







**4<sup>th</sup>  
grade  
Δ΄  
τάξη**

# Πόσα κόκαλα έχω; Μελέτη περιβάλλοντος & Φυσική Αγωγή

Time/ station Χρόνος/ Σταθμός	Independent station, Σταθμός Ανεξάρτητης Μελέτης 	Teacher station, Σταθμός Εκπαιδευτικού 	Collaboration station, Σταθμός Συνεργασίας 	Technology station, Σταθμός Τεχνολογίας 
1st task 1η δραστ.				NS, A1, A2, B1
2nd task 2η δραστ.	NS		B1	A1,A2
3rd task 3η δραστ.		NS, A1, A2, B1		
4th task 4η δραστ.			NS, A1, A2, B1	

**1<sup>st</sup> task, 1<sup>η</sup> δραστηριότητα, 10'**
**Description/  
Περιγραφή**

NS, B1- παρακολουθούν βίντεο σχετικά με το ανθρώπινο σώμα, συγκεκριμένα για τον σκελετό και απαντούν σε ερωτήσεις.  
A1,A2- Ακούν ένα τραγούδι για το ανθρώπινο σώμα και συμμετέχουν στη χορογραφία.


**Language skills  
Γλωσσική  
δεξιότητα**

Λεξιλόγιο, παραγωγή προφορικού λόγου

**Competences for  
democratic  
culture  
Δεξιότητες  
Δημοκρατικού  
πολιτισμού**

Δεξιότητες Παρατήρησης  
Δεξιότητες κριτικής κατανόησης του κόσμου: ανθρώπινο σώμα

**Type of learning  
Activity – Τύπος  
Δραστηριότητας**

Μεικτή  
Συνεργατική

**Learning  
Outcome  
Μαθησιακό  
αποτέλεσμα**

Εντοπίζω  
Περιγράφω

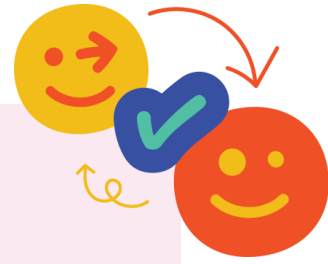
**Objective (Link to  
Curriculum) –  
Στόχος (Σύνδεση  
με Α.Π.Σ.)**

Γνώση της δομής και της λειτουργίας του σώματος

D.IS.1.

Technology  
station,  
Σταθμός  
Τεχνολογίας

<https://elearning.remacproject.eu/?p=2963>



D.IS.2.

Technology  
station,  
Σταθμός  
τεχνολογίας

<https://elearning.remacproject.eu/?p=2972>

D.IS.3.

Technology  
station,  
Σταθμός  
τεχνολογίας

<https://elearning.remacproject.eu/?p=2974>

D.IS.4.  
Collaboration  
station,  
Σταθμός  
συνεργασίας

<https://elearning.remacproject.eu/?p=2965>

## 2<sup>nd</sup> task, 2η δραστηριότητα, 10'

### Description/ Περιγραφή



NS- Μαθαίνουν για το σκελετικό σύστημα, τις αρθρώσεις και τους μύες.  
 B1- Μαθαίνουν για τον σκελετό και συζητούν.  
 A1- Ενώνουν την εικόνα από το μέρος του σώματος με τη λέξη.  
 A2- συμπληρώνουν το κείμενο με την κατάλληλη λέξη

### Language skills Γλωσσική δεξιότητα

Reading – Ανάγνωση, Λεξιλόγιο

### Competences for democratic culture Δεξιότητες Δημοκρατικού πολιτισμού

Δεξιότητες Παρατήρησης  
 Δεξιότητες κριτικής κατανόησης του κόσμου: ανθρώπινο σώμα

### Type of learning Activity – Τύπος Δραστηριότητας

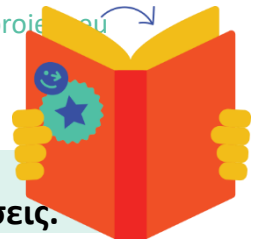
Practice - Εξάσκηση

### Learning Outcome Μαθησιακό αποτέλεσμα

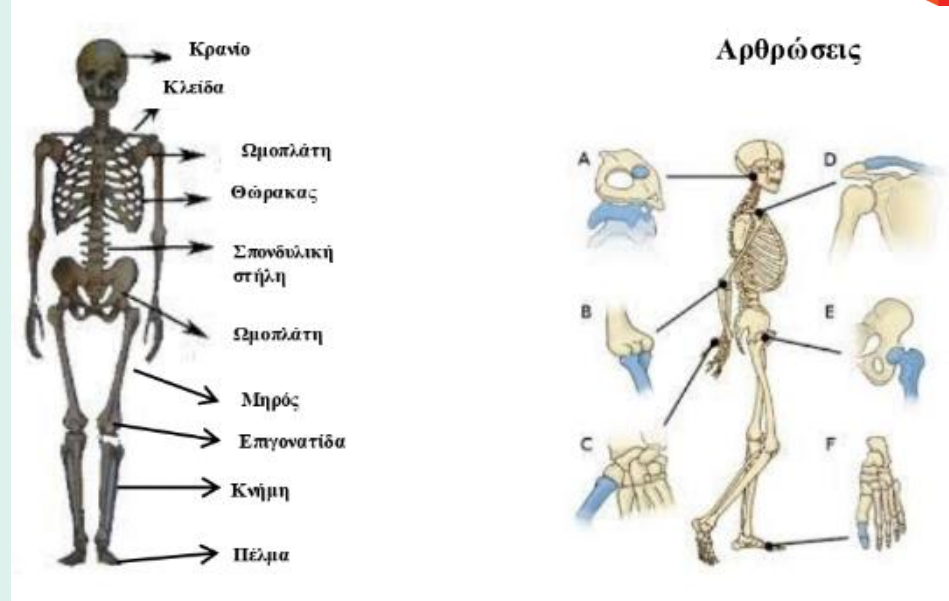
Recite - Απαγγέλω

### Objective (Link to Curriculum) – Στόχος (Σύνδεση με Α.Π.Σ.)

Γνώση για το πώς μπορεί να κινείται το σώμα.



Παρατηρούμε την εικόνα με τα οστά και τις αρθρώσεις.



D.IS.5.

Independent station, Σταθμός Ανεξάρτητης Μελέτης

Ποια οστά έχουμε ξανακούσει;

Σημειώνουμε:

Ποια οστά ενώνει η κάθε άρθρωση και σε τι βοηθάει;

A- ..... + .....

B- ..... + .....

E- ..... + .....

Δ- ..... + .....

Βλέπουμε την εικόνα από τους μύες και τους εντοπίζουμε στο σώμα μας!



Ξέρουμε ασκήσεις που γυμνάζουν αυτούς τους μύες;



D.IS.6.

Technology  
Station,  
Σταθμός  
Τεχνολογίας

<https://elearning.remacproject.eu/?p=2976>

D.IS..7.

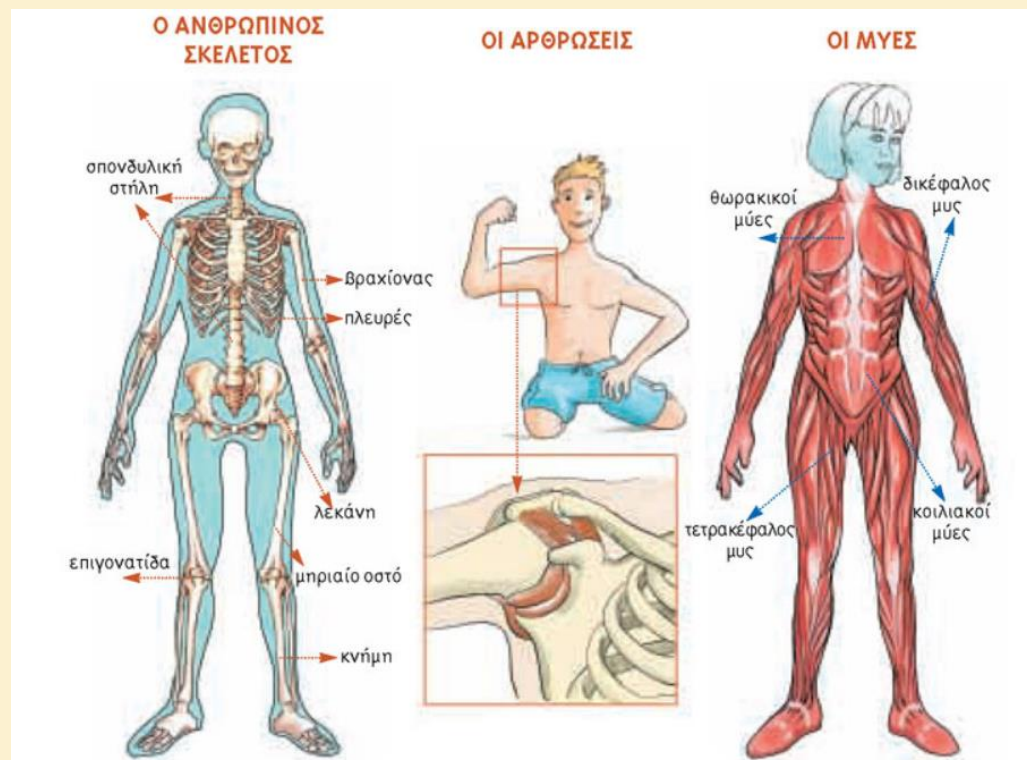
Collaboration  
station,  
Σταθμός  
Συνεργασίας

<https://elearning.remacproject.eu/?p=2979>

D.IS.8.

**Βλέπουμε την εικόνα και συζητάμε:**

Collaboration station,  
Σταθμός Συνεργασίας



Σε ποιο μέρος του σώματος τα κόκαλα και οι μύες;

Τι κάνει ο σκελετός, τι κάνουν οι αρθρώσεις και πού βοηθάνε οι μύες;

Έχουμε χτυπήσει ποτέ κάποιο μέρος του σώματός μας; Πώς; Τι κάναμε γι' αυτό;

**3<sup>st</sup> task, 3<sup>η</sup> δραστηριότητα, 10'**
**Description/  
Περιγραφή**


Όλα τα παιδιά γυμνάζονται και μαθαίνουν τις ονομασίες από διαφορετικές ασκήσεις και κατανοούν ποια μέρη του σώματος γυμνάζουν. Οι φυσικοί ομιλητές και τα παιδιά επιπέδου B1 φτιάχνουν επίσης, ένα πρόγραμμα γυμναστικής, ενώ οι μαθητές A1+A2 μαθαίνουν συχνές οδηγίες στην Προστακτική από το μάθημα της Φυσικής Αγωγής.

**Language skills  
Γλωσσική  
δεξιότητα**

Λεξιλόγιο, παραγωγή προφορικού & γραπτού λόγου

**Competences for  
democratic  
culture  
Δεξιότητες  
Δημοκρατικού  
πολιτισμού**

Δεξιότητες Συνεργασίας

**Type of learning  
Activity – Τύπος  
Δραστηριότητας**

Μεικτή  
Συνεργατική

**Learning  
Outcome  
Μαθησιακό  
αποτέλεσμα**

Δημιουργώ, συζητώ, παρατηρώ

**Objective (Link to  
Curriculum) –  
Στόχος (Σύνδεση  
με Α.Π.Σ.)**

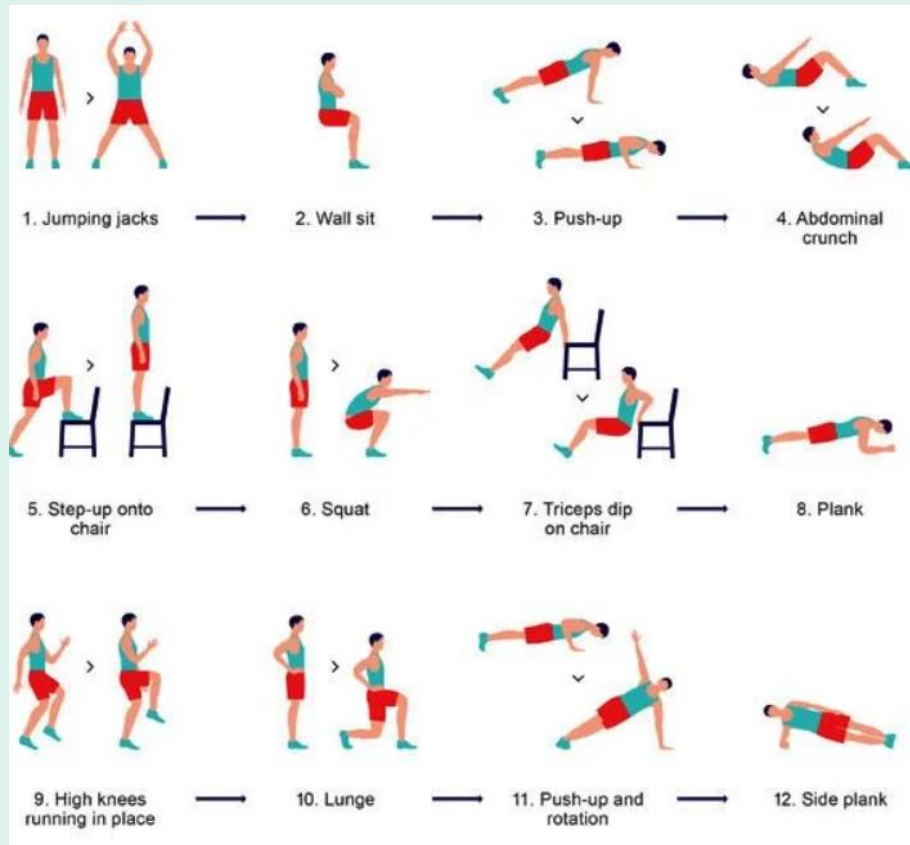
Να προτείνουν ή και να επιλέγουν τρόπους (είδη, μέσα, χώρους) με τους οποίους μπορούν να ασκηθούν εκτός σχολείου, ατομικά και ομαδικά για την προαγωγή της υγείας  
Να κατανοούν και να διαχωρίζουν κινητικές έννοιες (δύναμη, ταχύτητα, ένταση, επίπεδα, χώρος) σε αθλητικές δεξιότητες (μετακίνησης, ισορροπίας, χειρισμού).  
Γνώση της δομής και της λειτουργίας του σώματος και των Φυσιολογικών μεταβολών λόγω άσκησης.



D.IS..1.

Technology  
station,  
Σταθμός  
Τεχνολογίας

**Ποια οστά, ποιες αρθρώσεις ή μυς βοηθούν σε καθεμιά από αυτές τις ασκήσεις γυμναστικής; Συζητάμε.**



<https://i0.wp.com/www.parisandreou.net/wp-content/uploads/2014/12/%CE%B1%CF%83%CE%BA%CE%AE%CF%83%CE%B5%CE%B9%CF%82-%CE%B3%CE%B9%CE%B1-%CE%B3%CF%85%CE%BC%CE%BD%CE%B1%CF%83%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CF%83%CF%84%CE%BF-%CF%83%CF%80%CE%AF%CF%84%CE%B9.jpg?ssl=1>

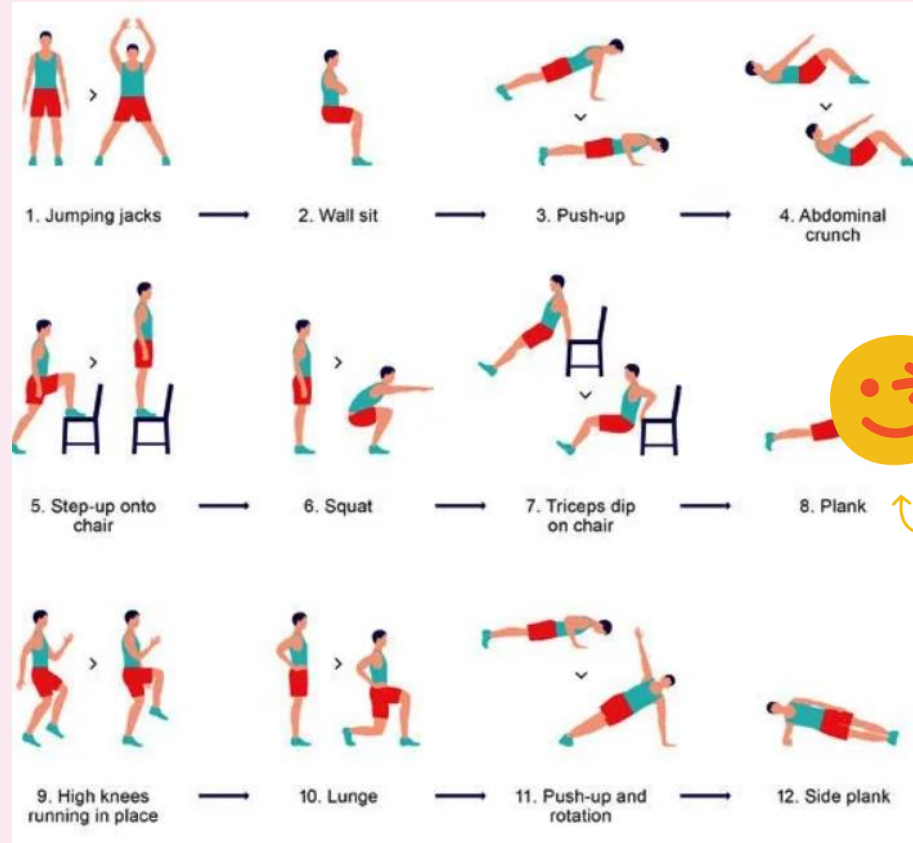
**Σε τι μας βοηθούν οι ασκήσεις αυτές; Να αναπτύξουμε δύναμη, ισορροπία, ταχύτητα ή ευλυγισία; Τις δοκιμάζουμε και καταγράφουμε τις παρατηρήσεις μας!**

**Μια φίλη/ένας φίλος μας θέλει να βελτιώσει τη φυσική του κατάσταση. Της/του φτιάχνουμε ένα πρόγραμμα με τη βοήθεια του δασκάλου/της δασκάλας Φυσικής Αγωγής και του/της προτείνουμε δραστηριότητες ατομικές ή/και ομαδικές. Για κάθε δραστηριότητα**

σημειώνουμε τα οφέλη που έχει για το σώμα και την ψυχή.

Συνεργαζόμαστε με την κίτρινη ομάδα!

**Βλέπω τις ασκήσεις. Τι γυμνάζουν;**



D.IS.2.

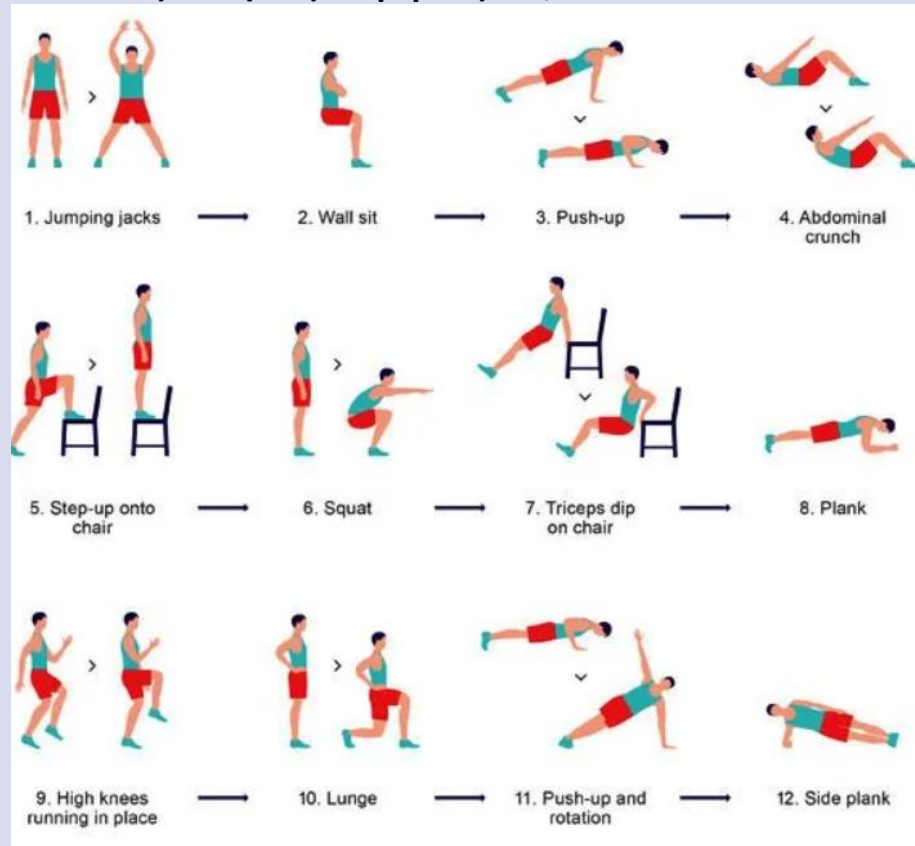
Technology station, Σταθμός τεχνολογίας

**Τις δοκιμάζω μαζί με τον δάσκαλο/τη δασκάλα Φυσικής Αγωγής!**

**Γράφω τι μου είπε ο δάσκαλος/τη δασκάλα σε κάθε άσκηση.**

π.χ., 1- Πήδα!

## Βλέπω τις ασκήσεις. Τι γυμνάζουν;



D.IS.3.

Technology station,  
Σταθμός τεχνολογίας

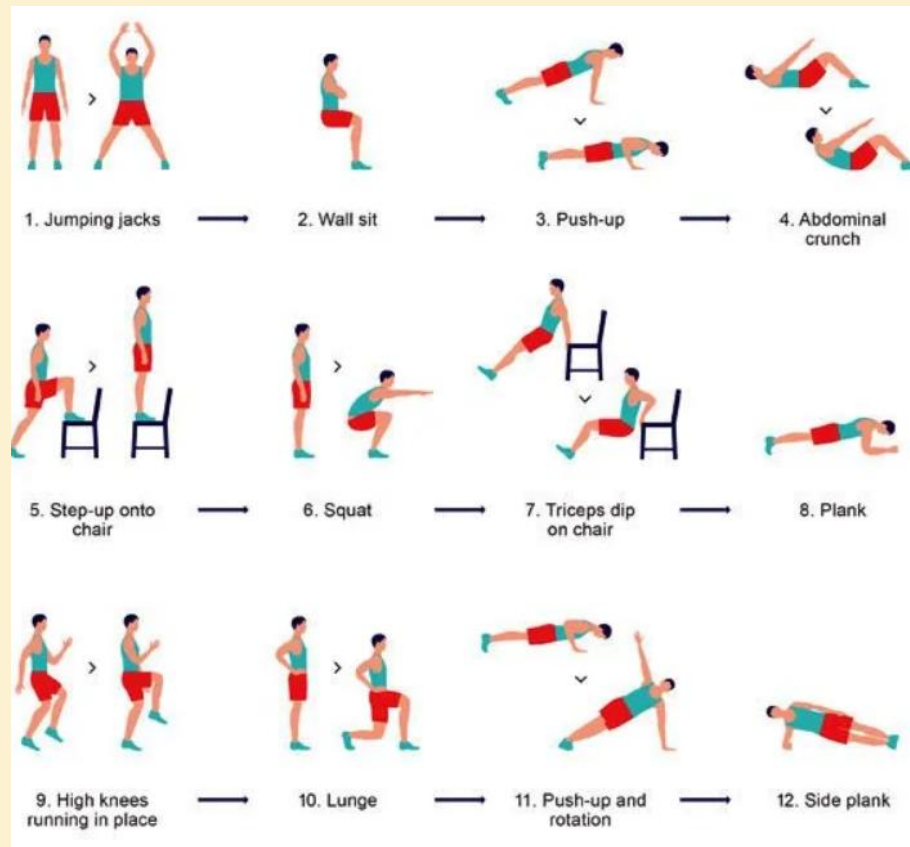
**Τις δοκιμάζω μαζί με τον δάσκαλο/τη δασκάλα Φυσικής Αγωγής!**

**Γράφω τι μου είπε ο δάσκαλος/τη δασκάλα σε κάθε άσκηση.**

π.χ., 1- Πήδα!

D.IS..4.  
Collaboration  
station,  
Σταθμός  
συνεργασίας

Βλέπω τις ασκήσεις. Τι γυμνάζουν;



Τις δοκιμάζω μαζί με τον δάσκαλο/τη δασκάλα Φυσικής Αγωγής!

Πώς λέγονται οι ασκήσεις αυτές στα ελληνικά; Ρωτάμε τον δάσκαλο/τη δασκάλα και κρατάμε σημειώσεις.

**Μια φίλη/ένας φίλος μας θέλει να βελτιώσει τη φυσική του κατάσταση. Της/του φτιάχνουμε ένα πρόγραμμα με τη βοήθεια του δασκάλου/της δασκάλας Φυσικής Αγωγής και του/της προτείνουμε δραστηριότητες ατομικές ή/και ομαδικές. Για κάθε δραστηριότητα σημειώνουμε τα οφέλη που έχει για το σώμα και την ψυχή.**

Συνεργαζόμαστε με την πράσινη ομάδα!

**4<sup>st</sup> task, 4<sup>η</sup> δραστηριότητα, 10'**
**Description/  
Περιγραφή**

Ns- παίζουν κρεμάλα με το λεξιλόγιο ορολογίας  
 A1- ζωγραφίζουν ένα ανθρώπινο σώμα και κατονομάζουν τα μέρη του.  
 A2-Φτιάχνουν ένα τραγούδι  
 B1- Φτιάχνουν έναν σκελετό και κατονομάζουν ορισμένα κόκαλα.


**Language skills  
Γλωσσική  
δεξιότητα**

Λεξιλόγιο, παραγωγή προφορικού & γραπτού λόγου

**Competences for  
democratic  
culture  
Δεξιότητες  
Δημοκρατικού  
πολιτισμού**

Δεξιότητες Συνεργασίας, Δημιουργικότητας

**Type of learning  
Activity – Τύπος  
Δραστηριότητας**

Μεικτή  
Συνεργατική

**Learning  
Outcome  
Μαθησιακό  
αποτέλεσμα**

Δημιουργώ, παιχνίδι, κολάζ

**Objective (Link to  
Curriculum) –  
Στόχος (Σύνδεση  
με Α.Π.Σ.)**

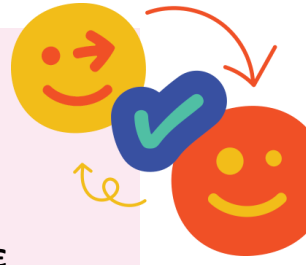
Να γνωρίζουν τρόπους δημιουργίας πρωτότυπων κινήσεων ατομικά, σε μικρές ή μεγάλες ομάδες σε διάφορες μορφές άσκησης και χορού

D.IS..1.

Technology  
station,  
Σταθμός  
Τεχνολογίας

**Κρεμάλα!**

Χωριζόμαστε σε ζευγάρια και παίζουμε κρεμάλα με τα μέρη του ανθρώπινου σώματος, τα κόκαλα και τους μυς.



D.IS..2.

Technology  
station,  
Σταθμός  
τεχνολογίας

**Ζωγραφίζουμε ένα ανθρώπινο σώμα και γράφουμε δίπλα από κάθε μέρος ποιο είναι. Το κρεμάμε στην τάξη!**

D.IS..3.

Technology  
station,  
Σταθμός  
τεχνολογίας

**Φτιάχνουμε ένα τραγούδι για το ανθρώπινο σώμα! Το συνοδεύουμε με ένα χορευτικό.**

D.IS..4.  
Collaboration  
station,  
Σταθμός  
συνεργασίας

**Φτιάχνουμε έναν σκελετό από χαρτόνι και τον κρεμάμε στην τάξη!  
Γράφουμε την ονομασία από ορισμένα κόκαλα.**