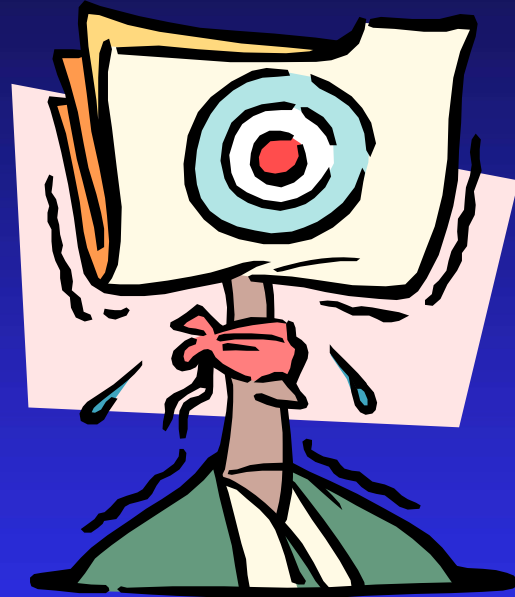


Σύγχρονο Σύστημα Φυσικής Αγωγής

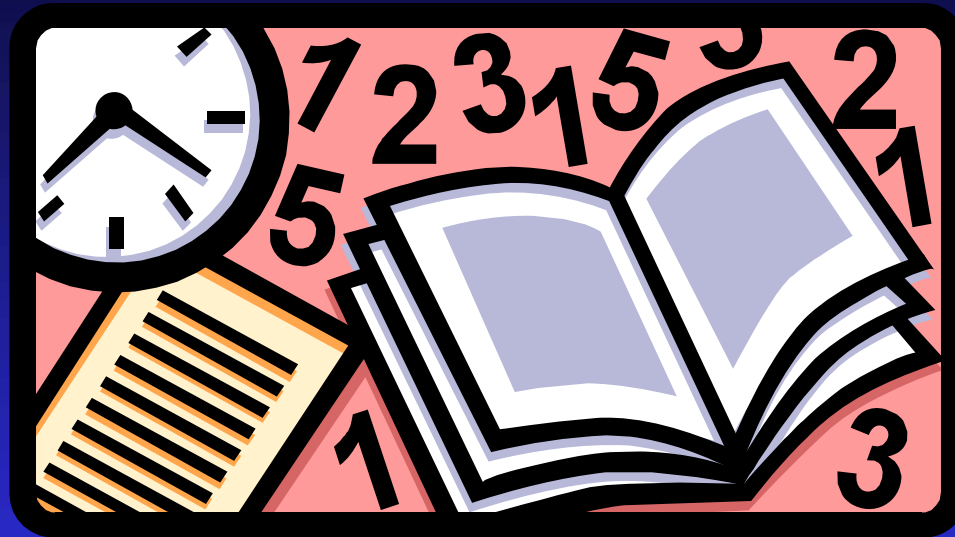


Τι λέει το Σύνταγμα...



«Η παιδεία αποτελεί βασική αποστολή του κράτους και έχει σκοπό την ηθική, πνευματική και φυσική αγωγή των Ελλήνων,..» (Σύνταγμα, 1975, άρθρο. 16, παράγραφος. 2).

Τι λέει ο νόμος...



«Σκοπός της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης είναι να συμβάλει στην ολόπλευρη, αρμονική και ισόρροπη ανάπτυξη των διανοητικών και ψυχοσωματικών δυνάμεων των μαθητών,...» (Νόμος 1566, άρθρο 1)

Τι λέει το αναλυτικό πρόγραμμα...

«Σκοπός της φυσικής αγωγής στην υποχρεωτική εκπαίδευση είναι να συμβάλει κατά προτεραιότητα στη σωματική ανάπτυξη των μαθητών και παράλληλα να βοηθήσει στην ψυχική και πνευματική τους καλλιέργεια καθώς και στην αρμονική ένταξή τους στην κοινωνία. Προτεραιότητα έχει η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων των μαθητών και μέσω αυτών η καλλιέργεια των φυσικών τους ικανοτήτων και η ενίσχυση της υγείας τους»

(Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Προγράμματος Σπουδών Φυσικής Αγωγής)

<http://www.pi-schools.gr/programs/depps/index.html>.

Ισχύον σύστημα φυσικής αγωγής

Η σύνταξη του ισχύοντος αναλυτικού προγράμματος στηρίχτηκε στο εξής σκεπτικό:

«ο σκοπός της φυσικής αγωγής πρέπει να ενσωματώνει τα κυριότερα στοιχεία του σκοπού της εκπαίδευσης τα οποία είναι το διανοητικό, το ψυχικό, το σωματικό και το κοινωνικό»

(Μουντάκης, 1992, σ. 13).

Ισχύον σύστημα φυσικής αγωγής

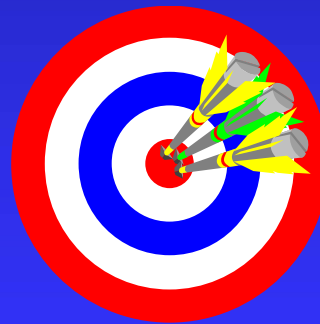
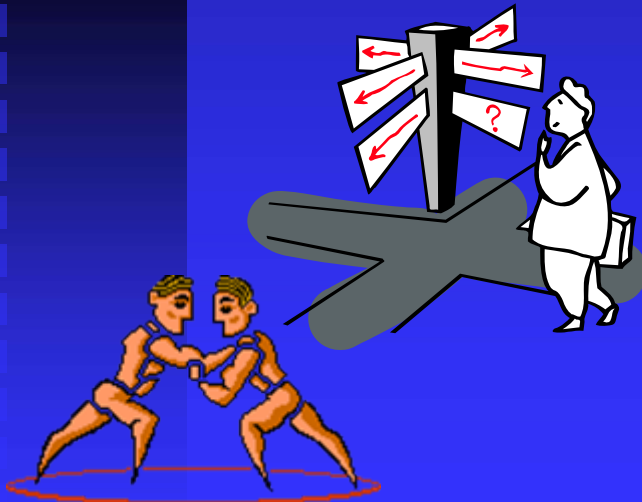
Μέχρι σήμερα η φυσική αγωγή στη χώρα μας, είναι προσανατολισμένη στη διδασκαλία διαφόρων κινητικών δεξιοτήτων από τις αθλοπαιδιές, τη γυμναστική, τον κλασσικό αθλητισμό και τους παραδοσιακούς χορούς

Σκοποί ισχύοντος συστήματος φυσικής αγωγής

Για να μπορεί η φυσική αγωγή να συμβάλει στην εκπλήρωση του σκοπού της εκπαίδευσης θα πρέπει να εκπληρώνει τους εξής στόχους:

- *Κινητικός – εκφραστικός*
- *Βιολογικός – υγιεινός*
- *Κοινωνικός – ηθικός*
- *Πνευματικός – γνωστικός*
- *Βιωματικός στόχος*

Ένας συγκεκριμένος σκοπός Φυσικής Αγωγής αντί ενός καταλόγου γενικών και ειδικών σκοπών και στόχων



Γιατί πρέπει να υπάρχει ένας σκοπός Φυσικής Αγωγής???

- Είναι ευκολότερο να διαμορφωθεί ένα ενιαίο και αποτελεσματικό πρόγραμμα όταν υπάρχει ένας σκοπός που θα προσανατολίζει την πρακτική σε συγκεκριμένη κατεύθυνση παρά όταν υπάρχουν πολλοί σκοποί, αρκετοί από τους οποίους είναι αφηρημένοι και δεν μπορούν να αξιολογηθούν στην πράξη.
- Μειώνεται η σύγχυση τόσο ανάμεσα στους ειδικούς όσο και ανάμεσα στους μαθητές, στους γονείς και σε ολόκληρη την κοινωνία σχετικά με το ρόλο και την αξία της Φυσικής Αγωγής.
- Αν υπάρχει ένας σκοπός, αυτός είναι απαραίτητο να μπορεί να επιτευχθεί με τις υπάρχουσες συνθήκες. Η σημαντικά διαφοροποιημένη υποδομή των σχολείων καθιστά αδύνατη την υλοποίηση πολλαπλών σκοπών.

Σχόλιο...#1

Από την τελευταία τροποποίηση του αναλυτικού προγράμματος διαπιστώνεται ότι:

Η αρχική «φιλοσοφία» μένει αμετάβλητη, οι στόχοι συνεχίζουν να είναι πολλαπλοί και να διατηρείται η *«προτεραιότητα στην ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και μέσω αυτών η καλλιέργεια των φυσικών ικανοτήτων και η ενίσχυση της υγείας»*

(<http://www.pi-schools.gr/programs/depps/index.html>)

Διαπίστωση...#1

Η φυσική αγωγή παραμένει προσκολλημένη στην Ερβαρτηριανή αρχή της παιδαγωγούσας διδασκαλίας.

Σύμφωνα με την παραπάνω αρχή η διδασκαλία ενός αντικειμένου αρκεί για να εκδηλώσει το άτομο στο μέλλον θετική συμπεριφορά απέναντι σ' αυτό το αντικείμενο

Διαπίστωση... #2

Με βάση τα προηγούμενα θα έπρεπε να συμβαίνει το εξής:

Όσο καλύτερα γνωρίζει ένα άτομο την τεχνική μιας δραστηριότητας, τόσες περισσότερες πιθανότητες έχει να πραγματοποιεί αυτή τη δραστηριότητα σε όλη του τη ζωή και να απολαμβάνει τα οφέλη της.

Διαπίστωση...#3

Η φυσική αγωγή, όπως όλα τα υπόλοιπα μαθήματα, επιδιώκει τη συσσώρευση γνώσεων και δεξιοτήτων και όχι την αγωγή των μαθητών για διαρκή χρήση της άσκησης προς όφελος της φυσικής τους κατάστασης που σχετίζεται με την υγεία.

Έλλειψη τεκμηρίωσης...

Η πιο καθοριστική αυθαιρεσία που διαπράττεται είναι η αποδοχή της γνώσης ως κριτήριο πρόβλεψης της συμπεριφοράς του ατόμου.

Σύμφωνα με τη θεωρία της πρόβλεψης της συμπεριφοράς του Ajzen (1988), το άτομο που έχει θετική στάση απέναντι σε μια δραστηριότητα έχει βάσιμες πιθανότητες να εκδηλώσει στο μέλλον θετική συμπεριφορά και όχι το άτομο που έχει γνώσεις για αυτή τη δραστηριότητα

Θετική στάση...

Στάση σημαίνει προδιάθεση και ψυχοπνευματική νευροφυτική ετοιμότητα του ατόμου να συμπεριφέρεται με έναν συγκεκριμένο τρόπο σε κάθε δεδομένη περίπτωση (Τσαλίκोगλου, 1995).

Θετική στάση...

- Η προηγούμενη γνώση και εμπειρία.
- Οι πεποιθήσεις του ατόμου γι' τη δραστηριότητα.
- Η βιωματική συσχέτισή της με συγκεκριμένα οφέλη.
- Η θέση στο σύστημα αξιών που καθορίζουν τη συμπεριφορά του ατόμου.

Δεν επιβεβαιώνεται επιστημονικά η άποψη των συντακτών του ισχύοντος προγράμματος...

- Περίπου το 75% των ελλήνων είναι κινητικά αδρανείς (Κουρεμένος, 1999; Μπέης και συν., 2001).
- Πάνω από 77% των μαθητών του δημοτικού σχολείου είναι κινητικά αδρανείς (Μπέης και συν., 2001).
- Το 83% των μαθητριών της γ' λυκείου γυμνάζεται λιγότερο από 10 φορές το μήνα.
- Στο λύκειο γενικά η πλειοψηφία των παιδιών δεν ασκείται έξω από το σχολείο ούτε κάνει και καμιά προσπάθεια στο μάθημα της φυσικής αγωγής.

Δεν επιβεβαιώνεται επιστημονικά η άποψη των συντακτών του ισχύοντος προγράμματος...

- Ειδικά στη γ' λυκείου, η πλειοψηφία των μαθητών – μαθητριών δεν γυμνάζεται σχεδόν καθόλου, είτε μέσα είτε έξω από το σχολείο.
- Το μάθημα της φυσικής αγωγής δεν καλύπτει ούτε στο ελάχιστο το μεγάλο κενό άσκησης που επιβάλλεται να καλύψουν τα παιδιά του λυκείου για τη διατήρηση της υγείας τους.
- Περίπου το 12 - 16% των παιδιών σχολικής ηλικίας είναι παχύσαρκα και πάνω από 21% είναι υπέρβαρα.

Δεν επιβεβαιώνεται επιστημονικά η άποψη των συντακτών του ισχύοντος προγράμματος...

- Η Παπαντάκου και οι συνεργάτες της (2001) βρήκαν ότι τα χαμηλά επίπεδα έντονης φυσικής δραστηριότητας σε συνδυασμό με τη θετική συσχέτιση μεταξύ του ποσοστού λίπους σώματος και του χρόνου που αφιερώνεται σε καθιστικές δραστηριότητες, εξηγούν ως ένα βαθμό και τα αυξημένα ποσοστά παχυσαρκίας στα Ελληνόπουλα.

Ο επαναπροσδιορισμός του ρόλου της φυσικής αγωγής πρέπει να στηρίζεται:

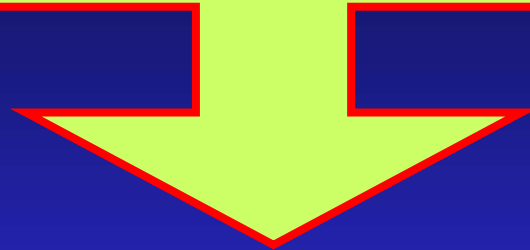
- Στα πορίσματα της επιστημονικής έρευνας σχετικά με τη φυσική κατάσταση και την υγεία των Ελλήνων.
- Στις επίμονες εκκλήσεις των οργανώσεων υγείας προς τον κόσμο της φυσικής αγωγής για άμεση αρωγή στη συγκράτηση των εκφυλιστικών φαινομένων που όλο και πιο νωρίς αρχίζουν να απειλούν την υγεία των παιδιών και των νέων της χώρας μας.
- Στις σύγχρονες παιδαγωγικές και ψυχολογικές θεωρίες που ερμηνεύουν το φαινόμενο της αγωγής τους ανθρώπου.

Θεωρητική βάση

Δεν πρέπει να κρίνουμε
το παιδί από την
επίδοση αλλά από την
πρόοδο που θα πετύχει
όταν δεχτεί την
επίδραση του
προγράμματός μας

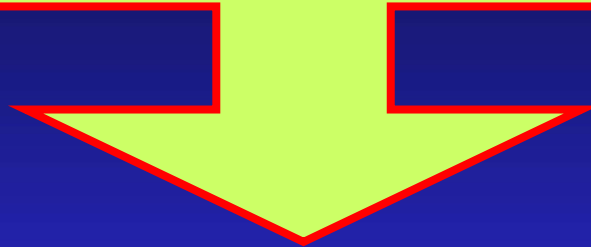


Πότε η φυσική αγωγή
εκπληρώνει το σκοπό της;



Όταν όλοι οι Έλληνες γυμνάζονται
συστηματικά σε όλη τους τη ζωή για να
απολαμβάνουν τα οφέλη της άσκησης

Σε επίπεδο καθημερινής πρακτικής η φυσική αγωγή εκπληρώνει το σκοπό της



Όταν συμβάλει στη μεγιστοποίηση του δυναμικού του κάθε παιδιού ξεχωριστά

Vygotsky, 1997, p. 147)

Για το σκοπό της
φυσικής αγωγής
υπάρχει συμφωνία

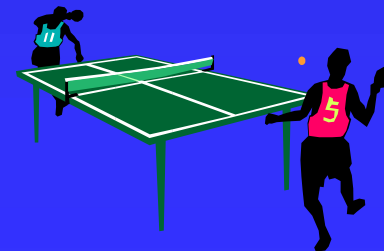


Για τους στόχους, τα μέσα
και το περιεχόμενο της
φυσικής αγωγής υπάρχει
σύγχυση και διαφωνία στο
χώρο των γυμναστών



Αντιλήψεις σχετικά με τους στόχους της φυσικής αγωγής

Ορισμένοι πιστεύουν ότι
τα παιδιά για να
γυμνάζονται σε όλη
τους τη ζωή πρέπει να
μάθουν πολλές
αθλητικές δεξιότητες



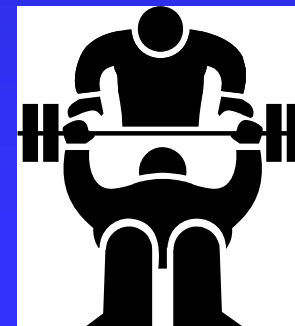
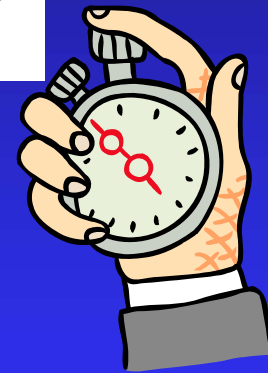
Αντιλήψεις σχετικά με τους στόχους της φυσικής αγωγής

Άλλοι πιστεύουν ότι οι μαθητές πρέπει να νιώθουν ευχάριστα και να εκτονώνονται από την πίεση που δημιουργούν τα άλλα μαθήματα



Αντιλήψεις σχετικά με τους στόχους της φυσικής αγωγής

Το μάθημα της φυσικής αγωγής πρέπει να έχει χαρακτηριστικά προπόνησης

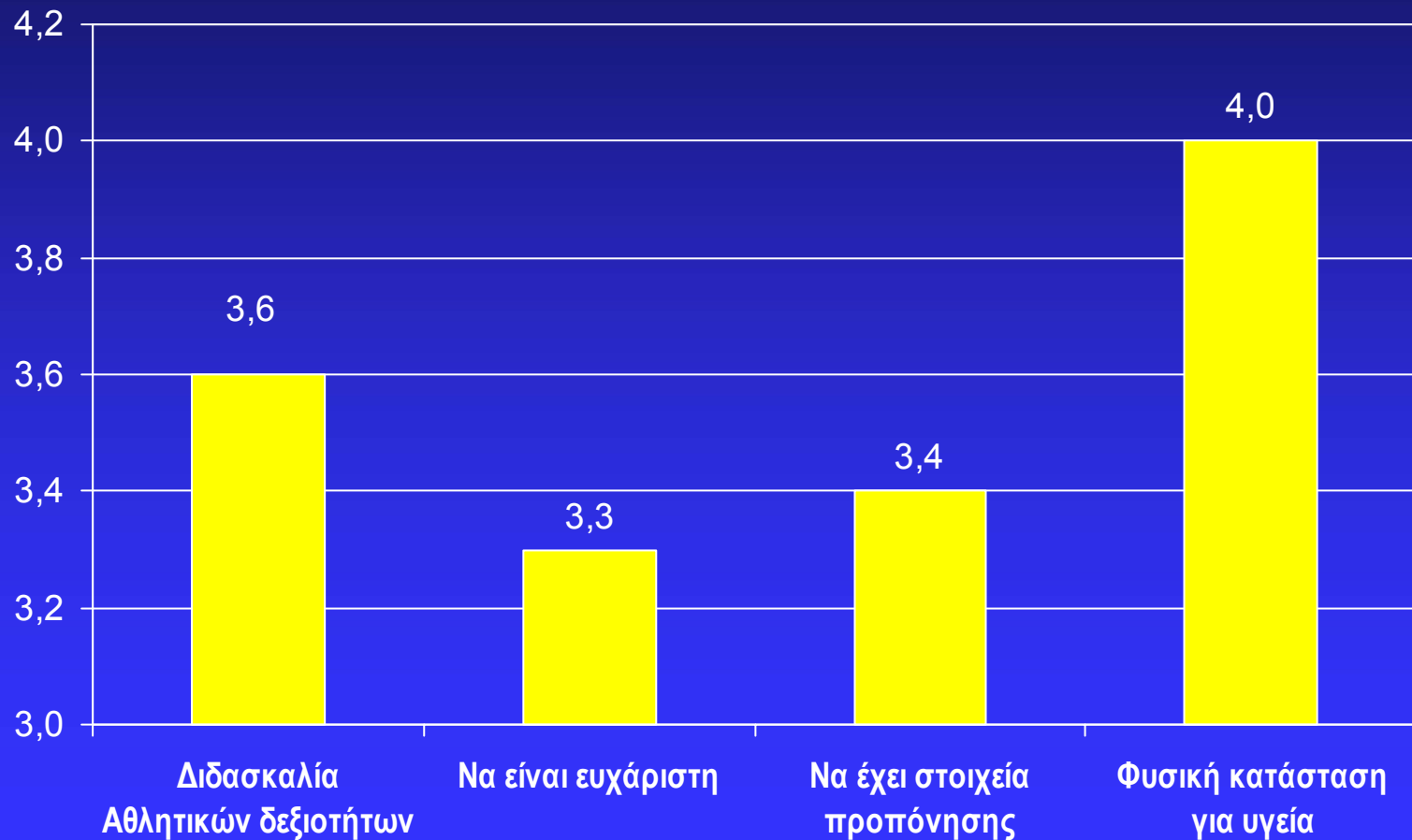


Αντιλήψεις σχετικά με τους στόχους της φυσικής αγωγής

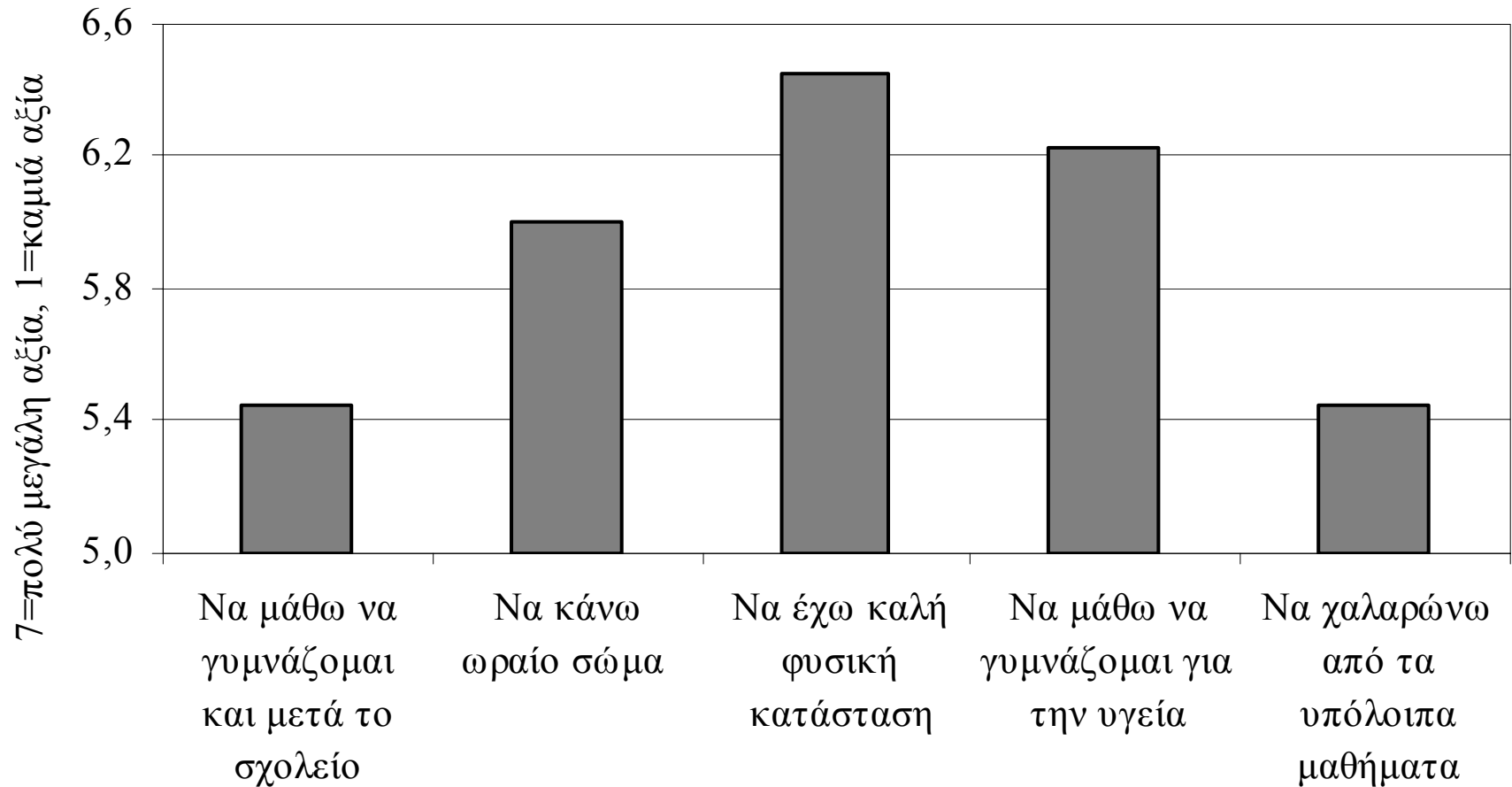
Για να οδηγηθούν οι μαθητές στη δια βίου άσκηση το μάθημα της Φυσικής αγωγής πρέπει να είναι προσανατολισμένο προς τη φυσική κατάσταση που σχετίζεται με την υγεία



Αντιλήψεις για τους στόχους της φυσικής αγωγής (Νικολαΐδου, 1998)



Αντίληψη των καθηγητών και φοιτητών φυσικής αγωγής για τον κύριο σκοπό του μαθήματος φυσικής αγωγής (Νικολαΐδου, 1998).



Η επικρατούσα άποψη για το σκοπό της ΦΑ είναι σε πλήρη αναντιστοιχία με το σκοπό της ΦΑ, όπως διατυπώνεται στο ισχύον ΑΠΣ



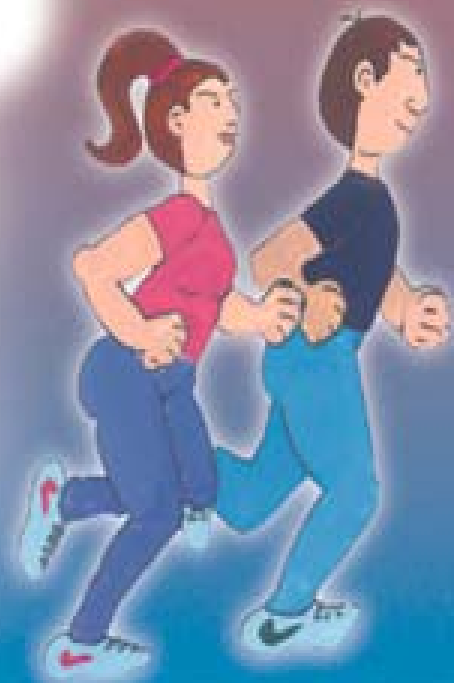
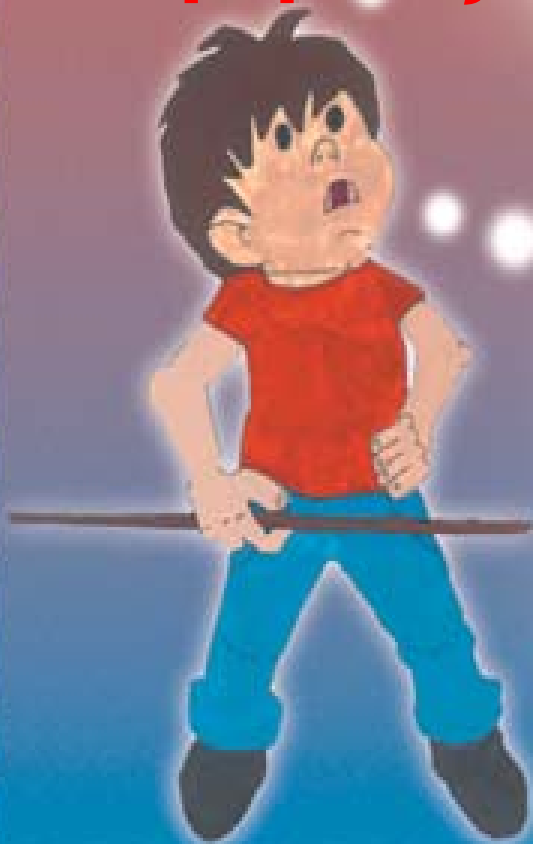
Τα οφέλη, που αναμένουν οι μαθητές/τριες από τη ΦΑ αλλά και αυτή που εφαρμόζουν το ισχύον ΑΠΣ δεν έχουν καμιά σχέση με τις επιδιώξεις των δημιουργών του.

Όταν οι μαθητές και οι μαθήτριες συνειδητοποιούν ότι το μάθημα τους παρέχει συγκεκριμένα οφέλη για τη μετέπειτα ζωή τους, τότε συμμετέχουν σε αυτό με περισσότερο ενθουσιασμό



Όταν το άτομο συμφωνεί με τα οφέλη μιας δραστηριότητας συμμετέχει σε αυτήν με περισσότερο ενθουσιασμό και αυξάνονται οι πιθανότητες να αποκτήσει θετική στάση απέναντι σε αυτή.

Οι πρωταθλητές, όταν σταματούν τον πρωταθλητισμό, συνεχίζουν να γυμνάζονται για την υγεία τους;

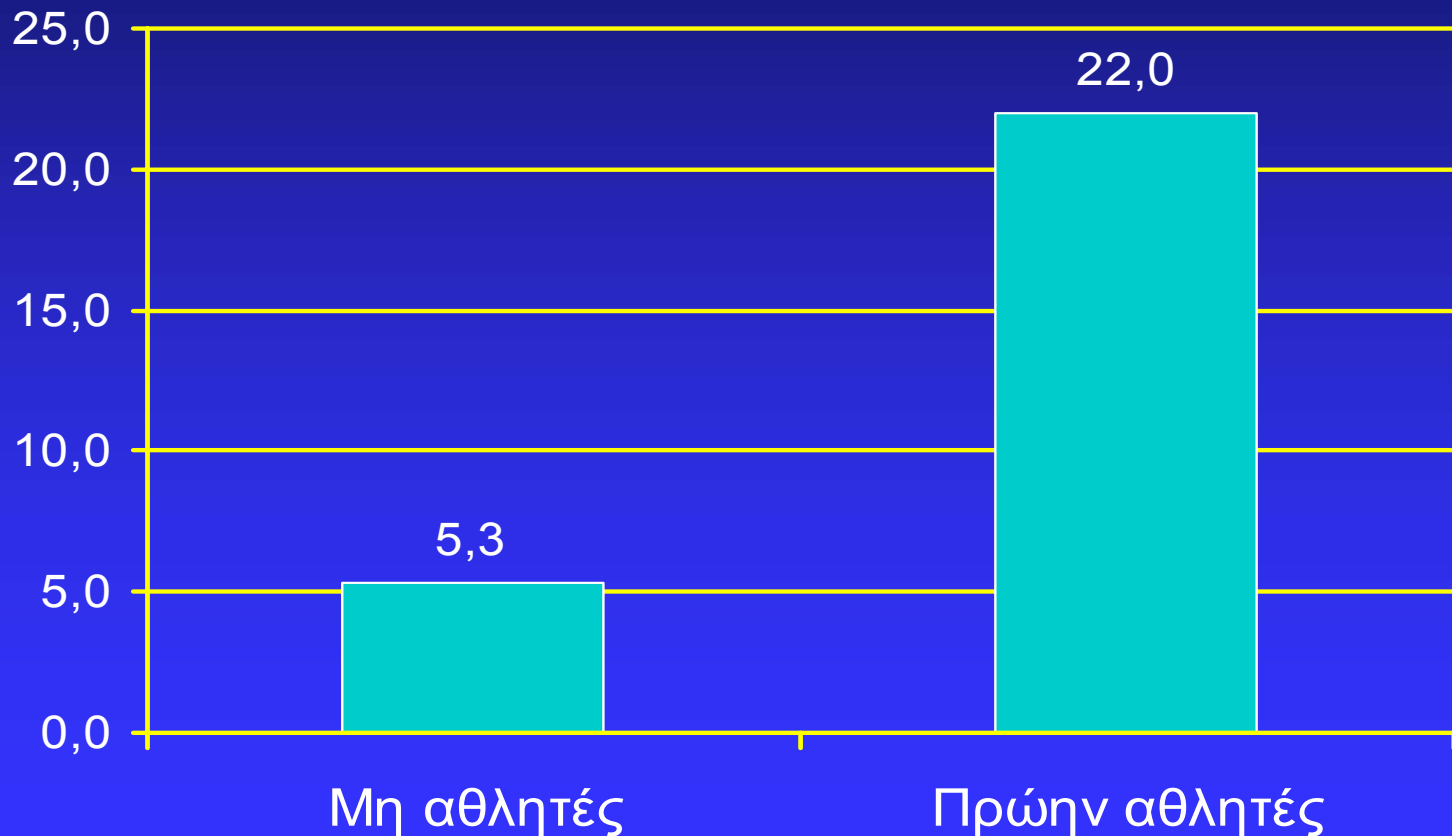


Επιστημονικές έρευνες έδειξαν...

- Η στάση απέναντι στην άσκηση και στον υγιεινό τρόπο ζωής, αυτών που έχουν «αθλητικό παρελθόν» και αυτών που δεν έχουν, δεν διαφέρει σημαντικά.
- Το επίπεδο σωματικής και ψυχικής υγείας πρώην αθλητών και μη αθλητών, δεν διαφέρει σημαντικά.

(Brill και συν., 1989; Dishman, 1988; Powell & Dysinger, 1987; Synder & Baber, 1979; και Fardy και συν., 1978; Morgan & Montoye, 1984; Morgan, 1984 και Śleziński, 1977).

Ένδειξη υγιεινού τρόπου ζωής πρώην αθλητών και μη αθλητών με βάση το ποσοστό καπνιστών (Brill και συν., 1989)



Συμπέρασμα 1ο...

Μέσα από τον πρωταθλητισμό
δεν οδηγείται το άτομο στη δια
βίου άσκηση για την υγεία;

Ο ήπιος αθλητισμός, στο πλαίσιο της φυσικής αγωγής, έχει την ίδια επίδραση με τον πρωταθλητισμό στη στάση απέναντι στη δια βίου άσκηση για την υγεία;



Μαθητές που συμμετείχαν σε σχολικά πρωταθλήματα σε σύγκριση με αυτούς που δεν συμμετείχαν παρουσίασαν τα παρακάτω πλεονεκτήματα:

- Είχαν υψηλότερα ποσοστά συμμετοχής σε φυσικές δραστηριότητες.
- Σε πολύ μικρότερο ποσοστό ήταν καπνιστές.
- Διατρέφονταν καλύτερα σε σύγκριση με μη αθλητές.
- Στο 53% των μαθητών η ήπια αθλητική εμπειρία επέδρασε θετικά στη στάση τους απέναντι στη δια βίου άσκηση για την υγεία.

Συμπέρασμα 2ο...

Η ενασχόληση με το σχολικό αθλητισμό, σε συνδυασμό με ένα κατάλληλο πρόγραμμα φυσικής αγωγής, ενδεχομένως να επιδρά ευνοϊκά στη διαμόρφωση θετικής στάσης απέναντι στη διαβίου άσκηση και τον υγιεινό τρόπο ζωής

Ποια είναι τα άμεσα αποτελέσματα του μαθήματος που δίνει έμφαση στη φυσική κατάσταση και αυτού που δίνει έμφαση στις αθλητικές δεξιότητες;



Όταν τα παιδιά παρακολουθούν....

μαθήματα
αθλητικών δεξιοτήτων



- Βλέπουν περισσότερο τηλεόραση
- Είναι σε μεγαλύτερο ποσοστό παχύσαρκα.

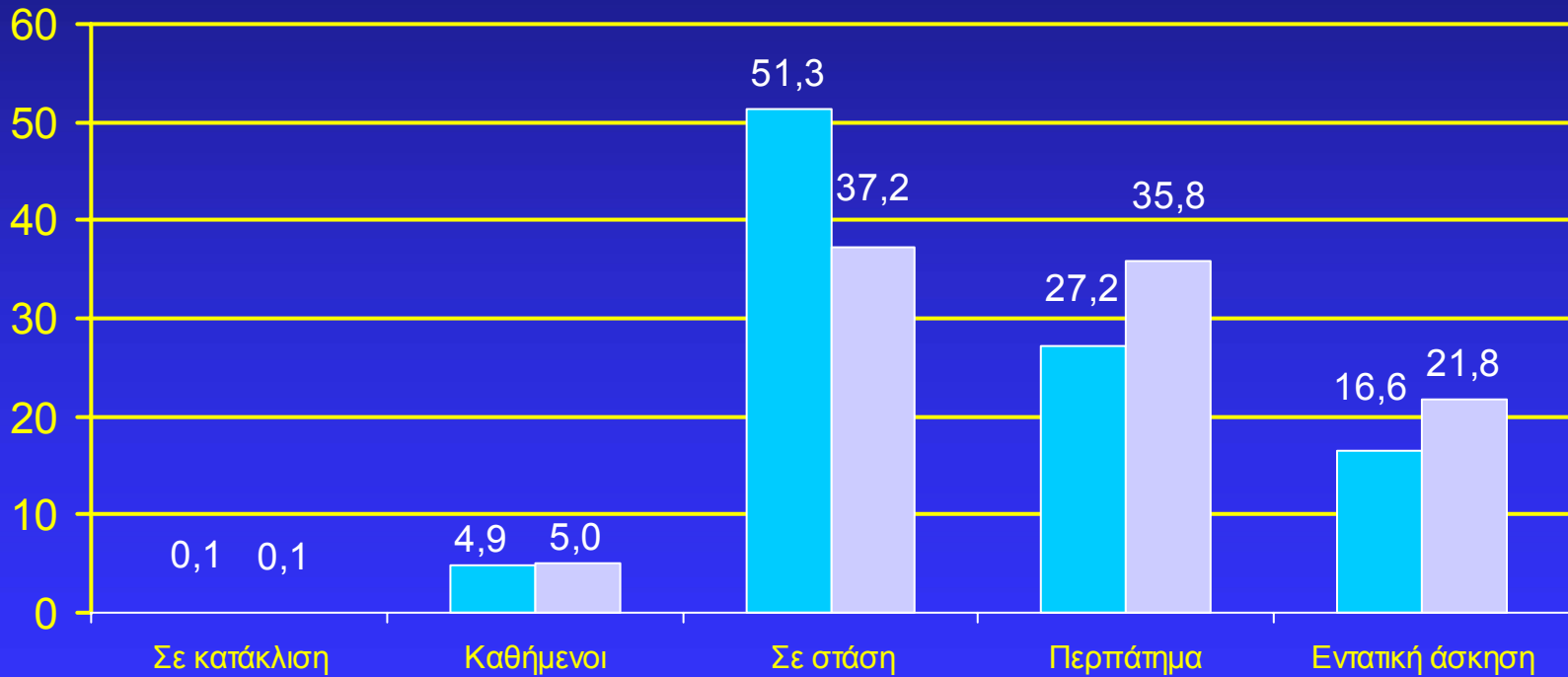
μαθήματα
φυσικής κατάστασης



- Ασκοούνται για την υγεία τους
- Προσέχουν τη διατροφή τους
- Σε μικρότερο ποσοστό γίνονται καπνιστές.

Σύγκριση της κινητικής δραστηριότητας των μαθητών που συμμετέχουν σε μαθήματα φυσικής κατάστασης και των μαθητών που συμμετέχουν σε μαθήματα αθλητικών δεξιοτήτων (McKenzie, Sallis & Nader, 1991)

■ Αθλητικές δεξιότητες ■ Φυσική κατάσταση



Συμπέρασμα 3ο...

“Όταν το μάθημα της φυσικής αγωγής είναι προσανατολισμένο στη φυσική κατάσταση για την υγεία, εκτός από την άμεση ευεργετική αξία, αυξάνονται οι πιθανότητες να αποκτήσουν οι μαθητές θετική στάση απέναντι στη δια βίου άσκηση

Το ζητούμενο....



Πως θα μετεξελιχθεί η φυσική τάση
(ορμέμφυτο) του παιδιού για κίνηση
σε θετική στάση απέναντι στην
άσκηση για την υγεία

Αρχή 1η

Όταν το άτομο συμφωνεί με τα οφέλη μιας δραστηριότητας συμμετέχει σε αυτήν με περισσότερο ενθουσιασμό και αυξάνονται οι πιθανότητες να αποκτήσει θετική στάση απέναντι σε αυτή.

Αρχή 2η ...

Το παιδί θέλει να επαναλάβει τη δραστηριότητα από την οποία «εισπράττει» θετικά συναισθήματα.

Το παιδί δεν θέλει να επαναλάβει τη δραστηριότητα από την οποία «εισπράττει» αρνητικά συναισθήματα.

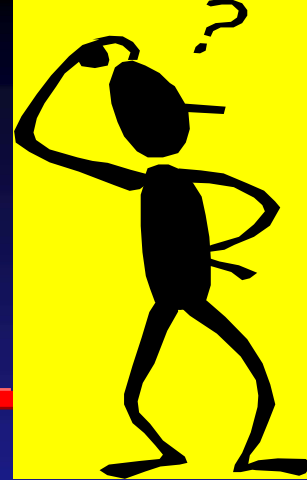
Αρχή 3η...

Σε όσο πιο μικρή ηλικία το παιδί αρχίζει να γυμνάζεται για την υγεία τόσο αυξάνονται οι πιθανότητες να συνεχίσει να γυμνάζεται για την υγεία και κατά την ενηλικίωση

Αρχή 4η...

*Για να αλλάξουμε τον εαυτό μας
πρέπει να τον γνωρίσουμε.....*

Η 4η αρχή έχει μεγάλη πρακτική σημασία



Το παιδί, από τη στιγμή που γνωρίζει τον εαυτό του αρχίζει να:

- Τον μελετά,
- Τον συγκρίνει με τα προβαλλόμενα πρότυπα
- Επιδιώκει να τον αλλάξει, να τον βελτιώσει..

Για όλους τους παραπάνω λόγους πρέπει να αρχίζουμε με μετρήσεις και εξετάσεις ...

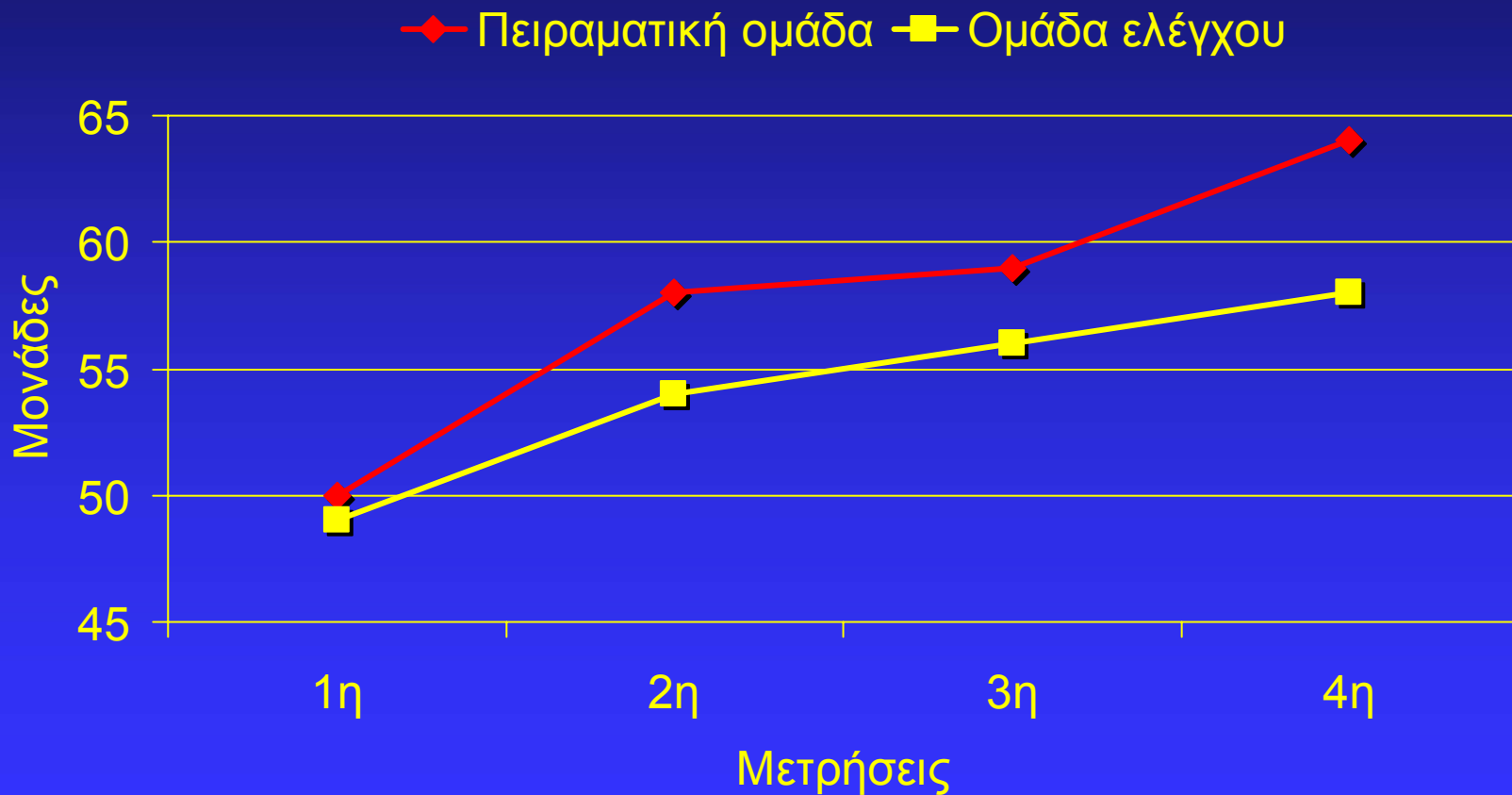
Αρχή 5η...

Μια ομαδική και απρόσωπη διαδικασία πρέπει να τη μετατρέπουμε σε προσωπική (Vygotski, 1998)

**Οι μαθητές πρέπει
να βάζουν
ατομικούς στόχους**



Βελτίωση της φυσικής κατάστασης μαθητών που βαθμολογούνταν με βάση την πρόοδο και μαθητών που βαθμολογούνταν με βάση την επίδοση



Τελικό συμπέρασμα

Αφού αποδεχτούμε ως πρωταρχικό σκοπό τη φυσική κατάσταση για την υγεία, η συστηματική προβολή της ατομικής προόδου μαζί με την απαραίτητη ανατροφοδότηση εγγυάται την ασφαλή πορεία προς τη δια βίου άσκηση για την υγεία

Διάρθρωση του
Συστήματος
Φυσικής Αγωγής

Τι σημαίνει σύστημα;

Σύμφωνα με τον Ρόζενταλ (1977, σ. 812), σύστημα είναι τα πολυάριθμα στοιχεία που βρίσκονται αναμεταξύ τους σε σχέσεις και συνδέσεις και σχηματίζουν μια καθορισμένη ολότητα (ενότητα)

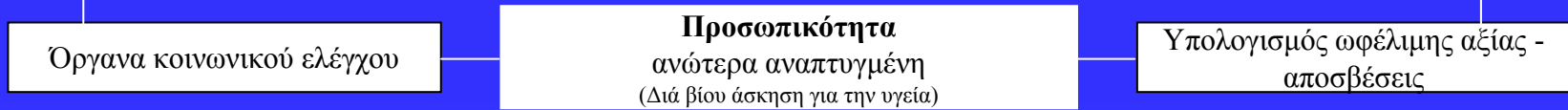
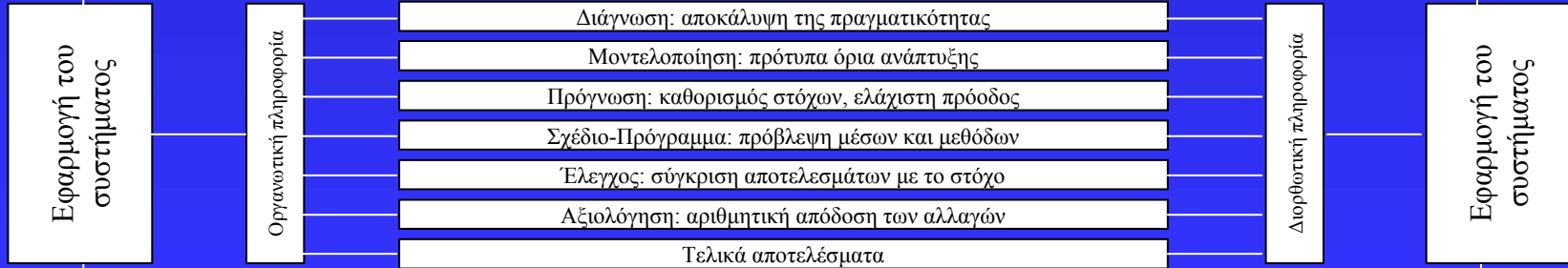
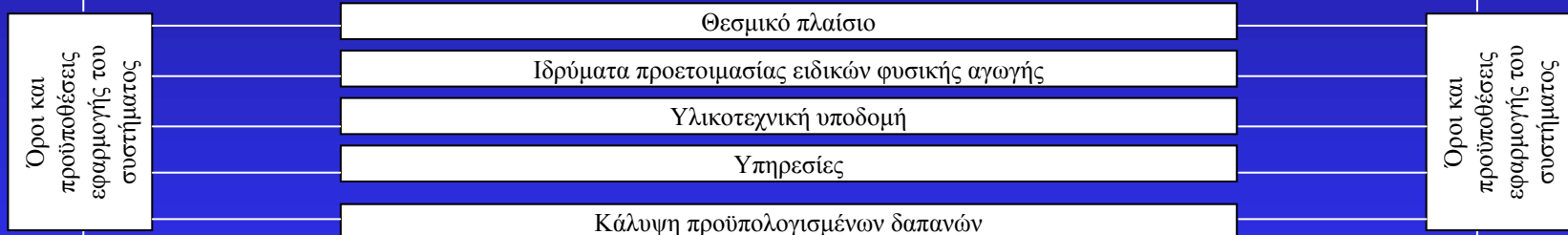
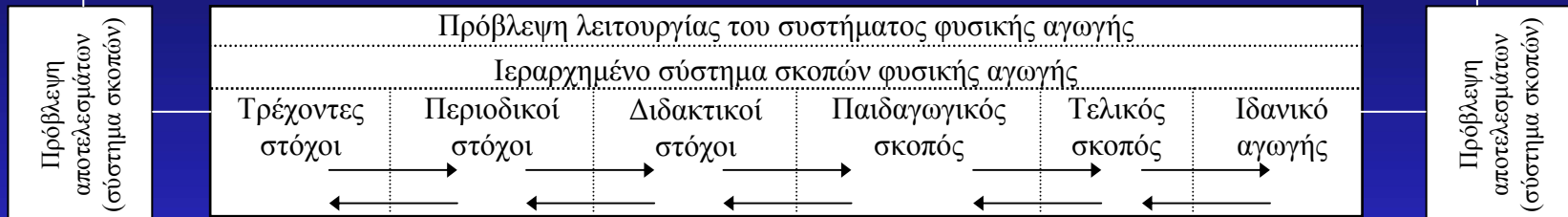
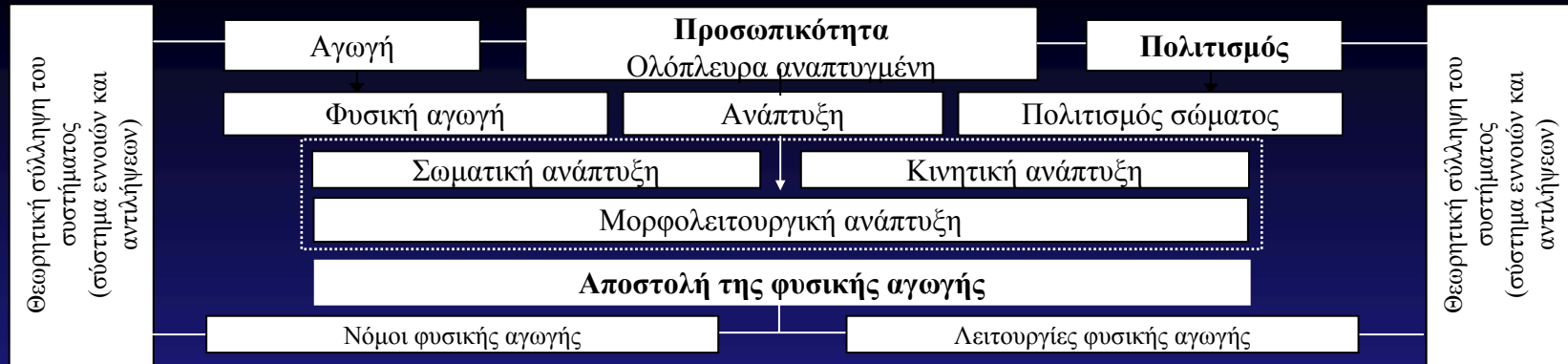
“... το όλο είναι μεγαλύτερο του αθροίσματος των μερών που το αποτελούν...” (Αριστοτέλης)

Τι σημαίνει σύστημα;

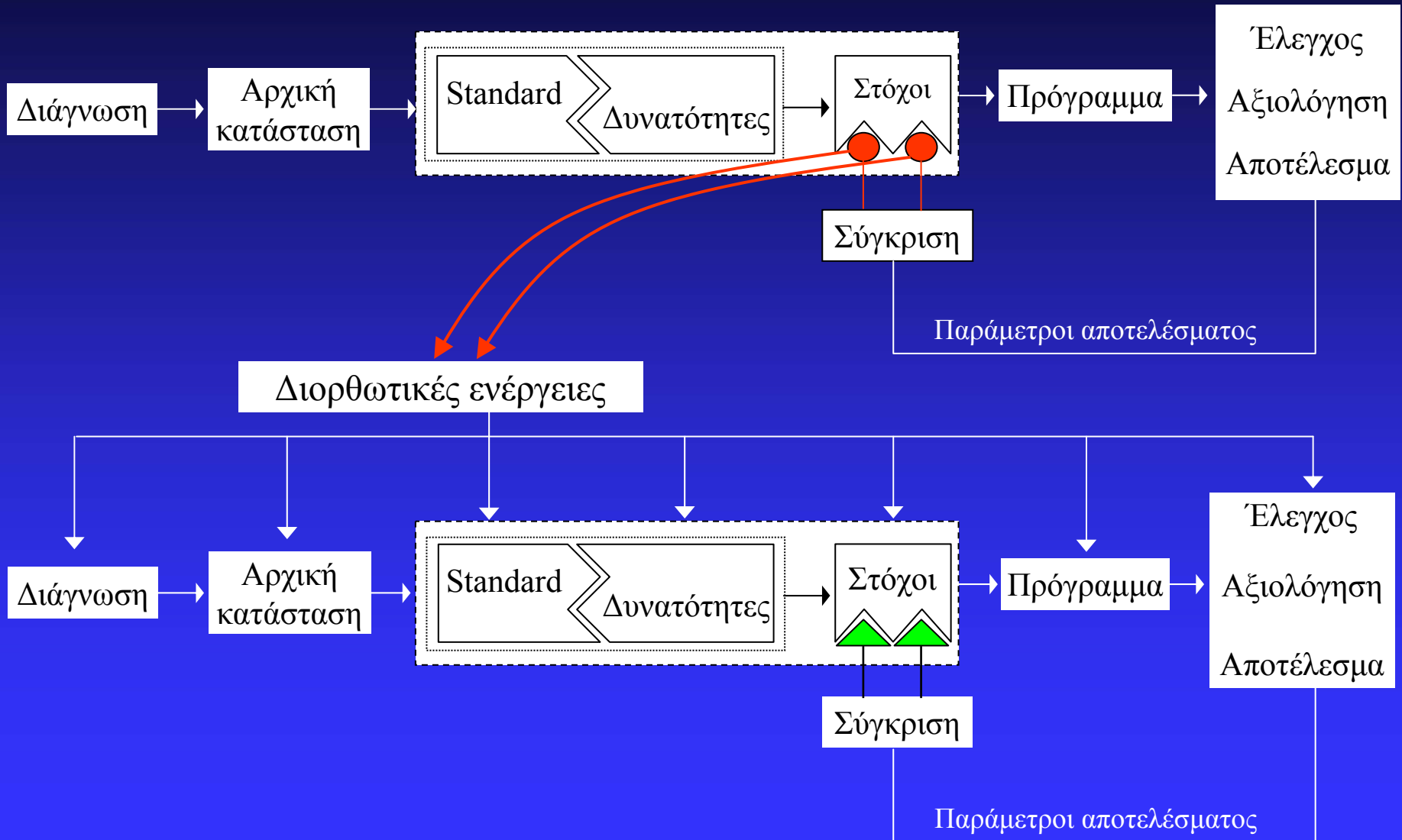
Σύστημα είναι το σύνολο στοιχείων τα οποία αλληλοσυσχετίζονται, με τρόπο ώστε κάθε τροποποίηση ενός εξ αυτών ή του είδους των σχέσεων που αυτά συνάπτουν μεταξύ τους να οδηγεί σε τροποποίηση και των άλλων στοιχείων ή των σχέσεών τους και, συνεπώς, του ίδιου του συνόλου.



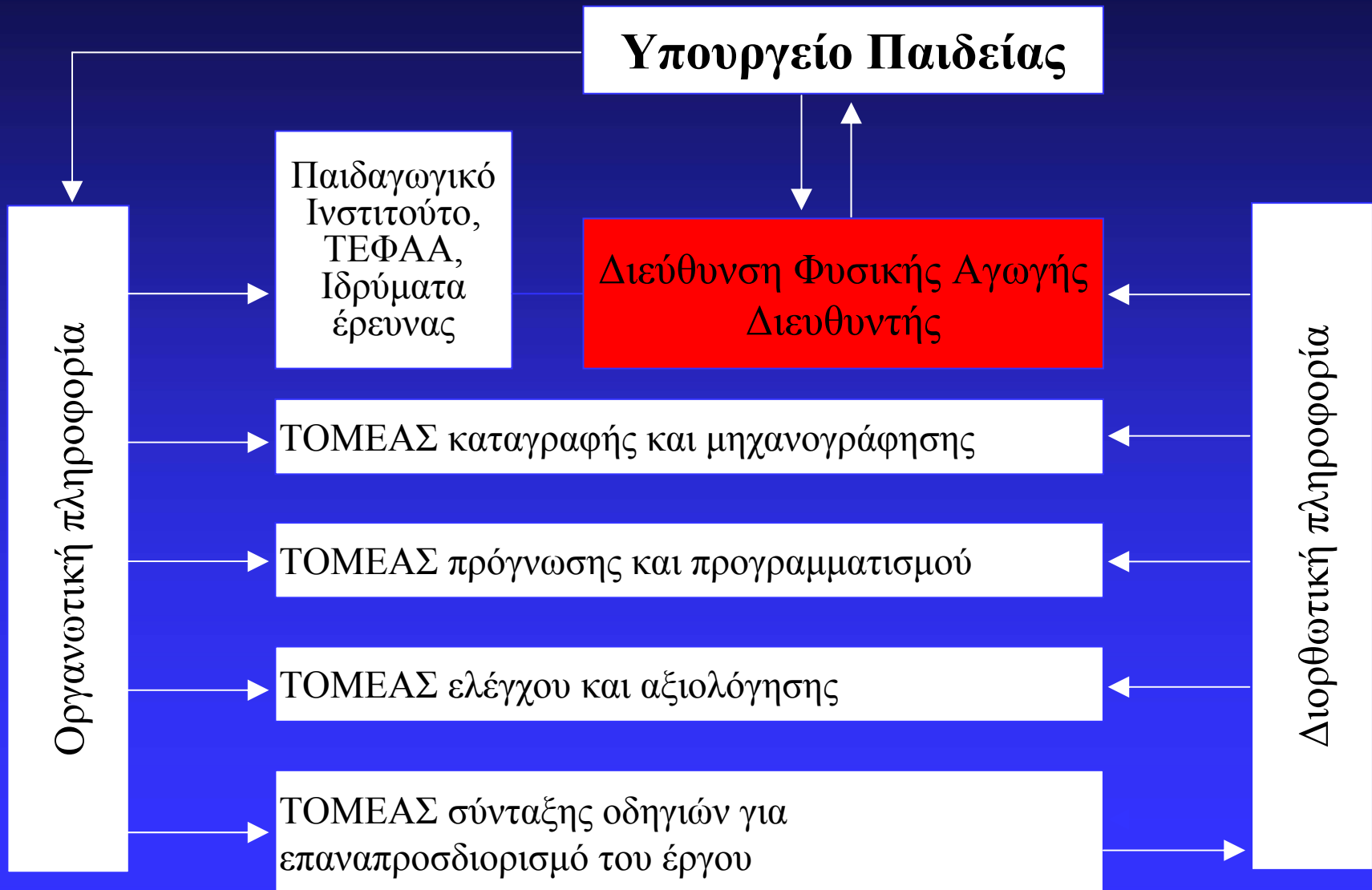
Μπάλιας (1995, σ. 79-80)



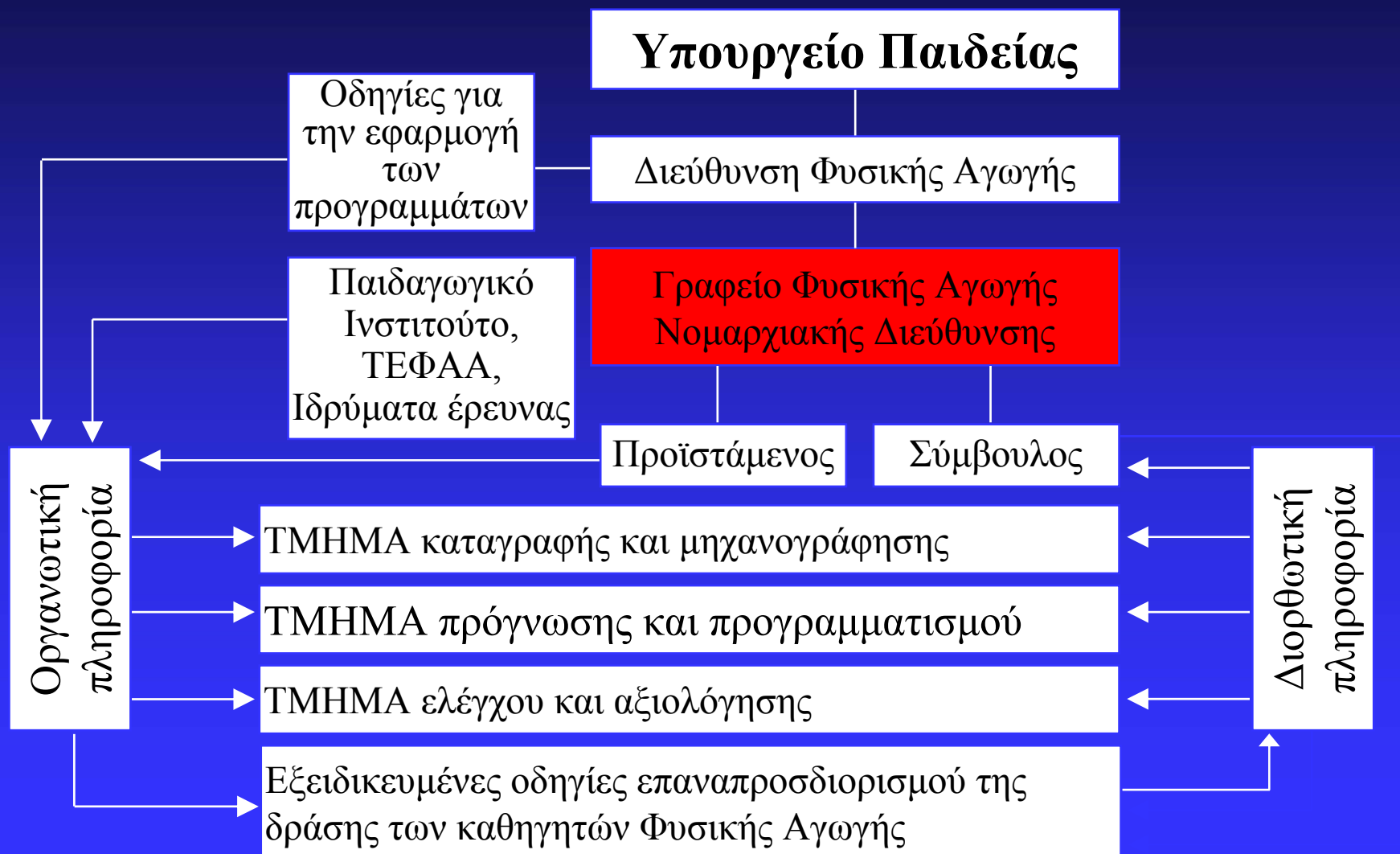
Διάγραμμα της θεμελιώδους αρχής της οργάνωσης των υπηρεσιών φυσικής αγωγής.



Προτεινόμενο οργανόγραμμα της Διεύθυνσης Φυσικής Αγωγής του Υπουργείου Παιδείας



Προτεινόμενο οργανόγραμμα του Γραφείου Φυσικής Αγωγής της Νομαρχιακής Διεύθυνσης Εκπαίδευσης



Από την επιστημονική
κοινότητα προτείνεται ως
πρωταρχικός σκοπός της
φυσικής αγωγής η ανάπτυξη
της φυσικής κατάστασης που
σχετίζεται με την υγεία

(Παπαϊωάννου, Θεοδωράκης και Γούδας, 1999; Καρανταΐδου, 1999; Ζουνχιά, 1998;
Virgilio, 1997; Shephard, 1995; Pate & Hohn, 1994; Armstrong & Biddle, 1992; Blair &
Meredith, 1994; Mahon, Ignico & Marsh, 1993; Sallis & McKenzie, 1991; Corbin, 1991,
Θεοδωράκης, 1990 κ.ά.).

Πρακτικά...

Το παιδί πρέπει να μάθει να γυμνάζεται για την υγεία του χωρίς να τραυματίζεται και να γνωρίζει τόσες δεξιότητες όσες είναι απαραίτητες για να είναι σε όλη του τη ζωή κινητικά δραστήριο.

Να εντοπίσουμε μέσα στο γενικό σκοπό της παιδείας τη διάσταση εκείνη που δεν μπορεί να την αναπτύξει κανένα άλλο σχολικό αντικείμενο παρά μόνο η φυσική αγωγή και να τη δεχτούμε ως αποκλειστικό της σκοπό

Η φυσική αγωγή πρέπει να αναλάβει
*«την ανάπτυξη των ψυχοσωματικών
δυνάμεων των μαθητών»*

«Ψυχοσωματικές δυνάμεις»

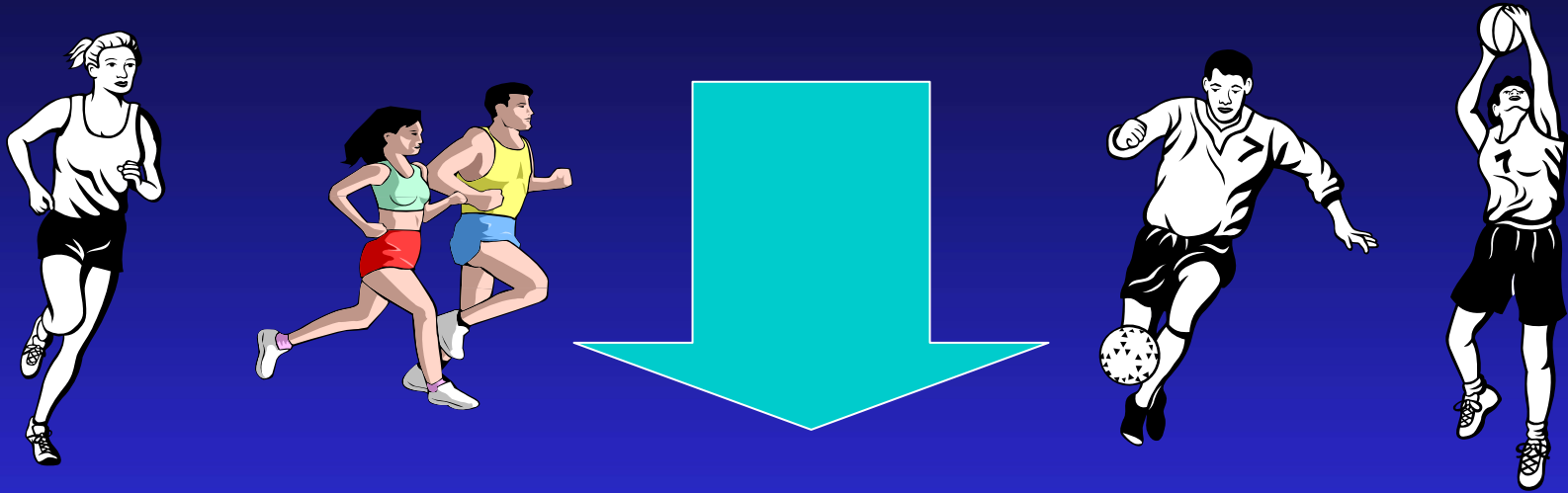
Φυσική κατάσταση

=

Κατάσταση σωματικής υγείας

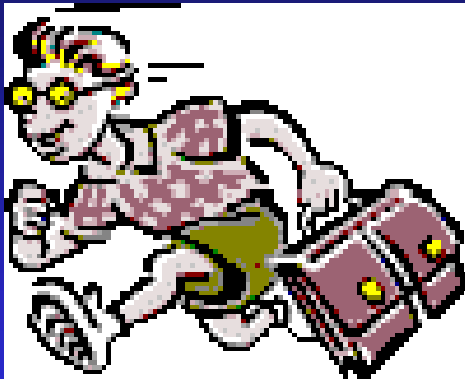
(Μπαμπινιώτης, 2002, σ. 1913)

Η έρευνα έχει δείξει ότι...



Τα οφέλη για την υγεία του ανθρώπου,
σχετίζονται περισσότερο με την ποσότητα
της κινητικής δραστηριότητας

Απαραίτητη ημερήσια ποσότητα κινητικής δραστηριότητας



- ☞ 30 λεπτά για τα παιδιά του δημοτικού σχολείου.
- ☞ 50 λεπτά για τα παιδιά του γυμνασίου και του λυκείου.

Πότε το μάθημα της φυσικής αγωγής είναι αποτελεσματικό;

Όταν στο 50% του συνολικού χρόνου, που δεν πρέπει να είναι λιγότερο από 20 λεπτά, τα παιδιά εκτελούν μέτριας και υψηλής έντασης κινητική δραστηριότητα (Stratton, 1997; NASPE, 2002).

Στόχοι για την
πρόοδο και όχι για
το αποτέλεσμα

Στόχοι

προκλητικοί

και όχι εύκολοι

Καλύτεροι οι
ρεαλιστικοί και όχι
οι μη ρεαλιστικοί
στόχοι

Στόχοι

συγκεκριμένοι

και όχι γενικοί

Στόχοι
βραχυπρόθεσμοι
και όχι
μακροπρόθεσμοι



Ερωτηματολόγιο	



Στόχοι μετρήσιμοι



Οι μαθητές
πρέπει να
δεσμεύονται

Οι στόχοι

πρέπει να είναι

ατομικοί