούς Παραδοσιακούς Χορούς από όλη την Ελλάδα.

Δίνεται έμφαση στην μεθοδολογία της διδασκαλίας του κάθε

Έτσι ο παρών δικτυακός τόπος ενσωματώνει ηλεκτρονικά με

(α) η θεωρητική προσέγγιση του κάθε χορού

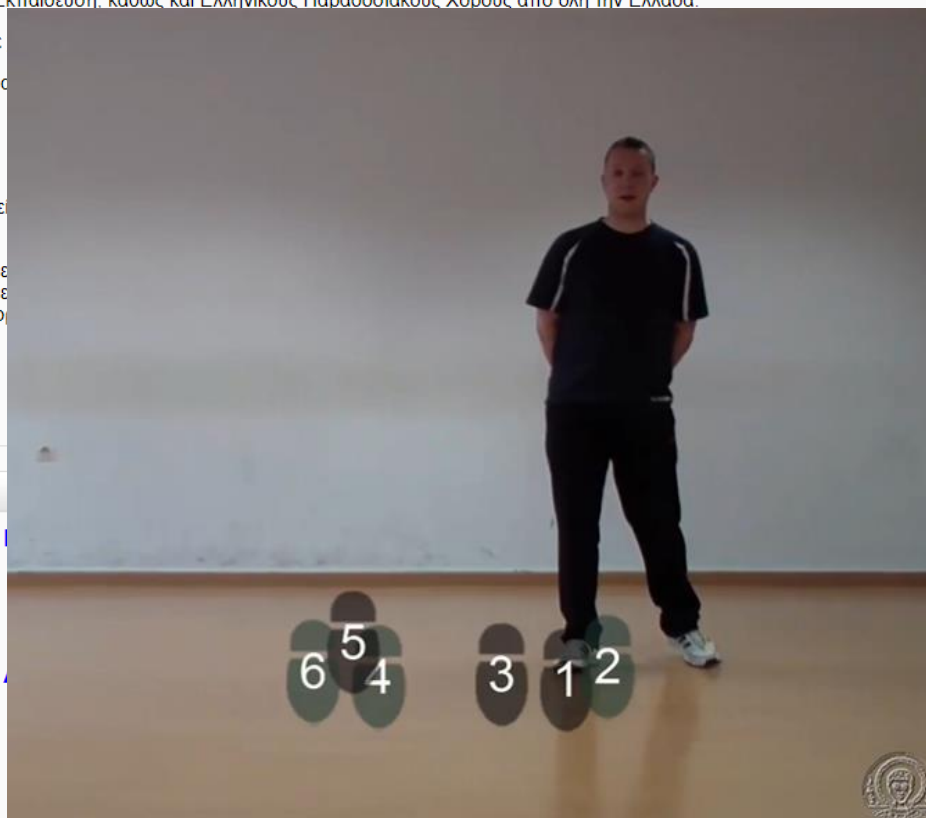
(β) η παρουσίαση της εκτέλεσής τους

Κάθε ηλεκτρονικό μάθημα περιλαμβάνει τα ακόλουθα στοιχεία

- Μεθοδολογία διδασκαλίας (ολική και μερική μέθοδος)
- Παρουσίαση, με χρήση βίντεο, του χορού με έναν χορεύτη
- Παρουσίαση, με χρήση βίντεο, του χορού με έναν χορεύτη
- Παρουσίαση, με χρήση βίντεο, του χορού με ομάδα χορευτών
- Γενικές πληροφορίες

Course categories

- 🎧 **Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση**
 - Εισαγωγικά Θέματα
 - Χοροί για την Α' και Β' Δημοτικού
 - Χοροί για την Γ' και Δ' Δημοτικού
 - Χοροί για την Ε' και ΣΤ' Δημοτικού
- 🎧 **Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί στην Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση**
 - Εισαγωγικά Θέματα
 - Χοροί για την Α' Γυμνασίου
 - Χοροί για την Β' Γυμνασίου
 - Χοροί για την Γ' Γυμνασίου
- 🎧 **Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση**



You are not logged in. ([Login](#))
English (en) ▼

Main Menu

👤 [Νέα του ιστοχώρου](#)

Calendar

June 2020						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Εκπαιδευτικός Ιστότοπος "Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί"

Ομάδα δημιουργίας

Στέλλα Δούκα
Καθηγήτρια, Τομέας
Ανθρωπιστικών Σπουδών και
Αναψυχής, Εργαστήριο
Διοίκησης Αθλητισμού,
Τουρισμού και Αναψυχής,
Τμήμα Επιστήμης Φυσικής
Αγωγής και Αθλητισμού Α.Π.Θ.

Θρασύβουλος Τσιάτσος
Αναπληρωτής Καθηγητής,
Εργαστήριο Πολυμέσων,
Τμήμα Πληροφορικής Α.Π.Θ.

Ελένη Σταυρίδου
Πληροφορικός, Τμήμα
Πληροφορικής Α.Π.Θ.

Γλυκερία Αλβανού
Πληροφορικός, Τμήμα
Πληροφορικής Α.Π.Θ.

Καλή πρακτική 3: Κοινότητες Πρακτικής

Οργανωμένοι διαδικτυακοί χώροι υποστήριξης
κοινοτήτων χρηστών για την ανταλλαγή
εμπειριών και απόψεων με στόχο τη
δημιουργία καλών πρακτικών



Το ευρωπαϊκό έργο **IMPACT**

Κοινότητα πρακτικής για καθαρό αθλητισμό

English (en) ▼

Log In



ANNOUNCEMENTS

Welcome to IMPACT



<http://project-impact-eu.phed.auth.gr/vcop/>

Συμπεράσματα (1/2)

- Υπάρχει τεχνολογία και τεχνογνωσία
- Τα ερευνητικά αποτελέσματα είναι θετικά
- Αναμένεται η εφαρμογή σε ακόμη μεγαλύτερη κλίμακα
- Αναδύονται καλές πρακτικές

Συμπεράσματα (2/2)

- Η τεχνολογία μπορεί να βοηθήσει στην Φυσική Αγωγή για
 - δια βίου εφαρμογή
 - μεγαλύτερη κλιμάκωση
 - επέκταση του χρόνου εμπλοκής με την ΦΑ

Σας ευχαριστώ!

Ερωτήσεις?

tsiatsos@csd.auth.gr



<https://goo.gl/v8j1ZP>