



η υγεία μου,
η ζωή μου!

Εκπαιδευτικό Σενάριο
«Κίνηση σημαίνει ... ζωή»

Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση
Παρουσίαση 1 – Δραστηριότητα 1

Εισαγωγή



η υγεία μου,
η ζωή μου!

Τι θα μάθω;

Τι ονομάζω
οργανωμένη και
ελεύθερη σωματική
δραστηριότητα;



Τι είναι η φυσική
δραστηριότητα;

Ποια είναι τα οφέλη της
σωματικής δραστηριότητας;





Πώς η καθιστική ζωή και η έλλειψη της σωματικής δραστηριότητας επηρεάζει τη ζωή μου;





η υγεία μου,
η ζωή μου!

Τι μπορώ να κάνω για
να εντάξω
τη σωματική
δραστηριότητα
στη ζωή μου;





η υγεία μου,
η ζωή μου!

Αν θέλω να ασχοληθώ παραπάνω μπορώ να:

μάθω ή να
ξεαναθυμηθώ
πώς είναι το
μυοσκελετικό
μου σύστημα

μάθω ή να
ξεαναθυμηθώ
πώς είναι το
αναπνευστικό
μου σύστημα

μάθω ή να
ξεαναθυμηθώ
πώς είναι το
κυκλοφορικό
μου σύστημα

μάθω πώς
παίζονται
παιχνίδια
σωματικής
δραστηριότητας

γράψω μια
επιστολή στον
δήμαρχο ή τον
κοινοτάρχη της
πόλης μου για
να φτιάξει
περισσότερες
και ασφαλείς
παιδικές χαρές,
εξηγώντας του
τον λόγο.

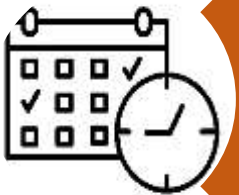


η υγεία μου,
η ζωή μου!

Έχω επιτύχει στο μάθημα αυτό εάν:



Έχω απαντήσει σε όλα τα ερωτηματολόγια
και έχω συμπληρώσει όλες τις εργασίες



Έχω φτιάξει το δικό μου εβδομαδιαίο
ημερολόγιο σωματικής δραστηριότητας



Έχω φτιάξει το βιβλιαράκι της τάξης με τα
δικά μου παιχνίδια.