



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ
Α/ΘΜΙΑΣ & Β/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ
ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

4^ο ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ
(ΠΕ.Κ.Ε.Σ.)

Ταχ. Δ/ση Κ. Παλαιολόγου 22, τ. κ. 62125, Σέρρες
Πληροφορίες : Χαράλαμπος Σαρηβασιλείου
Τηλέφωνο : 2321045270
e-mail : 4pekes@kmade.pde.sch.gr

Σέρρες, 26/9/2022
Αριθμ. Πρωτ. : 278

Προς:

Εκπαιδευτικούς κλάδου ΠΕ11-Φυσικής
Αγωγής ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ Σερρών,
Κιλκίς & Χαλκιδικής (μέσω των σχολικών
μονάδων)

Κοινοποίηση

- ΠΔΕ Κεντρικής Μακεδονίας
- Διευθύνσεις Α/θμιας Εκπαίδευσης
Σερρών, Κιλκίς & Χαλκιδικής

**ΘΕΜΑ: «Οδηγίες διδασκαλίας και Προγραμματισμού του μαθήματος Φυσικής Αγωγής
2022-2023 στο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ»**

Αγαπητοί/ες συνάδελφοι,

Όπως γνωρίζετε, καθορίστηκαν και φέτος από το ΥΠΑΙΘ (μετά από εισήγηση του ΙΕΠ) οι οδηγίες διδασκαλίας & προγραμματισμού του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής για το ΔΗΜΟΤΙΚΟ, το ΓΥΜΝΑΣΙΟ και το ΛΥΚΕΙΟ για το 2022-2023.

Δείτε τις σχετικές εγκυκλίους του ΥΠΑΙΘ εδώ: <https://sarivasil.sites.sch.gr/?p=1919>

Παρακαλείσθε λοιπόν, στο βαθμό που αυτό είναι εφικτό, να λάβετε υπόψη τις παραπάνω ενδεικτικές Οδηγίες Διδασκαλίας. Θα βοηθήσουν να θέσετε τους στόχους, να συντάξετε τον προγραμματισμό και να επιλέξετε τα αναγκαία για τους μαθητές/τριές σας περιεχόμενα του μαθήματος, σύμφωνα πάντα με τις ιδιαίτερες συνθήκες του σχολείου σας.

Σημαντικές πληροφορίες για τα ισχύοντα αναλυτικά προγράμματα, τον προγραμματισμό και τον σχεδιασμό του μαθήματος μπορείτε να δείτε στις σελίδες που ακολουθούν:

A. Ισχύοντα Α.Π.Σ., Οδηγοί εκπαιδευτικού, Βιβλία ΦΑ

Πληροφορίες για τον προγραμματισμό και το σχεδιασμό της διδασκαλίας στο μάθημα Φυσικής Αγωγής στο ΔΗΜΟΤΙΚΟ θα βρείτε:

A) Στα ισχύοντα **Δ.Ε.Π.Π.Σ. και Α.Π.Σ. 2003** της Φυσικής Αγωγής (απόσπασμα της Υ.Α. 21072β/Γ2, ΦΕΚ 304 τ. Β/13-3-2003, σελ. 4281-4306).

Μπορείτε να τα κατεβάσετε από [ΕΔΩ](#)

B) Στη «**Διδασκαλία – πρόσθεση των νέων διδακτικών αντικείμενων**» (2010) για τα Δημοτικά Σχολεία Ε.Α.Ε.Π. (άρθρο 4 της Φ.12/879/88413/Γ1/20-7-2010 ΦΕΚ 1139Β/28-7-2010).

Μπορείτε να το κατεβάσετε από [ΕΔΩ](#)

Γ) Στο «**Νέο Πρόγραμμα Σπουδών Φυσικής Αγωγής 2011 για το Δημοτικό Σχολείο**», το οποίο χρησιμοποιείται **συμπληρωματικά**, δίνει **ελευθερία** στην επιλογή των περιεχομένων και βασίζεται στα **κριτήρια** περιεχομένου και απόδοσης (δηλαδή: τι πρέπει να γνωρίζουν, τι να είναι ικανοί να εκτελούν, ποια απόδοση πρέπει να θεωρείται ως ικανοποιητική)

Μπορείτε να το κατεβάσετε από [ΕΔΩ](#)

Επίσης

Στον « Οδηγό για τον εκπαιδευτικό» του «Νέου Προγράμματος Σπουδών 2011»

Ο «Οδηγός για τον Εκπαιδευτικό» αναφέρεται σε θέματα που σχετίζονται με τον προγραμματισμό και το σχεδιασμό του μαθήματος, τη διδασκαλία και την αξιολόγηση. Περιέχει:

- α) Ερμηνευτικές οδηγίες και καθοδήγηση για το «*Νέο Πρόγραμμα Σπουδών 2011*» της ΦΑ
- β) Το ενδεικτικό πλαίσιο στο οποίο θα πρέπει να κινηθούν οι εκπαιδευτικοί ΦΑ ώστε να διαχειριστούν αποτελεσματικά τις καινοτομίες που εισάγονται μέσα απ' αυτό.

Μπορείτε να τον κατεβάσετε από [ΕΔΩ](#)

Στα «Ενδεικτικά Ωριαία Πλάνα μαθημάτων» του «Νέου Προγράμματος Σπουδών 2011»

Τα «Ενδεικτικά Ωριαία Πλάνα μαθημάτων» περιέχουν Παραδείγματα Ωριαίων Πλάνων Δραστηριοτήτων και αντίστοιχα Φύλλα Αξιολόγησης του μαθητή, για διάφορες τάξεις και διδακτικά αντικείμενα.

Μπορείτε να τα κατεβάσετε από [ΕΔΩ](#)

Δ) Στα Βιβλία Εκπαιδευτικού της Φυσικής Αγωγής, Α΄-Β΄ Δημοτικού, Γ΄-Δ΄ Δημοτικού, Ε΄-ΣΤ΄ Δημοτικού

Μπορείτε να τα κατεβάσετε από το Ψηφιακό Σχολείο - Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία :

<http://ebooks.edu.gr/ebooks/v2/allcourses.jsp>

B. Ετήσιος Προγραμματισμός/Τριμηνιαίος Προγραμματισμός

Ο ετήσιος προγραμματισμός αποτελεί τη βάση εφαρμογής του διδακτικού μας έργου. Για τον ετήσιο προγραμματισμό του μαθήματος:

- Επιλέγουμε δύο (2) έως τέσσερα (4) **γνωστικά αντικείμενα** που θα διδαχθούν σε κάθε τρίμηνο και τον **αριθμό των διδακτικών ωρών** για κάθε γνωστικό αντικείμενο, λαμβάνοντας υπόψη τις οδηγίες διδασκαλίας του μαθήματος και την διαθεσιμότητα αθλητικών χώρων και εξοπλισμού.
- Εκτιμούμε το **αρχικό επίπεδο των μαθητών/τριών** (κινητικών δεξιοτήτων, Φυσικής Κατάστασης, στάσεων, συμπεριφορών και ψυχο συναισθηματικής κατάστασης) αξιολογώντας-παρατηρώντας στα πρώτα μαθήματα.

- Ανατρέχουμε στα «κριτήρια περιεχομένου και απόδοσης» για την ηλικία αυτή, που υπάρχουν στο «Νέο Πρόγραμμα Σπουδών Φυσικής Αγωγής 2011 για το Δημοτικό Σχολείο»
- Καλό είναι να διδάσκουμε με **μαθησιακή συνέχεια**, χωρίς να μεσολαβούν μεγάλα χρονικά διαλείμματα μεταξύ των προγραμματισμένων μαθημάτων. Εξαιρέσεις φυσικά δύνανται να υπάρχουν, σύμφωνα με την κρίση του εκπαιδευτικού.
- **Καταγράφουμε** όλα όσα υλοποιούνται σε κάθε τάξη, κάθε τμήμα. Η καταγραφή βοηθά ουσιαστικά στο σχεδιασμό των ημερήσιων μαθημάτων, στην ολοκλήρωση των θεματικών ενοτήτων και την παρακολούθηση της εξελικτικής πορείας και της υλοποίησής του προγραμματισμού (τι έχει γίνει, τι υπολείπεται να γίνει). Προτείνεται η χρήση **ημερολογίου**, όπου θα σημειώνονται, για κάθε εργάσιμη ημέρα και συγκεκριμένη ώρα, συνοπτικά το περιεχόμενο του μαθήματος, καθώς και οι μέρες και οι ώρες που δε γίνονται μαθήματα.

Παρακάτω φαίνεται μια ενδεικτική «**ΕΤΗΣΙΑ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΩΡΩΝ**» ανά αντικείμενο, βασισμένη στις «Οδηγίες διδασκαλίας του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής στα Δημοτικά σχολεία κατά το σχολικό έτος 2022-2023»

ΕΤΗΣΙΑ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΩΡΩΝ ΣΕ ΚΑΘΕ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ

ΓΝΩΣΤΙΚΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ		ΩΡΕΣ
Α΄ & Β΄ ΤΑΞΗ		Σύνολο 96
ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ		32
Αίσθηση χώρου & χρόνου	12	
Οπτικοκινητικός συγχρονισμός & συντονισμός	6	
Ισορροπία στατική & δυναμική	4	
Πλευρική κίνηση	3	
Ορθοσωματική αγωγή	3	
Αναπνευστική αγωγή	2	
Φαντασία & Δημιουργικότητα	2	
ΜΟΥΣΙΚΟΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ-ΧΟΡΟΙ		26
Μουσικοκινητική Αγωγή	10	
Ελληνικοί Παραδοσιακοί χοροί	10	
Σύγχρονες μορφές χορευτικής έκφρασης	6	
ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ (Ομαδικά, ατομικά, παραδοσιακά)		12
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΕΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ-ΠΡΟΑΣΚΗΣΕΙΣ ΕΝΟΡΓΑΝΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ		10
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ (ανάλογα με τις υγειονομικές εξελίξεις)		4
ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΦΥΣΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ και ΣΠΟΡ ΥΓΕΙΑΣ και ΑΝΑΨΥΧΗΣ		8
ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΔΕΙΚΤΩΝ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ και ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ		4

Γ' & Δ' ΤΑΞΗ		Σύνολο 96
ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ		22
Κινητικές δεξιότητες	8	
Φυσικές ικανότητες	8	
Ορθοσωματική αγωγή	6	
ΜΟΥΣΙΚΟΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ-ΧΟΡΟΙ		20
Μουσικοκινητική Αγωγή	6	
Παραδοσιακοί χοροί	8	
Σύγχρονες μορφές χορευτικής έκφρασης-άλλοι χοροί	6	
ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ (Ομαδικά, ατομικά, παραδοσιακά)		8
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ-ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		10
ΜΥΨΗ ΣΤΙΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΕΣ ΚΑΙ ΤΟΝ ΣΤΙΒΟ		20
Καλαθοσφαίριση	3	
Χειροσφαίριση	3	
Πετοσφαίριση	3	
Ποδόσφαιρο	3	
Στίβος	8	
ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΜΗ ΔΙΑΔΕΔΟΜΕΝΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ και ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΑμΕΑ		4
ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΦΥΣΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ και ΣΠΟΡ ΥΓΕΙΑΣ και ΑΝΑΨΥΧΗΣ		4
ΕΝΔΟΣΧΟΛΙΚΕΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΕΙΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΩΝ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ (ανάλογα με τις υγειονομικές εξελίξεις)		4
ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΔΕΙΚΤΩΝ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ και ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ		4
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ (10 δίωρα στη Γ' και Δ' Δημοτικού) Όταν υλοποιείται η κολύμβηση παραλείπονται ώρες από τις υπόλοιπες θεματικές ενότητες αναλογικά		20*

Ε' & ΣΤ' ΤΑΞΗ		Σύνολο 68
ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΕΣ		32
Καλαθοσφαίριση	8	
Χειροσφαίριση	8	
Πετοσφαίριση	8	
Ποδόσφαιρο	8	
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ		8
ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ		10
ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ		10
ΕΝΔΟΣΧΟΛΙΚΕΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΕΙΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΩΝ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ		4

Στη συνέχεια μπορείτε παρατίθενται:

Ο ΠΙΝΑΚΑΣ 1 που αποτυπώνει έναν «ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΕΤΗΣΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ» ανά διδακτικό αντικείμενο και ανά τρίμηνο. Δίπλα στη στήλη των ωρών που προτείνονται για κάθε αντικείμενο, υπάρχει και δεύτερη κενή στήλη η οποία καλό είναι να συμπληρώνεται στο τέλος κάθε τριμήνου με τις ώρες που πραγματοποιήθηκαν.

Ο ΠΙΝΑΚΑΣ 2 που είναι κενός και μπορεί να συμπληρωθεί με τα διδακτικά αντικείμενα ή την κατανομή που θα κρίνει καταλληλότερη ο/η εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής.

Ο Ετήσιος Προγραμματισμός συντάσσεται από τον/την εκπαιδευτικό Φυσικής Αγωγής και φυλάσσεται σε έντυπη μορφή στο σχολική μονάδα.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟΣ ΕΤΗΣΙΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

	Α΄ ΤΡΙΜΗΝΟ	ΩΡΕΣ	Β΄ ΤΡΙΜΗΝΟ	ΩΡΕΣ	Γ΄ ΤΡΙΜΗΝΟ	ΩΡΕΣ
Α΄ - Β΄	Ψυχοκινητική Αγωγή	13	Ψυχοκινητική Αγωγή	10	Ψυχοκινητική Αγωγή	9
	Μουσικοκινητική Αγωγή	10	Μουσικοκινητική αγωγή - Χοροί	8	Μουσικοκινητική αγωγή-Χοροί	8
	Παιγνίδια	4	Παιγνίδια	4	Παιγνίδια	4
	Γυμναστικές κινήσεις	4	Προασκήσεις Ενόργανης Γυμναστικής	6	Γνωριμία με τις Φυσικές δραστηριότητες ή με τα Σπορ Υγείας και Αναψυχής	6
	Καταγραφή δεικτών σωμ. ανάπτυξης	2	Γνωριμία με τις Φυσικές δραστηριότητες ή με τα Σπορ Υγείας και Αναψυχής	2	Καταγραφή δεικτών σωμ. ανάπτυξης	2
					Προετοιμασία εκδήλωσεων	4
Γ΄ - Δ΄	Ψυχοκινητική Αγωγή	12	Ψυχοκινητική Αγωγή	6	Ψυχοκινητική Αγωγή	4
	Μουσικοκινητική Αγωγή - χοροί	6	Μουσικοκινητική Αγωγή - Χοροί	8	Παιχνίδια	6
	Παιγνίδια	2	Ποδόσφαιρο	3	Μουσικοκινητική Αγωγή - χοροί	6
	Καλαθοσφαίριση	3	Χειροσφαίριση	3	Πετοσφαίριση	3
	Στίβος	4	Γυμναστική- Ενόργανη Γυμναστική	6	Ενδοσχολικές Διοργανώσεις /Αγώνες/Χοροί	4
	Γυμναστική- Ενόργανη Γυμναστική	4	Γνωριμία με τις Φυσικές δραστηριότητες ή με τα Σπορ Υγείας και Αναψυχής	4	Γνωριμία με μη διαδομένα αθλήματα ή αθλήματα ΑΜΕΑ	4
	Καταγραφή δεικτών σωμ. ανάπτυξης	2			Καταγραφή δεικτών σωμ. ανάπτυξης	2
				Στίβος	4	
Ε΄ – ΣΤ΄	Καλαθοσφαίριση,	8	Χειροσφαίριση	4	Χειροσφαίριση	4
	Ποδόσφαιρο	2	Ποδόσφαιρο	6	Πετοσφαίριση	8
	Στίβος/ΦΚ	6	Παραδοσιακοί χοροί	12	Στίβος	6
	Γυμναστική	6	Γυμναστική	2	Ενδοσχολικές Διοργανώσεις /Αγώνες/Χοροί	4

ΕΤΗΣΙΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (κενό)

ΠΙΝΑΚΑΣ 2

Εκπαιδευτικός :Σχολείο

	Α΄ ΤΡΙΜΗΝΟ	ΩΡΕΣ	Β΄ ΤΡΙΜΗΝΟ	ΩΡΕΣ	Γ΄ ΤΡΙΜΗΝΟ	ΩΡΕΣ
Α΄ - Β΄						
Γ΄ - Δ΄						
Ε΄ - ΣΤ΄						

1. Στην πρώτη στήλη των ωρών: όσες καθορίζονται στο αναλυτικό πρόγραμμα και ενδεικτικός καταμερισμός
2. Στη δεύτερη στήλη : Αναγράφονται όσες πραγματοποιήθηκαν (συμπληρώνεται στο τέλος του τριμήνου)

Γ. Ημερήσιος Προγραμματισμός

Ο σχεδιασμός του ημερήσιου μαθήματος ακολουθεί τον ετήσιο ή τριμηνιαίο προγραμματισμό (ποιο αντικείμενο διδάσκεται στη συγκεκριμένη χρονική στιγμή) αλλά και τον προγραμματισμό διδασκαλίας του αντικειμένου (τι περιλαμβάνει η ώρα διδασκαλίας). Έτσι τα στοιχεία που συνθέτουν το σχεδιασμό ενός ημερήσιου μαθήματος είναι:

1. Το θέμα του μαθήματος
2. Οι στόχοι του μαθήματος και τα αναμενόμενα αποτελέσματα
3. Ο εξοπλισμός που θα χρησιμοποιηθεί
4. Οι διδακτικές ενέργειες-δραστηριότητες
5. Η οργάνωση των περιεχομένων στο χώρο και το χρόνο
6. Η αξιολόγηση του μαθήματος

Ο σχεδιασμός του ημερήσιου μαθήματος **είναι απαραίτητος** στη διδακτική διαδικασία. Ο **γραπτός σχεδιασμός** παρέχει μια συνολική και σαφή προεπισκόπηση του μαθήματος. Λόγω όμως του πλήθους των ημερησίων μαθημάτων, μπορεί να περιορίζεται στο **νοητικό σχεδιασμό** που είναι σε κάθε περίπτωση μια αναγκαία διαδικασία για την πραγματοποίηση του μαθήματος.

Δ. Ποιότητα & αποτελεσματικότητα του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής

Ο καθένας /καθεμία συνάδελφος πασχίζει να προσφέρει στους μαθητές/τριες το καλύτερο δυνατό, μέσα από ένα ποιοτικό και αποτελεσματικό μάθημα Φυσικής Αγωγής.

Το έντυπο [«20 ΣΗΜΕΙΑ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ 23-09-2022»](#) μας υπενθυμίζει είκοσι ενδεικτικές παραμέτρους που χαρακτηρίζουν την ποιότητα και αποτελεσματικότητα του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής.

Καλή επιτυχία στο έργο σας!

Με εκτίμηση,

Χαράλαμπος Σαρηβασιλείου
Συντονιστής Εκπαιδευτικού Έργου ΠΕ11 Φυσικής Αγωγής
4ο ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κεντρικής Μακεδονίας