Φόρμα Υποβολής Πρότασης για τη δημιουργία Ομίλου	
Ονοματεπώνυμο εκπαιδευτικού (1)	ΑΠΑΖΙΔΗΣ ΦΩΤΙΟΣ
Κλάδος/Ειδικότητα (1)	ΠΕ11 ΦΥΣΙΚΗΣΑΓΩΓΗΣ
Ονοματεπώνυμο εκπαιδευτικού (2)	_
Κλάδος/Ειδικότητα (2)	_
Τίτλος του ομίλου	ΜΥΙΚΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗΣ ΣΤΗΛΗΣ
Θεματική/ές που εντάσσεται ο όμιλος	Η ΑΣΚΗΣΗ ΩΣ ΜΕΣΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΥΠΟΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
Αριθμός ωρών ομίλου ανά εβδομάδα	ΔΥΟ (2) ΩΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ
Τάξη ή τάξεις που απευθύνεται ο όμιλος	Δ΄ Τάξη
Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα	ΠΡΟΑΣΠΙΣΗ ΤΗΣ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ
Διδακτική μεθοδολογία	Προθέρμανση των μαθητών με ασκήσεις γενικής προθέρμανσης- διατατικές ή και ειδικές ασκήσεις .Επίδειξη τωνασκήσεωνκαιοδηγίεςγιατηνσωστήεκτέλεσητους.Ο προσανατολισμός των ασκήσεων θα είναι τέτοιος ώστε να οδηγηθούνοιμαθητέςμεμικρήσπατάληδυνάμεων,εύκολα ,σωστά και ακίνδυνα στον επιδιωκόμενο σκοπό. Παροχή συμβουλών επισήμανση και διόρθωση λαθών .Εντοπισμός των αιτιών που προκαλούν τα λάθη για την εξάλειψή τους. Σωστή κατανομή των διαλειμμάτων ανάλογα με την επιβάρυνση των ασκήσεων. Και τέλος την αποθεραπεία με διατατικές ασκήσεις, χαλάρωμα και την σταδιακή επαναφορά του οργανισμού στη ηρεμία.
Αναλυτικό Πρόγραμμα (με συγκεκριμένο χρονοδιάγραμμα υλοποίησής από Οκτώβριο μέχρι Μάιο ή Ιούνιο)	Σύμφωναμετιςατομικέςδιαδικασίεςανάπτυξηςτωνμαθητών, το πρόγραμμα εκγύμνασης θα περιλαμβάνει 5 φάσεις όσον αφοράτηνμυϊκήεπιβάρυνσητωνμαθητών. ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ -ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ : ΧΑΜΗΛΗ ΕΝΤΑΣΗ 50% ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ-ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ : ΜΕΤΡΙΑ ΕΝΤΑΣΗ 50-70% ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ-ΜΑΡΤΙΟΣ : ΜΕΣΑΙΑ ΕΝΤΑΣΗ 70-80% ΑΠΡΙΛΙΟΣ- ΜΑΙΟΣ : ΥΠΟΜΕΓΙΣΤΗ ΕΝΤΑΣΗ 90% ΙΟΥΝΙΟΣ : ΜΕΓΙΣΤΗ ΕΝΤΑΣΗ 90-100%
Διδακτικό υλικό (έντυπο και ηλεκτρονικό)	ΕΠΙΔΑΠΕΔΙΑ ΣΤΡΩΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
Τρόπος επιλογής μαθητών	ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΓΙΑ ΟΣΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΤΟ ΕΠΙΘΥΜΟΥΝ
Τρόποι αξιολόγησης μαθητών	Ηαξιολόγησηθαέχειστόχοτηνενίσχυσητηςαπόδοσηςτου μαθητή , θα έχει χαρακτήρα θετικό. Ο μαθητής θα πληροφορείταιγιατοβαθμόκατάκτησηςμιαςκινητικής δεξιότητας με τη χρήση κοινά αποδεκτών δοκιμασιών και test.
Προτεινόμενο ωρολόγιο πρόγραμμα ομίλου (ημέρα/ώρα έναρξης/ώρα λήξης)	Τρίτη (14:15 – 15:00) & Πέμπτη (13:15 – 14:00), από 1 ώρα
Τόπος διεξαγωγής ομίλου	ΑΙΘΟΥΣΑ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΕΠΙΛΟΓΩΝ ΤΟΥ 3ου ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟΥ ΔΗΜ.ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΕΥΟΣΜΟΥ
Ειδικοί εξωτερικοί συνεργάτες	-
Συνεργασίες (ιδρύματα, οργανισμοί, σχολεία, φορείς, πρόσωπα κ.ά.)	-
Εκπαιδευτικές επισκέψεις	-

Τρόπος αξιολόγησης του ομίλου	Πέρα από την επίτευξη των στόχων που έχουμε θέσει η συμμετοχήμεευχαρίστησητωνμαθητώνείναιηκαλύτερη αξιολόγηση τουομίλου.
Παραδοτέα	20/09/2021