

# CONNECT

Inclusive open schooling  
with engaging and  
future-oriented science

## ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

Περιγραφή για τον ιστότοπο:

Τίτλος: Όσο ζω ασκούμαι...

Αυτή η καλή πρακτική παρουσιάζει μια πρωτοβουλία ανοιχτής σχολικής εκπαίδευσης για το CONNECT, που αναπτύχθηκε από το 18<sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Κορυδαλλού με τις εκπαιδευτικούς Κρεμμύδα Σωτηρία ΠΕ11-Φυσικής Αγωγής και Λεκαράκου Παναγιώτα ΠΕ70-Δασκάλα, από 15/11/2022 έως 25/05/2023. Στις δραστηριότητες συμμετείχαν τρεις επιστήμονες: Δρ. Καραϊτιανός Ιωάννης Καθηγητής Πανεπιστημίου και Διευθύντης στο Ερρίκος Ντυνάν, η κα κρεμμύδα Αιμιλία Κωνσταντία Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής και Διευθύντρια σε Δημοτικό Σχολείο και ο κος Ποντίκογλου Χαράλαμπος Αναπληρωτής Καθηγητής Ιατρός Αιματολόγος. Υποστηρίχτηκε από την Περιφερειακή Διεύθυνση Κρήτης. Αυτή η πρακτική παρουσιάστηκε προηγουμένως στον παρακάτω σύνδεσμο:

[https://connect-eu.exus.co.uk/?attachment=256&document\\_type=folder&download\\_document\\_file=1&document\\_file=256](https://connect-eu.exus.co.uk/?attachment=256&document_type=folder&download_document_file=1&document_file=256)

**Νοιάζομαι:**

### Το πρόβλημα

Στο παρόν σενάριο οι μαθητές κλήθηκαν να συνειδητοποιήσουν την ανάγκη για δια βίου άσκηση και τα οφέλη που προκύπτουν από την ενασχόλησή τους με αυτή καθώς και πώς μπορεί να συνδεθεί η άσκηση με την ψυχική μας υγεία αλλά και τις κοινωνικές μας σχέσεις. Οι μαθητές που συμμετείχαν στις δραστηριότητες ήταν συνολικά 26 από την Ε και ΣΤ του σχολείου ηλικίας 11 και 12 ετών.

**Μαθαίνω:** Οι μαθητές είχαν την ευκαιρία να αλληλεπιδράσουν με ειδικούς επιστήμονες σύγχρονα εξ αποστάσεως, δια ζώσης αλλά και μέσω συνέντευξης και να αντλήσουν πληροφορίες για τα οφέλη της άσκησης (σωματικά, ψυχικά, κοινωνικά) σε συνδυασμό με ισορροπημένη διατροφή για μία καλύτερη ποιότητα ζωής. Μέσα από το μάθημα της Φυσικής Αγωγής και τα Εργαστήρια Δειξιοτήτων οι μαθητές εξάσκησαν δεξιότητες συνεργασίας και επικοινωνίας εντός αλλά και εκτός σχολείου, επεξεργάστηκαν ερωτήσεις, ανέπτυξαν την κριτική τους σκέψη, ερεύνησαν, αξιολόγησαν αποτελέσματα ερωτηματολογίου, εκτέλεσαν με συνέπεια τις εργασίες τους και τις παρουσίασαν, συνέταξαν και καταχώρησαν τα συμπεράσματά τους για τα οφέλη της άσκησης.

**Δρω:** οι μαθητές καθόλη τη διάρκεια του προγράμματος εκπόνησαν τις εργασίες τους αποτυπώνοντάς τες σε μορφή κολάζ (αποφθέματα για την άσκηση, το πιάτο της διατροφής και υγιεινά γεύματα, πρόγραμμα άσκησης, πρόγραμμα προθέρμανσης και αποθεραπείας και άλλα). Στο τέλος, οι μαθητές, μετά από έρευνα στη γειτονιά τους, συζήτησαν με τον δήμαρχο της πόλης και του πρότειναν τις ιδέες τους για βιώσιμες γειτονιές αθλητικού χαρακτήρα, παρουσιάζοντάς του τη δημιουργία κολάζ. Ολοκλήρωσαν τις δραστηριότητες τους ομαδικά υποστηριζόμενοι από την εκπαιδευτική κοινότητα και τη οικογένειά τους.



**Συμπεράσματα σχετικά με την Ανοιχτή Σχολική Εκπαίδευση:** Η δραστηριότητα συντάσσεται με το πρόγραμμα σπουδών Φυσικής Αγωγής και με το διαδραστικό βιβλίο μαθητή Ε και ΣΤ δημοτικού στην Ενότητα “Δια βίου άσκηση” καθώς και με τα Εργαστήρια Δεξιοτήτων στην Ενότητα “Ευ ζην-Ψυχική υγεία”. Το πρόγραμμα ήταν χρήσιμο διότι οι μαθητές και οι μαθήτριες συνειδητοποίησαν την ανάγκη για δια βίου άσκηση, απέκτησαν γνώσεις της αθλητικής επιστήμης, γνώρισαν το ποσοστό επίδρασης των αθλητικών δραστηριοτήτων στον οργανισμό μας, πόση άσκηση είναι απαραίτητη για την υγεία μας. Προκάλεσε το ενδιαφέρον των παιδιών με βάση τη μεθοδολογία που ακολουθήθηκε, βιωματική, ερευνητική, συνεργατική. Ακολουθήθηκε το μοντέλο της ενεργού συμμετοχής όπου ο εκπαιδευτικός ενεργεί ως συντονιστής και διαχειριστής της μαθητικής διαδικασίας. Απώτερος στόχος είναι να εμπνεύσει τους μαθητές να παρατηρούν, να πειραματισθούν έτσι ώστε να κατακτήσουν η γνώση. Το πρόγραμμα ήταν καινοτόμο διότι εμπλέχτηκαν οι γονείς, οι αρχές της τοπικής κοινωνίας, ειδικοί επιστήμονες, αξιοποιήθηκαν οι Νέες Τεχνολογίες καθ’ όλη τη διάρκεια. Ήταν επίσης συμπεριληπτικό καθώς τα παιδιά συμμετείχαν με τον τρόπο και τις δυνατότητες που είχε το κάθε ένα ξεχωριστά και μέσα στις ομάδες τους. Η ανοιχτή σχολική εκπαίδευση μπορεί να είναι χρήσιμη αλλά και να προκαλέσει το ενδιαφέρον για άλλους δασκάλους επειδή βγαίνει από τα στενά όρια της τάξης και εμπλέκονται στη διαδικασία και άλλοι φορείς, είναι συμπεριληπτική και αφορά τη σύγχρονη εκπαιδευτική κοινωνία.

**Η αλλαγή/καινοτομία υποστηρίχθηκε από:**  Διεύθυνση του σχολείου  σχολικός σύλλογος/δίκτυο

Τοπική αυτοδιοίκηση  Άλλο:

**Αποτελέσματα μαθητών:** Οι μαθητές ήταν ενεργοί σε όλη τη διάρκεια του προγράμματος και συμμετείχαν σε όλες τις δράσεις. Ευχαριστήθηκαν ιδιαίτερα την αλληλεπίδραση με τους ειδικούς επιστήμονες ήταν κάτι που ξεχώρισε στο όλο πρόγραμμα, η επαφή με τον δήμαρχο της πόλης ήταν επίσης μία δράση που τους ενθουσίασε. Ενεργοποιήθηκε το ενδιαφέρον τους για τα κοινά μέσα από την έρευνα που έκαναν στη γειτονιά τους και προβληματίστηκαν για μια καλύτερη βιώσιμη γειτονιά που αφορά όλους. Οι μαθητές μέσα από το πρόγραμμα για τη δια βίου άσκηση διαπίστωσαν ότι εκτός από τα σωματικά οφέλη στην υγεία μας υπάρχουν επίσης ψυχικά οφέλη και η άσκηση συμβάλλει και στις κοινωνικές μας σχέσεις και έτσι βελτιώνεται σε πολλαπλά επίπεδα η ποιότητα της ζωής μας.. Κάποιοι μαθητές ανέφεραν «κάνουμε καινούριους φίλους, διαχειριζόμαστε καλύτερα τα συναισθήματα, αποκτάμε αυτοπεποίθηση, νιώθουμε υπέροχα με τον εαυτό μας»

**Αυτή η πρακτική συνέβαλε στην αύξηση της:**

ενασχόληση των οικογενειών  συμμετοχής των κοριτσιών  ευαισθητοποίησης των μαθητών για

με τις επιστήμες  
επιστήμες

στην επιστήμη

τη σταδιοδρομία στις φυσικές

Παρακαλώ διευκρίνηστε: Η συμμετοχή των κοριτσιών και το ενδιαφέρον τους για το πρόγραμμα ήταν ιδιαίτερα αποτελεσματική. Ανταποκρίθηκαν στις απαιτήσεις και στις εργασίες με σύνεση, ερεύνησαν και κατέληξαν σε συμπεράσματα.

**Επιλέξτε την πιο σχετική φωτογραφία σχετικά με την πρωτοβουλία σας (η οποία θα είναι δημόσια και θα δημοσιευθεί με ανοιχτή άδεια για την αντιπροσώπευση της πρακτικής.**





#### ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΤΑΙΡΟ ΤΟΥ CONNECT που υποστήριξε το σχολείο

|                     |   |
|---------------------|---|
| ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ          | Περιφερειακή Δ/νση Π/θμιας και Δ/θμιας Εκπαίδευσης Κρήτης (RDE) |
| ΧΩΡΑ                | Ελλάδα  |
| Όνομα συνεργάτη     | Γεώργιος Πανσεληνάς   |
| Περίοδος υλοποίησης | Ημ/νία έναρξης: 15/11/2022 Ημ/νία ολοκλήρωσης: 25/05/2023       |

#### ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΙΧΑΝ

|   |  |
|---|--|
| ΣΧΟΛΕΙΑ   | 18 <sup>ο</sup> Δημοτικό Σχολείο Κορυδαλλού                      |
| Ονόματα ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ (για τα πιστοποιητικά καλών πρακτικών)                    | Κρεμμύδα Σωτηρία<br>Λεκαράκου Παναγιώτα                          |
| ΦΥΛΛΟ   | Αγόρια και κορίτσια  |
| ΜΑΘΗΜΑ (Φυσικές Επιστήμες, Φυσική, Χημεία, Βιολογία, ...)                       | Φυσική Αγωγή<br>Εργαστήρια Δεξιοτήτων                            |
| Πόσα μαθήματα χρησιμοποιήθηκαν στην ανοιχτή σχολική εκπαίδευση;                 | 15   |
| Τίτλος πηγής ανοιχτής σχολικής εκπαίδευσης που χρησιμοποιήθηκε                  | Όσο ζω ασκούμει...   |
| Τύπος εκπαιδευτικού σεναρίου επιστημονικών δράσεων (δομημένο ή ανοιχτό σενάριο) | Δομημένο   |
| Ενότητες προγράμματος σπουδών   | Φυσική Αγωγή-Δια βίου άσκηση, Εργαστήρια Δεξιοτήτων-Ψυχική υγεία |

#### ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΙΧΑΝ

|                     |       |
|---------------------|-------|
| Τάξη                | Ε/ΣΤ  |
| Ηλικία (μέσος όρος) | 11-12 |









και μέθοδο προσιτή στην ηλικία τους, η βιωματική προσέγγιση της γνώσης μέσα από το πρόγραμμα σπουδών αύξησε το ενδιαφέρον τους και αποκτήθηκε εμπιστοσύνη ως προς την επιστήμη.

#### 04. Πόσο εύκολο ή δύσκολο ήταν να χρησιμοποιηθούν οι πόροι του εκπαιδευτικού σεναρίου επιστημονικής δράσης;

**Θέματα που να σχετίζονται με υλικά, διαδικασίες, πίεση από την αλληλεπίδραση με το πρόγραμμα σπουδών:**

Το θέμα που επιλέχθηκε να εκπονηθεί ήταν συμβατό με το πρόγραμμα σπουδών μέσα από το μάθημα της Φυσικής Αγωγής και τα Εργαστήρια Δεξιοτήτων και ανταποκρίνονταν στην ηλικιακή ομάδα των μαθητών και ως εκ τούτου υλοποιήθηκε απρόσκοπτα.

#### 05. Ποια ήταν τα οφέλη από την εφαρμογή του εκπαιδευτικού σεναρίου επιστημονικών δράσεων για τους μαθητές σας;

**Περιγράψτε τα αποτελέσματα των μαθητών στις επιστημονικές τους δράσεις που σχετίζονται με:**

|                   |   |
|-------------------|---|
| <b>ΓΝΩΣΕΙΣ</b>    | Αναγνώριση των ωφελειών της άσκησης και της υγιεινής διατροφής, διατύπωση συμπερασμάτων και κατηγοριοποίηση αυτών, προσδιορισμός του ποσοστού επίδρασης της άσκησης και σύνδεση με τις δικές τους ανάγκες, παρατήρηση και έρευνα. |
| <b>ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ</b> | Ανάπτυξη κριτικής σκέψης, πρωτοβουλιών, αξιολόγηση αποτελεσμάτων, προγραμματισμός δράσεων, παραγωγή και παρουσίαση έργου, σύνταξη ερωτηματολογίου, διαχείριση του χρόνου τους   |
| <b>ΣΤΑΣΕΙΣ</b>    | Συμμετοχή, συνεργασία, αποδοχή, υιοθέτηση θετικής στάσης απέναντι στις επιστήμες και σε έναν πιο υγιεινό και δραστήριο τρόπο ζωής, ενθάρρυνση των συμμαθητών τους για την ολοκλήρωση των εργασιών τους                            |



## 06. Ποιες ήταν οι προκλήσεις της χρήσης εκπαιδευτικών σεναρίων επιστημονικών δράσεων για τους μαθητές σας?

Κύριες προκλήσεις που αντιμετώπισαν οι μαθητές (Παρακαλώ επιλέξτε όλα όσα ισχύουν):

Δύσκολο ...

ν Μεγάλη διάρκεια. Το πρόγραμμα ξεκίνησε τον Νοέμβριο του 2022 και τελείωσε τον Μάιο του 2023.

Βαρετό ...

Άλλο (Παρακαλώ προσδιορίστε): ...

## 07. Ποιες δραστηριότητες λειτούργησαν καλά με το πρόγραμμα σπουδών;

Τι βοήθησε τα παιδιά να επιτύχουν τους μαθησιακούς στόχους:

Στην περίοδο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης οι μαθητές διδάχθηκαν ένα αρκετά μεγάλο μέρος του θεωρητικού πλαισίου του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής και αυτό είχε ως αποτέλεσμα να έχουν αρκετές γνώσεις σχετικά με το περιεχόμενο του προγράμματος που εκπονήθηκε. Αυτό βοήθησε στο να έχουν τη δυνατότητα οι μαθητές να επιτύχουν τους μαθησιακούς στόχους ανταποκρινόμενοι στις απαιτήσεις εντός αλλά και εκτός του σχολικού περιβάλλοντος. Επίσης στα προηγούμενα σχολικά τους χρόνια υλοποιούνταν μέσα από το μάθημα πρόγραμμα σχολικών δραστηριοτήτων όπου η συνεργασία και η αποδοχή ήταν απαραίτητες προϋποθέσεις για την εκπόνησή του.

## 08. Ποιες δραστηριότητες δεν λειτούργησαν καλά με το πρόγραμμα σπουδών;

Οτιδήποτε θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά ή να αποφευχθεί:

Δεν παρουσιάστηκε κάποιο ιδιαίτερο πρόβλημα

