

## ΓΝΩΡΙΖΩ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΟΥ



Κατά το τρέχον σχολικό έτος, οι μαθητές της Δ1 τάξης του σχολείου μας προχώρησαν στην υλοποίηση προγράμματος Αγωγής Υγείας με θέμα «Γνωρίζω το σώμα μου». Την ευθύνη σχεδιασμού και υλοποίησης του προγράμματος είχε η εκπαιδευτικός της Δ1 τάξης Σισμανίδου Ευαγγελία σε συνεργασία με τον Καθηγητή Φυσικής Αγωγής του σχολείου μας Κατσώρα Αλέξανδρο.

### ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Κατά κύριο λόγο, το πρόγραμμα στηρίχτηκε στη βιωματική μάθηση. Έτσι, οι μαθητές δούλεψαν με συγκεκριμένα υλικά, απτά παραδείγματα μέσα στο χώρο του σχολείου, παιγνιώδεις δραστηριότητες, κατασκευές, χαρτοκολλητική, ζωγραφική σε ομαδικές και ατομικές εργασίες, όπως επίσης μουσικοκινητικές δραστηριότητες και δραστηριότητες δραματοποίησης.

Τα παιδιά γνώρισαν από τι αποτελείται το σώμα τους (οστά, μύες, εσωτερικά όργανα - και πού βρίσκονται τα βασικότερα από αυτά). Έμαθαν πώς και γιατί αυτά συνεργάζονται και τέλος, πως να το προστατεύουν και να το φροντίζουν ώστε αυτό να είναι υγιές, (καθαριότητα, διατροφή, γυμναστική).

Ο γυμναστής του σχολείου Κος Κατσώρας Αλέξανδρος, με παιγνιώδη τρόπο ένταξε στο πρόγραμμα δραστηριότητες που προωθούν τη συστηματική άσκηση στη ζωή των μαθητών/ριων.

Τέλος, και στα πλαίσια υλοποίησης του προγράμματος, πραγματοποιήθηκε επίσκεψη των μαθητών της τάξης στο **Άλσος Βεΐκου** όπου και γνώρισαν κάποια από τα ολυμπιακά αθλήματα.

