



Β' ΤΑΞΗ

Φυσική Δραστηριότητα

Βιβλίο μαθήτριας/ μαθητή

1. Τι κάνω/Με τι ασχολούμαι μετά το σχολείο.

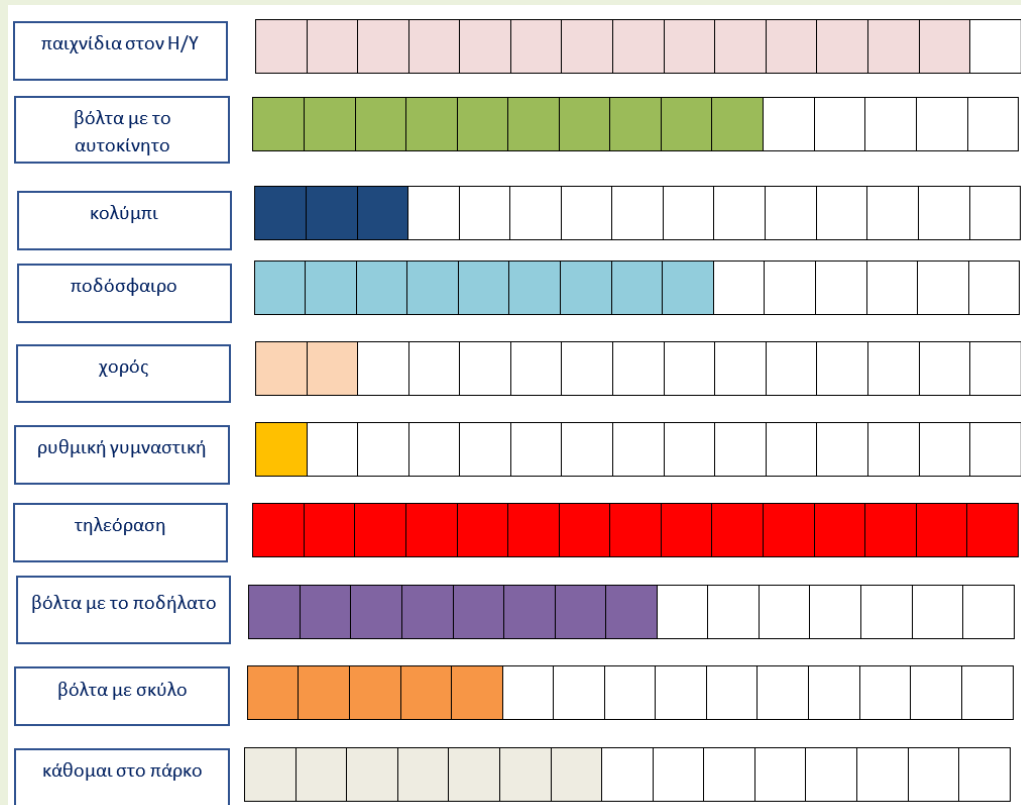
2. Χρησιμοποιώ το επόμενο φύλλο εργασίας για να καταγράψω τι απάντησαν τα υπόλοιπα παιδιά της τάξης μου.

Κωδικός
F.IS.1.

Σταθμός
Εκπ/κού

παιχνίδια στον Η/Υ																				
βόλτα με το αυτοκίνητο																				
κολύμπι																				
ποδόσφαιρο																				
χορός																				
ρυθμική γυμναστική																				
τηλεόραση																				
βόλτα με το ποδήλατο																				
βόλτα με σκύλο																				
κάθομαι στο πάρκο																				

1. Βλέπω τη γραφική παράσταση που δημιούργησα πριν (όπως στο παράδειγμα της γραφικής παράστασης παρακάτω) και την περιγράφω όπως το παράδειγμα.



Κωδικός
F.IS.4.

Σταθμός
Ανεξάρτητης
Μελέτης

(π.χ. Η πιο αγαπημένη δραστηριότητα των παιδιών της τάξης μας είναι
Η λιγότερο αγαπημένη..... Σχεδόν τα μισά παιδιά κάνουν..... Σε πολλά
παιδιά επίσης αρέσει να, κ.ο.κ.).

2. Σε ποιες δραστηριότητες υπάρχει πολλή κίνηση, σε ποιες μέτρια κίνηση και σε ποιες καθόλου; Γράφω τις δραστηριότητες στον παρακάτω πίνακα.



	Δραστηριότητες χωρίς καθόλου κίνηση	Δραστηριότητες με μέτρια κίνηση	Δραστηριότητες με πολλή κίνηση	

1. Διαβάζω το παρακάτω απόσπασμα από την ιστοσελίδα του ΑΓΟ.

Σκοποί

1. Ο Αθλητισμός Για Όλους κι Όλες (ΑΓΟ) είναι το αθλητικό κίνημα για κίνηση και άθληση έτσι ώστε να βελτιωθεί η ανθρώπινη επικοινωνία και η ψυχολογική και σωματική υγεία όλων.
2. Το ΑΓΟ αναγνωρίζει το δικαίωμα της άθλησης για όλους κι όλες, οποιουδήποτε φύλου, ηλικίας, προέλευσης, σωματικής διάπλασης, μόρφωσης, οικονομικής ισχύος και σωματικής ακεραιότητας.
3. Μέσω του ΑΓΟ και της άσκησης, διατηρείται η υγεία και χρησιμοποιείται η κίνηση ως προληπτική θεραπευτική αγωγή.
4. Ο ΑΓΟ εφαρμόζει σε όλη την Κύπρο τα προγράμματα «Αθλητισμός Για Όλους/Όλες» για όλα τα άτομα και για όλες τις ηλικίες.
5. Στόχος του ΑΓΟ είναι να μάθουμε ότι η άθληση προσφέρει χαρά – υγεία – ευεξία.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ 2023 19/05/2023
ΚΙΝΗΣΕΙΣ ΘΕΣΕΙΣ ΕΚΤΑΚΤΩΝ
ΓΥΜΝΑΣΤΩΝ ΣΤΟΝ ΚΥΠΡΙΑΚΟ
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ 05/10/2022
Προγράμματα Όλων των Επαρχιών 2022 –
2023 29/07/2022

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ
Επαρχία Λευκωσίας
Επαρχία Λεμεσού
Επαρχία Λάρνακας
Επαρχία Πάφου
Επαρχία Αμμογούστου

FOLLOW
f yt

SHARE
f tw p in e

Κωδικός
F.IS.7.

Σταθμός
Ανεξάρτητης
Μελέτης

Πηγή: <https://ago.org.cy/archiki-selida/ago/#toggle-id-2> (τροποποίηση)

2. Απαντώ τις ερωτήσεις.

(α) Ποιοι/Ποιες έχουν δικαίωμα στην άθληση και τη φυσική άσκηση;

(β) Σε ποιες πόλεις της Κύπρου προσφέρει προγράμματα φυσικής άσκησης το ΑΓΟ;

(γ) Ποια τα οφέλη της φυσικής άσκησης, όπως αναφέρονται στο κείμενο που διάβασα;



Κωδικός
F.IS.10.

Παίζω το παιχνίδι:

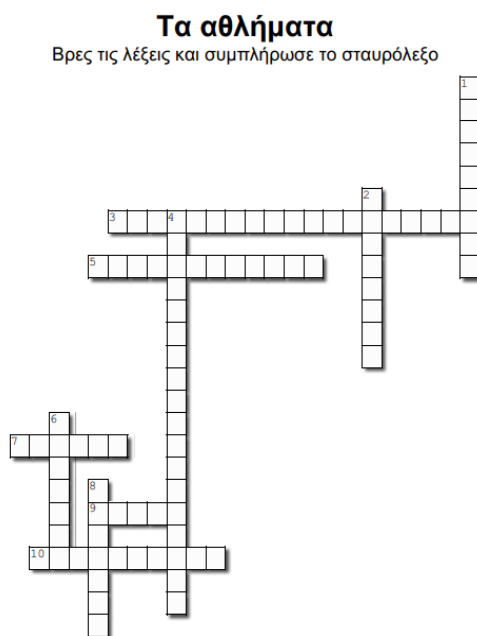
Σταθμός
Τεχνολογίας

<https://elearning.remacproject.eu/?p=1109>

Λύνω το παρακάτω σταυρόλεξο που αφορά στα αθλήματα.

Κωδικός
F.IS.13.

Σταθμός
Ανεξάρτητης
Μελέτης



Created using the Crossword Maker on TheTeachersCorner.net

Across

- 3. Χρειάζεται δύναμη.
- 5. Είναι ομαδικό άθλημα, η μπάλα είναι πορτοκαλί.
- 7. Η στολή σε αυτό το άθλημα είναι λευκή.
- 9. Ένα άθλημα στο οποίο υπάρχει άμμος.
- 10. Η κάθε ομάδα έχει 11 παίκτες ή παίκτριες.

Down

- 1. Είναι ένα άθλημα του νερού.
- 2. Ομαδικό άθλημα. Κρατάμε την μπάλα με τα χέρια.
- 4. Συνήθως συνοδεύεται και από μουσική.
- 6. Σε αυτό το άθλημα κερδίζει ο πιο γρήγορος ή η πιο γρήγορη.
- 8. Κερδίζει ο πιο γρήγορος/η πιο γρήγορη που θα περάσει τα εμπόδια.



Κωδικός
F.IS.16.

Σταθμός
Τεχνολογίας

Παίζω το παιχνίδι:

<https://elearning.remacproject.eu/?p=1115>

1. Παίζω τον τροχό της τύχης μαζί με τα υπόλοιπα παιδιά της τάξης μου. Ένα παιδί, χωρίς να βλέπουν τα άλλα, γυρίζει τον τροχό και πρέπει να αποδώσει με παντομίμα τη λέξη που θα βρει. Το παιδί που θα βρει τη λέξη, είναι αυτό που θα γυρίσει στη συνέχεια τον τροχό, κ.ο.κ.



Κωδικός
F.IS.19.

Σταθμός
Εκπ/κού