



Περιεχόμενα

Πρόλογος για την ελληνική έκδοση	13	Δημιουργία δεσμών και συνδυασμών κινήσεων	73
Πρόλογος	15	Σημαντικές ιδέες	75
Α' ΜΕΡΟΣ		Β' ΜΕΡΟΣ	
Ο μαθητής		Περιεχόμενο της κίνησης και περιβάλλον μάθησης	
1 Ποιοτική αναπτυξιακή φυσική αγωγή ...	23	5 Ένα πλαίσιο κίνησης	79
Υπέρ μιας ποιοτικής φυσικής αγωγής	24	Το σκεπτικό του πλαισίου κίνησης	79
Επισκόπηση της αναπτυξιακής φυσικής αγωγής	28	Περιεχόμενο της κίνησης	80
Σημαντικές ιδέες	29	Έννοιες και λεξιλόγιο της κίνησης	89
2 Το υγιές παιδί	31	Σύνοψη	95
Φυσική δραστηριότητα	31	Σημαντικές ιδέες	99
Εξάσκηση της φυσικής κατάστασης	34	6 Το περιβάλλον και η άσκηση	101
Διατροφική εκπαίδευση	40	Το περιβάλλον	101
Σημαντικές ιδέες	42	Η άσκηση ως κινητικό έργο	106
3 Το παιδί που σκέπτεται, αισθάνεται και κοινωνικοποιείται	43	Δημιουργία δεσμών	113
Το παιδί που σκέπτεται	43	Υποστήριξη της προόδου στη μάθηση ασκήσεων	115
Το παιδί που αισθάνεται και κοινωνικοποιείται ..	48	Σημαντικές ιδέες	117
Διδασκαλία προσωπικής και κοινωνικής ευθύνης	52	7 Σχεδιασμός εξάσκησης κινητικών δεξιοτήτων	119
Σημαντικές ιδέες	56	Εστίαση στην εξάσκηση	119
4 Το παιδί που κινείται	59	Ταξινόμηση της εξάσκησης	120
Κινητική ανάπτυξη και κινητική μάθηση	59	Ανατροφοδότηση	122
Η διαδικασία της μάθησης	60	Σημαντικές ιδέες	126
Αντιληπτική και κινητική ανάπτυξη	61	Γ' ΜΕΡΟΣ	
Φάσεις και στάδια της ανάπτυξης κινητικών δεξιοτήτων	65	Σχεδιασμός της διδασκαλίας	
Εκμάθηση νέων κινητικών δεξιοτήτων	71	8 Φυσική αγωγή βάσει προτύπων	129
		Ανάπτυξη προτύπων, αποτελεσμάτων και κατευθυντήριων οδηγιών	129

Εθνικά Πρότυπα και Αποτελέσματα Φυσικής Αγωγής	130
Κατανόηση και εφαρμογή των προτύπων	133
Κατευθυντήριες οδηγίες για παιδιά προσχολικής ηλικίας	138
Διαγράμματα συμμόρφωσης με τις κατευθυντήριες οδηγίες	139
Σημαντικές ιδέες	146

9 Αξιολόγηση της μάθησης μαθητών και μαθητριών

Κατανόηση της αξιολόγησης	147
Τι αξιολογούμε;	149
Πώς αξιολογούμε;	160
Πότε αξιολογούμε;	164
Βαθμολόγηση	175
Σημαντικές ιδέες	178

10 Σχεδιασμός και εφαρμογή μαθησιακών εμπειριών

Επιλογή κινητικών δραστηριοτήτων	180
Επιλογή των όρων για πρακτική εξάσκηση και ανατροφοδότηση	181
Επιλογή εκπαιδευτικών στρατηγικών	181
Αναπαραγωγικά στυλ διδασκαλίας	184
Παραγωγικά στυλ διδασκαλίας	191
Συνδυασμοί των στυλ διδασκαλίας	196
Γενικός Εκπαιδευτικός Σχεδιασμός	196
Εργασίες για το σπίτι	198
Σημαντικές ιδέες	199

11 Μαθητές με διαφορετικές μαθησιακές ικανότητες

Marjorie Elis

Τι κρύβεται πίσω από ένα όνομα;	202
Διαφοροποιημένη εκπαίδευση	202
Ο αντίκτυπος της νομοθεσίας που αφορά τη φυσική αγωγή μαθητών με αναπηρία	205
Κατηγορίες αναπηρίας, χαρακτηριστικά και ανάγκες	207
Οι διαστάσεις της διαφορετικότητας	230
Σημαντικές ιδέες	233

12 Διαχείριση της τάξης

Διδάσκοντας την ατομική και κοινωνική ευθύνη	235
Θετικά χαρακτηριστικά του εκπαιδευτικού	241
Το κοινωνικό συμβόλαιο	245
Το φυσικό περιβάλλον	247
Καθορισμός αναπτυξιακά κατάλληλων πρωτοκόλλων	251
Αποτελεσματικές πρακτικές διαχείρισης	256
Σημαντικές ιδέες	257

Δ' ΜΕΡΟΣ

Μαθησιακές εμπειρίες για μαθητές προσχολικής ηλικίας έως τη Β' τάξη

13 Σχεδιασμός μαθησιακών εμπειριών για την προσχολική ηλικία

Ανάπτυξη των μαθητών προσχολικής ηλικίας ..	261
Σχεδιασμός της διδασκαλίας	264
Αξιολόγηση της μάθησης	269
Παροχή ανατροφοδότησης	269
Δραστηριότητες για την ενίσχυση της ατομικής και κοινωνικής ευθύνης	271
Κινητικές δραστηριότητες	272

14 Σχεδιάζοντας μαθησιακές εμπειρίες για μαθητές νηπιαγωγείου

Η ανάπτυξη των μαθητών νηπιαγωγείου	291
Μάθηση βασισμένη σε πρότυπα	296
Αξιολογώντας τη μάθηση	296
Σχεδιάζοντας τη διδασκαλία	296
Εξάσκηση και ανατροφοδότηση	298
Δραστηριότητες που ενισχύουν την ατομική και κοινωνική ευθύνη	299

15 Μαθησιακές εμπειρίες παιδιών νηπιαγωγείου από την εκτέλεση κινητικών δεξιοτήτων

Κινητικές δεξιότητες: Δεξιότητες μετακίνησης	310
Κινητικές δεξιότητες: Αιωρήσεις-άλματα	323

16 Εμπειρίες παιδιών προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας κατά τη μάθηση δεξιοτήτων ισορροπίας

Δεξιότητες ισορροπίας και κινητικής σταθερότητας	331
Δεξιότητες σταθερότητας: Ισορροπίες	334
Δεξιότητες σταθερότητας: Κύλιση και κυβίστηση	344
Δεξιότητες σταθεροποίησης της κίνησης: Ασκήσεις κλιμακούμενης δυσκολίας	350

17 Μάθηση δεξιοτήτων χειρισμού σε παιδιά πρώτης σχολικής ηλικίας

Δεξιότητες χειρισμού	359
Δεξιότητα χειρισμού: Ρίψη	361
Δεξιότητα χειρισμού: Πιάσιμο	366
Δεξιότητα χειρισμού: Κύλιση	369
Δεξιότητες χειρισμού: Λάκτισμα, πάσα και ντρίμπλα	371
Δεξιότητες χειρισμού: Αναπήδηση μπάλας - ντρίμπλα με χέρι	376
Δεξιότητες χειρισμού: Χτύπημα με μέλη του σώματος	378
Δεξιότητες χειρισμού: Χτυπήματα με ρακέτες ..	381

Ε΄ ΜΕΡΟΣ**Μαθησιακές εμπειρίες με βάση τα Εθνικά Πρότυπα για τις ανώτερες τάξεις δημοτικού**

18 Σχεδιασμός μαθησιακών εμπειριών για μαθητές ανώτερων τάξεων δημοτικού	387
Ανάπτυξη μαθητών ανώτερων τάξεων δημοτικού	387
Μάθηση στηριζόμενη σε Πρότυπα	389
Αξιολόγηση της μάθησης	391
Σχεδιασμός της διδασκαλίας	392
Δραστηριότητες για την ενίσχυση της ατομικής και κοινωνικής ευθύνης	393
19 Αναπτυξιακά παιχνίδια	401
Αναπτυξιακά κατάλληλα παιχνίδια	401
Βέλτιστες πρακτικές για τη διδασκαλία παιχνιδιών	402
Ταξινόμηση των παιχνιδιών	403
Σχεδιασμός της διδασκαλίας	407
Σημαντικές ιδέες	414
Παιχνίδια στόχου: Επίπεδο συνδυασμού δεξιοτήτων	415
Παιχνίδια στόχου: Επίπεδο εφαρμογής	422
Παιχνίδια με χτύπημα και επαναφορά της μπάλας I	426
Παιχνίδια με χτύπημα και επαναφορά της μπάλας II	433
Παιχνίδια με τρεις εναντίον τριών και τέσσερις εναντίον τεσσάρων	443
Παιχνίδια σε δίχτυ, φιλέ ή στον τοίχο: Επίπεδο συνεργασίας με άλλους	443
Παιχνίδια σε δίχτυ, φιλέ ή στον τοίχο: Επίπεδο εφαρμογής ασκήσεων	449
Παιχνίδια διείσδυσης στον χώρο: Επίπεδο συνδυασμού ασκήσεων	456
Παιχνίδια διείσδυσης σε αντίπαλο χώρο: Επίπεδο εφαρμογής των ασκήσεων I	472
Παιχνίδια διείσδυσης σε αντίπαλο χώρο: Επίπεδο εφαρμογής ασκήσεων II	473
20 Χορός που υποστηρίζει την ανάπτυξη	487
Δεξιότητες για τον αναπτυξιακό χορό	488
Ο ρόλος του χορού στο μάθημα της φυσικής αγωγής	489
Επιτεύγματα του αναπτυξιακού χορού	490
Θεμελιώδεις έννοιες και στοιχεία του ρυθμού	493
Χορός και φάσμα των στυλ διδασκαλίας	495

Αναπτυξιακά δεδομένα στη διδασκαλία του δημιουργικού χορού	495
Σχεδιάζοντας τη διδασκαλία του αναπτυξιακού χορού	496
Σημαντικές ιδέες	500
Μαθησιακές εμπειρίες για τον αναπτυξιακό χορό: Επίπεδο συνδυασμού ασκήσεων	501
Μαθησιακές εμπειρίες από τον αναπτυξιακό χορό: Επίπεδο εφαρμογής χορευτικών δεξιοτήτων	513

21 Αναπτυξιακή γυμναστική	525
Πλαίσιο κίνησης για την αναπτυξιακή γυμναστική	525
Βέλτιστες πρακτικές για τη διδασκαλία της γυμναστικής	528
Σχεδιασμός της διδασκαλίας στην αναπτυξιακή γυμναστική	529
Σημαντικές ιδέες	533
Αλληλουχίες ασκήσεων για τη δημιουργία συνδυασμών	533
Συνδυασμοί ασκήσεων για εφαρμογή	554

22 Άσκηση για ευεξία σε μαθητές ανώτερων τάξεων δημοτικού	567
<i>Debra Ballinger</i>	
Οι κατευθυντήριες οδηγίες του FITT	567
Αρχές της άσκησης	568
Ανάπτυξη της ευεξίας μέσω της εξάσκησης δεξιοτήτων	569
Βέλτιστες πρακτικές για επίτευξη της ευεξίας	571
Αξιολόγηση της ευεξίας	573
Προγράμματα εκπαίδευσης της ευεξίας	578
Προαγωγή της σωματικής άσκησης και της ευεξίας μέσω της τεχνολογίας	580
Σχεδιασμός της διδασκαλίας	583
Σημαντικές ιδέες	603
Γλωσσάρι για τις ασκήσεις	604

ΣΤ΄ ΜΕΡΟΣ**Επαγγελματική εξέλιξη**

23 Πρόγραμμα προώθησης της αναπτυξιακής φυσικής αγωγής ..	609
Τα βήματα για την κατάρτιση του προγράμματος	609
Ολοκληρωμένο πρόγραμμα φυσικής αγωγής στο σχολείο	618
Σημαντικές ιδέες	623

24 Επαγγελματισμός, ηγεσία και υποστήριξη προγράμματος	625
Επαγγελματικά πρότυπα	625
Σημαντικές ιδέες	629
Παράρτημα Α	631

Παράρτημα Β	663
Γλωσσάριο	675
Βιβλιογραφία	689
Ευρετήριο	699
Για τους συγγραφείς	701