

ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ - ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Το Νέο Αναλυτικό Πρόγραμμα Φυσικής Αγωγής έχει συνταχθεί στηριζόμενο στις απαιτήσεις της σημερινής εποχής. Είναι βασισμένο στις σύγχρονες παιδαγωγικές αντιλήψεις και στοχεύει στη διαμόρφωση μιας νέας γενιάς με θετική στάση έναντι της άσκησης. Βασικό εργαλείο αποτελεσματικότητας του μαθήματος αποτελεί η υιοθέτηση από πλευράς εκπαιδευτικών σύγχρονων μεθοδολογικών προσεγγίσεων.

Η διαφοροποίηση στη Φυσική Αγωγή αποτελεί μοναδική πυξίδα διδασκαλίας και εξαιρετο μέσο βελτίωσης των μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Η διαφοροποίηση είναι η διαδικασία δια της οποίας διδάσκουμε διαφορετικούς μαθητές με ποικίλους και ιεραρχημένους – βάσει συγκεκριμένων κριτηρίων – τρόπους, ούτως ώστε να ανταποκριθούμε στις διαφορετικές ανάγκες μαθητών που συνυπάρχουν σε τάξεις μικτής ικανότητας (Κουτσελίνη, 2001).

Τα παιδιά διαφέρουν μεταξύ τους ως προς τα σωματομετρικά χαρακτηριστικά (βάρος, ύψος, αναλογία σε λιπώδη ιστό κα.), το σωματότυπο, το βαθμό ηλικιακής ωρίμανσης και το επίπεδο ανάπτυξης. Στη φυσική αγωγή είναι σημαντικό να χρησιμοποιούνται κατάλληλες πρακτικές που αναγνωρίζουν τις διαφοροποιημένες ικανότητες απόδοσης των παιδιών.

Η εποικοδόμηση της γνώσης για κάθε μαθητή ξεχωριστά στη Φυσική Αγωγή επιτυγχάνεται μέσα από την κατάλληλη διαφοροποίηση η οποία:

- διευκολύνει κάθε παιδί, ανεξάρτητα από την ικανότητά του,
- ικανοποιεί τις διαφορετικές μαθησιακές ανάγκες κάθε μαθητή,
- λαμβάνει υπόψη τις ατομικές διαφορές όπως: το επίπεδο ετοιμότητας, το επίπεδο φυσικής κατάστασης, τις διαφορές σε επιδεξιότητα, τα σωματομετρικά χαρακτηριστικά, την ηλικία και το φύλο.

Παράμετροι διαφοροποίησης διδασκαλίας στη Φυσική Αγωγή

Σε σχέση με τη διδασκαλία	<ul style="list-style-type: none">• Παρουσίαση θέματος στην έναρξη του μαθήματος, ανακοίνωση στους μαθητές για το τι αναμένουμε να εκτελέσουν και βοήθεια για εξάσκηση• Χρήση ελκυστικών μέσων παρουσίασης, εντοπισμός επιπέδων ετοιμότητας.
Σε σχέση με τη δραστηριότητα	<ul style="list-style-type: none">• Ενσωμάτωση διασκεδαστικών και ελκυστικών δραστηριοτήτων που να ανταποκρίνονται τόσο στη φιλοσοφία του μαθήματος και της εκπαίδευσης, όσο και στις επίκαιρες δυνατότητες και ανάγκες των μαθητών.
Σε σχέση με την εκτέλεση	<ul style="list-style-type: none">• Παραλλαγές στις κινητικές εκτελέσεις σε σχέση με την συνθετότητα των ασκήσεων.• Διαβάθμιση αναλόγως με το βαθμό δυσκολίας

	<ul style="list-style-type: none"> • Επιλογή του μαθητή ως προς την παραλλαγή που ανταποκρίνεται στις ικανότητές του. • Ευκαιρίες διαφορετικών ρυθμών εκτέλεσης
Σε σχέση με τα διδακτικά μέσα	<ul style="list-style-type: none"> • Χρήση πολλαπλών και διαφορετικών οργάνων προς διευκόλυνση μαθητών ανεξαρτήτου επιπέδου • Διαφοροποίηση αποστάσεων σε σχέση με το χώρο εξάσκησης • Διαφοροποίηση κανονισμών εκτέλεσης
Σε σχέση με την ανατροφοδότηση και την παρακίνηση	<ul style="list-style-type: none"> • Επικοινωνιακή και θετική ατομική κριτική • Σαφείς διορθωτικές οδηγίες • Ατομική εκτίμηση και όχι σε σύγκριση με την απόδοση άλλων. • Έμφαση στην ατομική πρόοδο και στην επίτευξη ατομικών στόχων • Ιδιαίτερη ενθάρρυνση στους λιγότερο ικανούς μαθητές
Σε σχέση με την οργάνωση ομάδων	<p>Εργασία σε ολιγάριθμες ομάδες μικτής ικανότητας με σκοπό την ομαδο-συνεργατική μάθηση</p> <ul style="list-style-type: none"> • Προσαρμογή αναλόγως των ΔΕΕ κάθε μαθήματος

Βασικές αρχές σε σχέση με τη διδασκαλία

Μη αποκλεισμός	Όλοι οι μαθητές ανεξάρτητα από το επίπεδο ικανότητας συμμετέχουν, ανήκουν σε ομάδες εργασίας και δραστηριοποιούνται. Οι μαθητές μαθαίνουν να επιλέγουν ένα επίπεδο δυσκολίας στο οποίο μπορούν να ανταποκριθούν και να αξιολογούν την απόδοση και την επίδοσή τους.
Εξατομίκευση	Κάθε μαθητής αντιμετωπίζεται ως ξεχωριστή περίπτωση, εμπλέκεται σε δραστηριότητες που τον ενδιαφέρουν, επιλέγει το βαθμό δυσκολίας των ασκήσεων που θα εκτελέσει, θέτει ατομικούς στόχους απόδοσης και αισθάνεται ότι μπορεί να αποδώσει με επιτυχία.
Ισονομία	Παρέχονται ίσες ευκαιρίες σε όλα τα παιδιά ανεξαρτήτως φύλου, πολιτισμικών διαφορών, κοινωνικής προέλευσης ή σωματικών ιδιομορφιών.
Ομαδικότητα - «Ευ Αγωνίζεσθαι»	Πρωθείται πνεύμα ομάδας και τίμιου παιχνιδιού μέσα από ατομική και συλλογική δράση κατά τη διάρκεια της διδακτικής πράξης αλλά και ως φιλοσοφία ζωής τόσο εντός όσο και εκτός σχολικού περιβάλλοντος.

Βασικές αρχές σε σχέση με τις δραστηριότητες, τη διαχείριση του χρόνου, τις μεθόδους διδασκαλίας και την αξιολόγηση

Δραστηριότητα	<ul style="list-style-type: none">• Επιλέγονται χρήσιμες δραστηριότητες που ανταποκρίνονται στα ενδιαφέροντα των μαθητών και στους ΔΕΕ κάθε μαθήματος.• Συμβάλλει στην αλλαγή συμπεριφοράς, στην αυτοεκτίμηση, στη διαμόρφωση θετικών στάσεων απέναντι στην άσκηση, στην ανάπτυξη αθλητικής κουλτούρας και ήθους, στην προαγωγή των γνώσεων, στην ανάπτυξη κριτικής σκέψης, στην κατανόηση της διαφορετικότητας των ατόμων, στην αποδεκτή κοινωνική συμπεριφορά.
Μέθοδοι διδασκαλίας	<ul style="list-style-type: none">• Μαθητοκεντρικές μέθοδοι διδασκαλίας ώστε να προωθούνται: η ομαδική εργασία, η συνεργασία, η ενεργητική συμμετοχή των μαθητών και η λήψη απόφασης καθώς και να βελτιώνεται η κριτική τους ικανότητα (κατάλληλη παρακίνηση, δημιουργία κινήτρων, επίτευξη ατομικών στόχων, δημιουργία θετικού κλίματος μάθησης κα.)
Διαχείριση χρόνου	<ul style="list-style-type: none">• Κινητική δραστηριοποίηση των μαθητών για τουλάχιστον το 50% του διαθέσιμου χρόνου.• Εμπλοκή των μαθητών σε δράσεις που βοηθούν τη μάθηση κατά το διάστημα μη κινητικής δραστηριότητας.
Αξιολόγηση	<ul style="list-style-type: none">• Στο τέλος κάθε διδακτικής ενότητας αξιολόγηση του βαθμού επίτευξης των ΔΕΕ και καταγραφή τόσο των δυνατοτήτων όσο και των αδυναμιών των μαθητών και του μαθήματος, καθώς και των διαφοροποιήσεων που παρατηρήθηκαν στην πορεία.

Συστήνεται η χρήση διαφορετικών στιλ διδασκαλίας γιατί:

- οι μαθητές μαθαίνουν με διαφορετικούς τρόπους και ρυθμούς
- οι στόχοι του μαθήματος είναι πολλαπλοί
- οι εκπαιδευτικοί διδάσκουν αναλόγως με την προσωπικότητά τους τις γνώσεις και τις εμπειρίες τους στο συγκεκριμένο γνωστικό πεδίο.

Με κριτήριο ταξινόμησης το ποιος παίρνει τις αποφάσεις κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας – ο εκπαιδευτικός ή ο μαθητής – προτείνονται στιλ διδασκαλίας όπως: της αμοιβαίας διδασκαλίας, του μη αποκλεισμού, της καθοδηγούμενης

εφευρετικότητας, της συγκλίνουσας εφευρετικότητας και της αποκλείουσας παραγωγικότητας.

Μέθοδοι διδασκαλίας κινητικών δεξιοτήτων

Ολική συνθετική μέθοδος (indirect)

Η άσκηση διδάσκεται στο σύνολο της

- Είναι πιο οικονομική
- Το αποτέλεσμα της μάθησης είναι εμφανέστερο
- Χρησιμοποιείται για μάθηση απλών δεξιοτήτων
- Τα κινητικά ευφυή άτομα μαθαίνουν καλύτερα

Μερική αναλυτική μέθοδος

Η άσκηση διδάσκεται σε ξεχωριστά μέρη

- Χρησιμοποιείται για δύσκολες ασκήσεις
- Καταλληλότερη για τη διόρθωση λαθών
- Τελειοποίηση των κινήσεων

Μεικτή μέθοδος

Συνδυασμός και των δύο μεθόδων