

E-twinning project: “Sport in my country”

**ΟΜΑΔΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
Α' ΛΥΚΕΙΟΥ ΕΡΥΘΡΩΝ
2013-2014**

Γιατί δημιουργήσαμε την ομάδα;

- Θέλαμε να συνεργαστούμε με μαθήτριες/τές του εξωτερικού.
- Μας αρέσει ο αθλητισμός.
- Πιστεύουμε ότι ο αθλητισμός ωφελεί την υγεία.
- Ενδιαφερόμαστε για το πώς οι άλλες χώρες βλέπουν τον αθλητισμό.
- Μας αρέσει η εργασία σε ομάδες.

Στόχοι της ομάδας

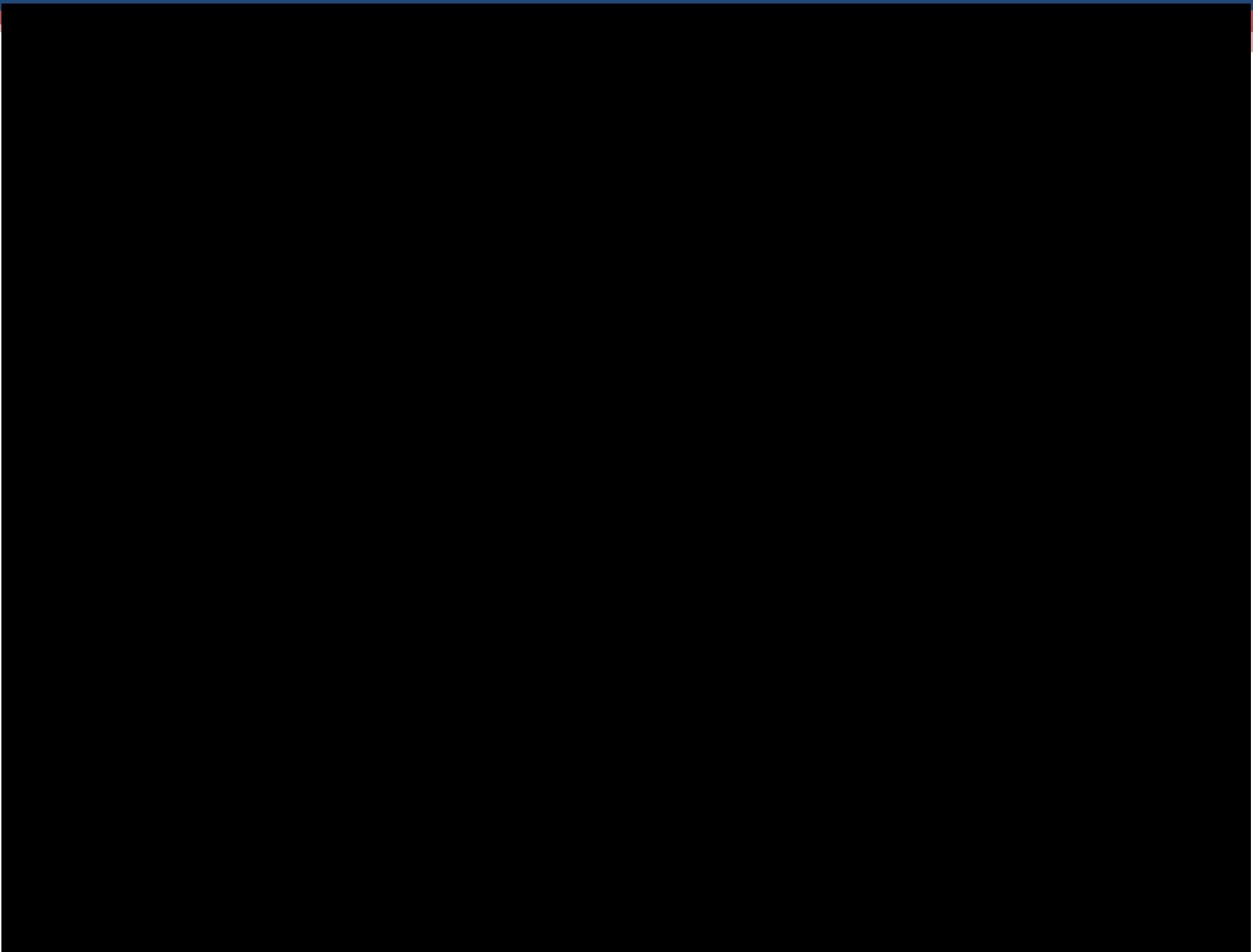
- Ανάπτυξη συνεργασιών με σχολεία του εξωτερικού.
- Προβολή του αθλητικού ιδεώδους της Ελλάδας.
- Καταγραφή της σχέσης όλων των συμμετεχόντων μαθητών με τον αθλητισμό.
- Ευαισθητοποίηση των συμμαθητών μας για τον αθλητισμό.

Τι είναι το E-twinning;

- Είναι μια πλατφόρμα συνεργασίας.
- Αναζητάς σχολεία που έχουν τον ίδιο στόχο.
- Οργανώνεις το πρόγραμμα που θα ακολουθήσετε από κοινού.
- Εμείς επιλέξαμε το πρόγραμμα “Sport in my country”.
- Αρχηγός του προγράμματος ήταν ένα σχολείο της Ισπανίας, το I.E.S. Santa Eulalia.
- Τα υπόλοιπα σχολεία που συμμετείχαν ήταν: το Nusaybin Gazi Anadolu Lisesi από την Τουρκία, το Zespol Szkol από την Πολωνία και το ISISS “Pasifici e De Magistris” από την Ιταλία.

Γενικοί στόχοι του προγράμματος

- Βελτίωση των επικοινωνιακών ικανοτήτων των μαθητών με τους Ευρωπαίους εταίρους τους
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων στις τεχνολογίες επικοινωνίας (π.χ. email, skype...)
- Δημιουργία εργασιών, παρουσιάσεων, βίντεο κ.λπ., τα οποία θα διαχυθούν σε όλη τη σχολική κοινότητα.
- Ενίσχυση της ομαδοσυνεργατικής μεθοδολογίας
- Ανακάλυψη των διεθνώς πιο αναγνωρισμένων αθλημάτων και αθλητριών/των.
- Εκτίμηση των πολιτισμικών και κοινωνικών ομοιοτήτων και διαφορών.
- Αποδοχή των ιδεών και απόψεων των υπολοίπων.
- Ανοχή και σεβασμός στη διαφορετικότητα.
- Σύνδεση του αθλητισμού με την υγεία μας.



Δεύτερη εργασία του προγράμματος

- Γνωριμία των συμμετεχόντων στο πρόγραμμα μέσω της πλατφόρμας Twinspace. Οι μαθήτριες/τές ανεβάζουν τις φωτογραφίες τους και συνομιλούν με τους υπόλοιπους.
- Σχεδιασμός λογότυπου του προγράμματος

Τρίτη εργασία του προγράμματος

- Θέμα: Ποια είναι τα σημαντικότερα αθλήματα και ποιοι οι διεθνώς αναγνωρισμένοι αθλητές της χώρας μου
- Γι' αυτό το λόγο φτιάξαμε, ομαδικά, αφίσες που τα απεικονίζουν.

SPORTS



...in Greece

Sports have a significant role in the life of the ancient Greeks. Everyone in the ancient Greece, used to do sports in their everyday life and it was a way of entertainment.

Nowadays, Greece has many well-known athletes, like Spiros Louis, Mike Zambidis and Katerina Thanou, George Printezis, Thanos Mourakis, Mike Mouroutsos.

Only the Spartan community had recognized the right of exercising to women. That's because they wanted their children to be born healthy and become the future active warriors.

Anastasia Loukidi, Katia Tsotsani, Georgia Margeti, Tzeni Rama, Eleftheria Tsigou

GREEK SPORT SUCCESS



Spyros Louis
(1896 Marathon)



Fani Chalkia
(hurdling, Championship Olympics Athens 2004)



Pyrros Dimas
(weightlifting gold metals 1992, 1996, 2000)



Michael Zambidis
(Superkombat, World Champion - 71 kg 2013)



Pigi Devetzi
(Triple Olympic Athens 2004)



Nikos Kaklamanakis
(sailing Olympians gold metal Atlanta 1996)



Michael Mouroutsos
(taekwondo, European Championship Patra 2000)

GREEK SUCCESS SPORTS

volleyball

Nikos Samaras

swimming

Apostolos Tsagkarakis

cycling

George Cheimonetos

FOOTBALL

Sokratis Papastathopoulos

basketball

Vasilis Spanoulis

GREEK ACHIEVEMENTS

Greece from ancient years was the first who created the Olympic games. Nowadays the Greece every four years organise

- Nick Galis was the best Greek basketball player
- Spyros Louis come out 1st at Marathon 1896



Τέταρτη εργασία του προγράμματος

- Διαμορφώσαμε ένα ερωτηματολόγιο στο οποίο ερευνούσαμε τις συνθήκες, την συχνότητα και τις προτιμήσεις των ερωτηθέντων σε σχέση με τον αθλητισμό.
- Τα ερωτηματολόγια μοιράστηκαν σε 61 κατοίκους των Ερυθρών και των Πλαταιών.
- Στη συνέχεια, τα επεξεργαστήκαμε και συγκεντρώσαμε τα αποτελέσματα.

ΟΜΑΔΑ E-twinning ΛΥΚΕΙΟΥ ΕΡΥΘΡΩΝ 2013-2014 ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

A. Γενικά Στοιχεία:

1. Ηλικία:
2. Φύλο:
 Άρρεν Θήλυ
3. Ποιο είναι το επίπεδο σπουδών σας;
(ακόμα και αν δεν το έχετε ολοκληρώσει)
 Διδακτορικό Μεταπτυχιακό
 ΑΕΙ / ΑΤΕΙ Ι.Ε.Κ. / Λοιπές Σχολές Επαγγ. Κατάρτ.
 Γενικό Λύκειο Τεχνικό Λύκειο / Τ.Ε.Ε. / ΕΠΑΛ
 Γυμνάσιο Δημοτικό
 Μαθήτρια/τής
4. Εάν απασχολείστε σήμερα, ποιο από τα παρακάτω χαρακτηρίζει τη σχέση απασχόλησής σας;
 Ιδιωτικός Υπάλληλος Δημόσιος Υπάλληλος
 Επιχειρηματίας Ελεύθερος Επαγγελματίας
 Αγρότης Άλλο

ΓΙΑ ΟΣΟΥΣ ΑΘΛΟΥΝΤΑΙ

5. Πόσα χρόνια κάνετε αθλητισμό;
 0-5 15-20 30-35
 5-10 20-25 35-40
 10-15 25-30 40-45
 6. Με ποιο/ποια αθλήματα ασχολείστε;
-
7. Ποια είναι τα τρία αγαπημένα σας αθλήματα; Γράψτε τα με σειρά προτίμησης.

8. Κάθε πότε αθλείστε;

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1 φορά την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Μέρα παρά μέρα |
| <input type="checkbox"/> 2 φορές την εβδομάδα | <input type="checkbox"/> Κάθε μέρα |
| <input type="checkbox"/> 3 φορές την εβδομάδα | |

9. Σε ποιο χώρο αθλείστε;

- | | | |
|--|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Σπίτι μου | <input type="checkbox"/> Στο γήπεδο | <input type="checkbox"/> Στο σχολείο |
| <input type="checkbox"/> Στο γυμναστήριο | <input type="checkbox"/> Στο πάρκο | |

10. Θεωρείτε ικανοποιητικό τον χώρο στον οποίο αθλείστε;

- | | | |
|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Πολύ λίγο | <input type="checkbox"/> Αρκετά |
| <input type="checkbox"/> Πολύ | <input type="checkbox"/> Πάρα πολύ | |

11. Σε ποια πράγματα πιστεύετε ότι σας έχει βοηθήσει ο αθλητισμός;

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Στη σιλουέτα μου | <input type="checkbox"/> Στην αυτοσυγκέντρωσή μου |
| <input type="checkbox"/> Στη φυσική μου κατάσταση | <input type="checkbox"/> Στην ψυχολογία μου |
| <input type="checkbox"/> Στην αντοχή μου | <input type="checkbox"/> Σε τίποτα |

12. Η διατροφή σας συνδέεται με το άθλημά σας;

- | | | |
|----------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Καθόλου | <input type="checkbox"/> Πολύ λίγο | <input type="checkbox"/> Αρκετά |
| <input type="checkbox"/> Πολύ | <input type="checkbox"/> Πάρα πολύ | |

13α) Χρησιμοποιείτε συμπληρώματα διατροφής (π.χ. αμινοξέα, βιταμίνες κ.λπ.);

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

β) Αν ναι: Για ποιο λόγο;

14α) Χρησιμοποιείτε ορμόνες-αναβολικά;

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

β) Αν ναι: Για ποιο λόγο;

15. Χρησιμοποιείτε προστατευτικό εξοπλισμό (π.χ. επικαλαμίδες, γάντια κ.λπ.);

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

ΓΙΑ ΟΣΟΥΣ ΔΕΝ ΑΘΛΟΥΝΤΑΙ

16α) Έχετε ασχοληθεί με τον αθλητισμό στο παρελθόν;

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

β) Αν ναι: Για ποιο λόγο σταματήσατε;

17. Για ποιο λόγο δεν αθλείστε σήμερα;

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Έλλειψη ελεύθερου χρόνου | <input type="checkbox"/> Οικονομικές υποχρεώσεις |
| <input type="checkbox"/> Οικονομικά προβλήματα | <input type="checkbox"/> Άλλο |
| <input type="checkbox"/> Λόγοι υγείας | |

18α) Θα θέλατε να ξεκινήσετε τον αθλητισμό;

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

β) Αν ναι: Ποιο άθλημα θα επιλέγατε;

19α) Παρακολουθείτε γενικότερα αθλητικά γεγονότα;

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

β) Αν ναι: Με ποιο τρόπο παρακολουθείτε;

- | | | |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Στο γήπεδο | <input type="checkbox"/> Στο διαδίκτυο | <input type="checkbox"/> Στην τηλεόραση |
| <input type="checkbox"/> Στις εφημερίδες | <input type="checkbox"/> Άλλο | |

20. Ποια είναι τα τρία αγαπημένα σας αθλήματα; Γράψτε τα με σειρά προτίμησης.

ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

25. Έχετε κάποιο αθλητικό πρότυπο;

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

26. Θα προτείνατε σε άλλους να ξεκινήσουν να αθλούνται;

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

27. Θεωρείτε ότι θα ήταν καλό να υπάρχουν ειδικά σχολεία για αθλητές;

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

28. Πιστεύετε ότι υπάρχει σωστή αθλητική υποδομή και παιδεία στη χώρα μας;

- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

29. Πιστεύετε ότι υπάρχει αρκετή ενημέρωση για τον αθλητισμό στη χώρα μας;

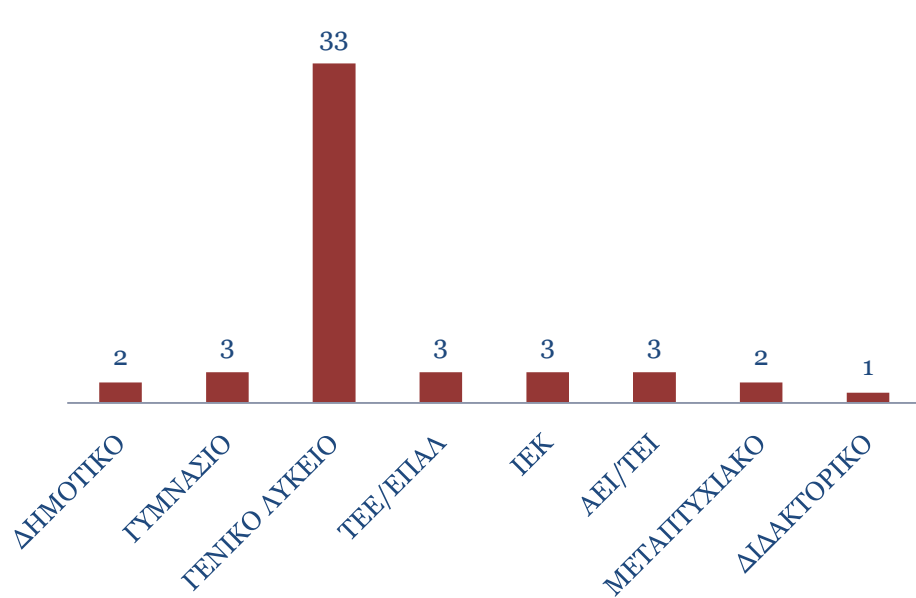
- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

30. Πιστεύετε ότι οι χορηγίες και οι μεγάλες αμοιβές των αθλητών προάγουν τον αθλητισμό;

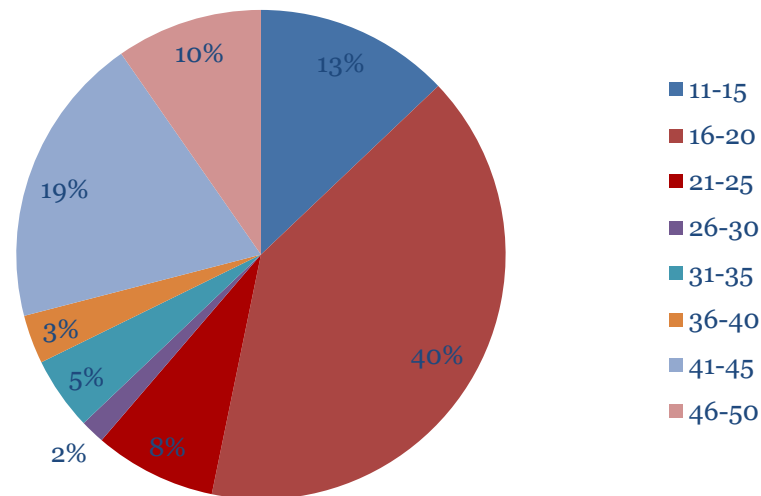
- | | |
|------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ναι | <input type="checkbox"/> Όχι |
|------------------------------|------------------------------|

Αποτελέσματα

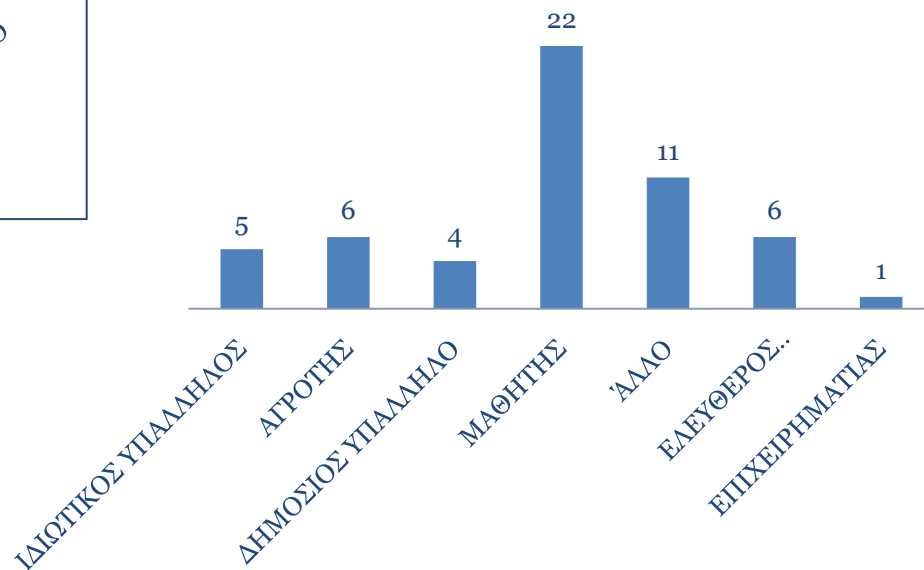
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ



ΗΛΙΚΙΑ

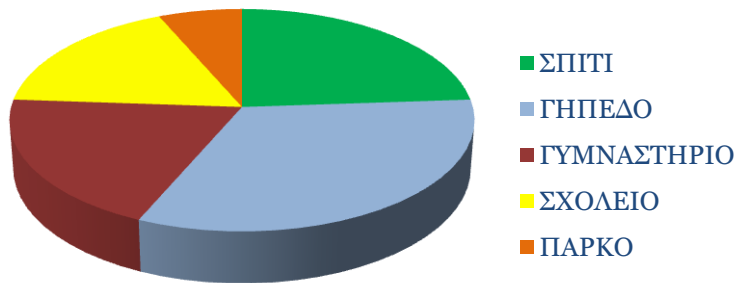
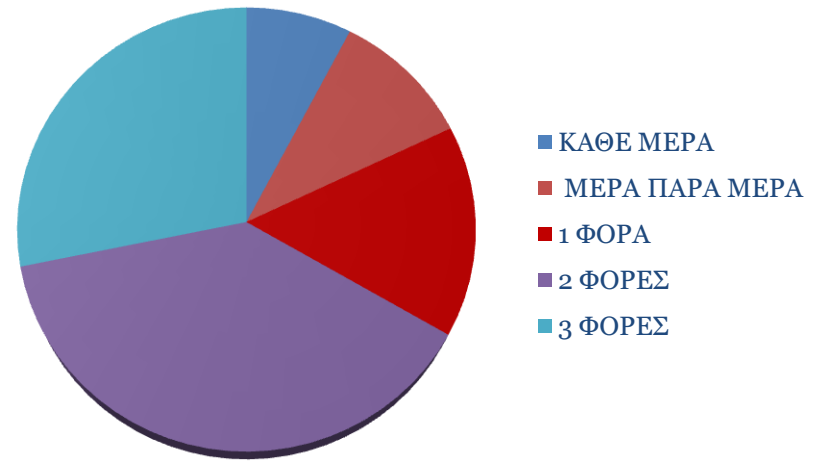
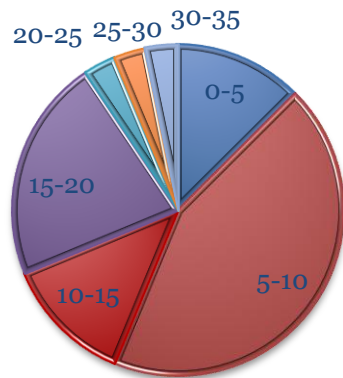


ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ

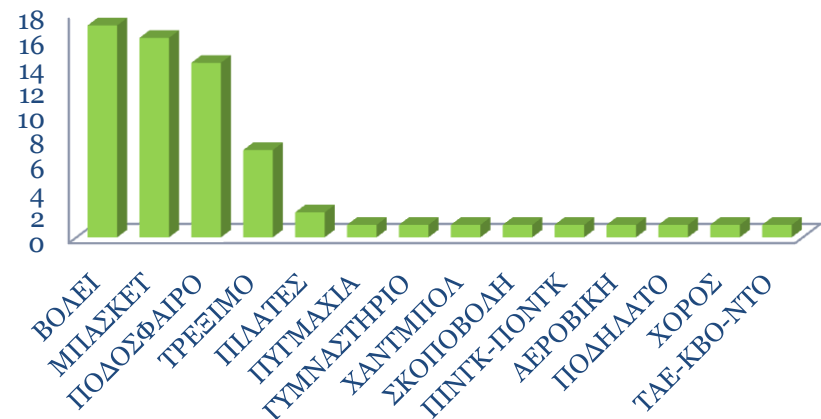


Για όσους αθλούνται

ΧΡΟΝΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ



ΑΘΛΗΜΑ

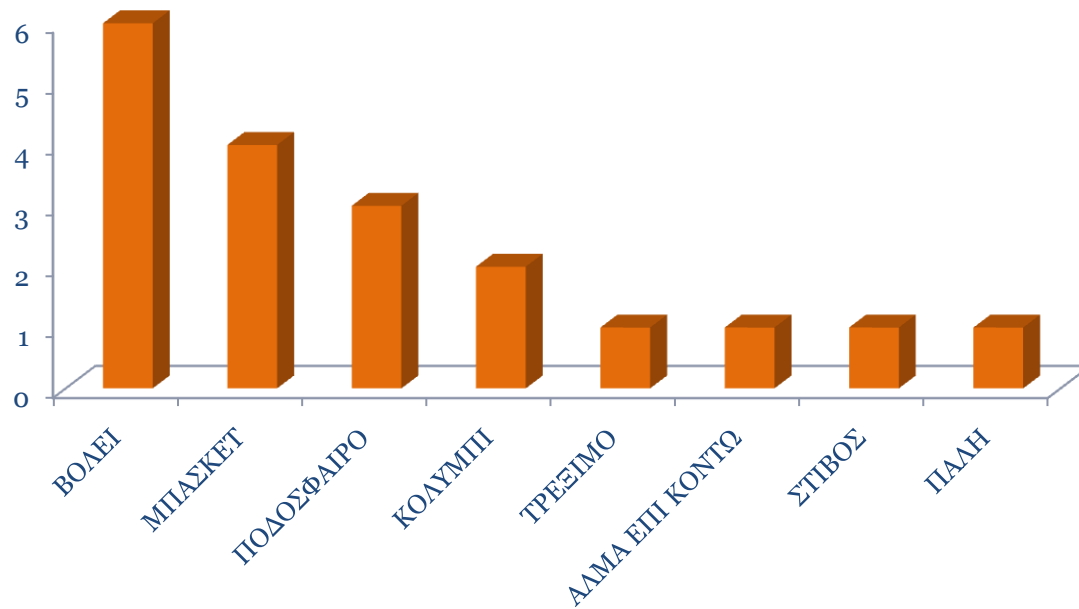


Για όσους αθλούνται

- Το 41% είναι αρκετά ευχαριστημένοι από το χώρο στον οποίο αθλούνται και το 27% πολύ λίγο.
- Το 38% θεωρεί ότι ο αθλητισμός τους βοηθά στη φυσική κατάσταση, το 27% στην ψυχολογία τους και το 19% στην αντοχή τους.
- Μάλιστα, το 45% έχει συνδέσει τη διατροφή του αρκετά με το αθλητικό του πρόγραμμα, ενώ το 37% πολύ λίγο ή καθόλου.
- Όλοι οι αθλούμενοι απάντησαν ότι δεν χρησιμοποιούν ορμόνες, αναβολικά και συμπληρώματα διατροφής.

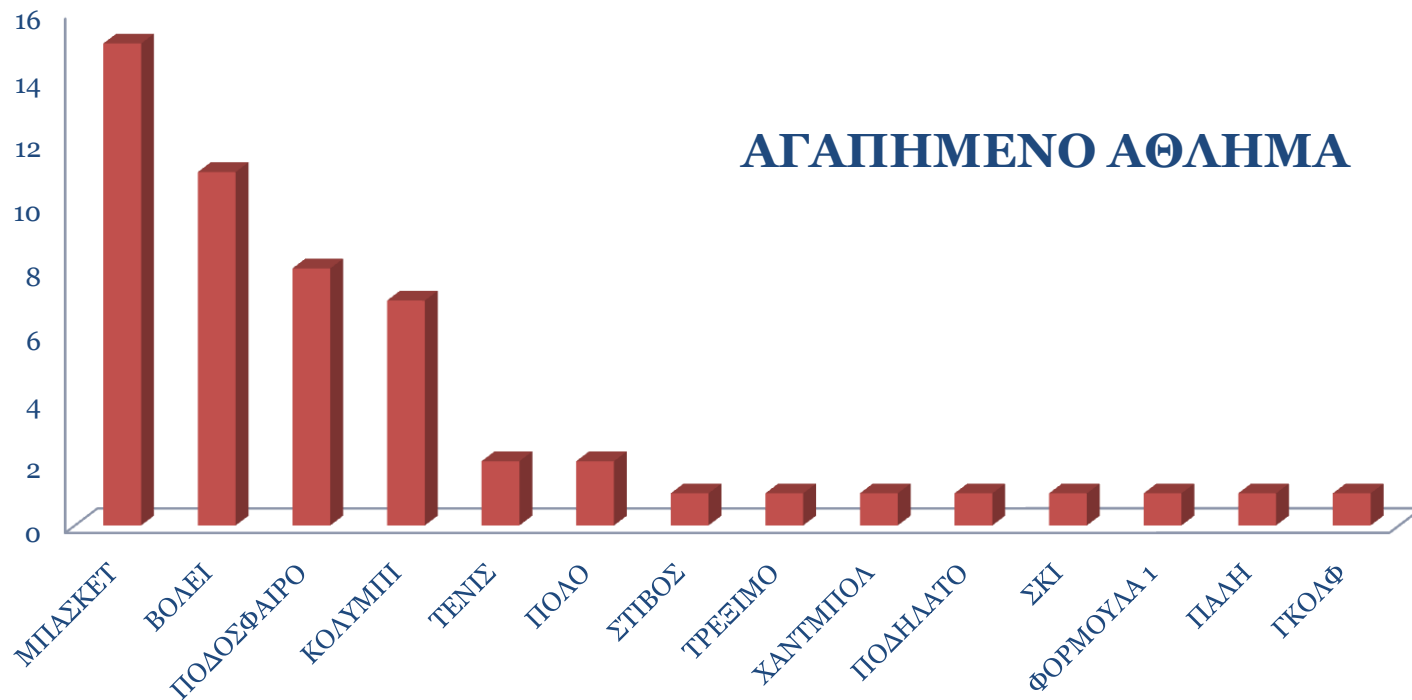
Για όσους δεν αθλούνται

- Τα 2/3 αυτών αθλούνταν στο παρελθόν, αλλά εγκατέλειψαν κυρίως (47%) λόγω έλλειψης ελεύθερου χρόνου.
- Τέσσερις στους πέντε θέλουν να ασχοληθούν ξανά με τον αθλητισμό.



Για όσους δεν αθλούνται

- Τα 2/3 αυτών δεν παρακολουθούν αθλητικά γεγονότα.
- Όσοι παρακολουθούν, ενημερώνονται κατά 70% από την τηλεόραση.



ΓΕΝΙΚΑ

- Το 57% των ερωτηθέντων έχει κάποιο αθλητικό πρότυπο.
- Το 95% θα πρότειναν σε άλλους να ξεκινήσουν να αθλούνται.
- Το 88% θέλει να υπάρχουν ειδικά σχολεία για αθλητές.
- Το 91% θεωρεί ότι δεν υπάρχει σωστή αθλητική υποδομή και παιδεία στη χώρα μας.
- Το 83% απάντησε ότι δε λαμβάνει αρκετή ενημέρωση για τα αθλητικά γεγονότα.
- Το 74% πιστεύει ότι οι χορηγίες και οι μεγάλες αμοιβές δεν προάγουν τον αθλητισμό.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Ήταν μια μοναδική εμπειρία.
- Δυστυχώς, δεν υπήρχε πολλή συμμετοχή από τους υπόλοιπους Ευρωπαίους εταίρους.
- Ουσιαστικά, μόνο η δική μας ομάδα παρουσίασε εργασίες στο πρόγραμμα.
- Εμείς όμως, θα συνεχίσουμε...

Νους υγιής εν σώματι υγιεί

- Μία έρευνα του πανεπιστημίου της Καλιφόρνια έδειξε ότι για άριστη λειτουργία του εγκεφάλου, είναι καλό ο μαθητής να κάνει αεροβική άσκηση και να έχει υγιή σωματότυπο.
- Οι επιστήμονες σύγκριναν στοιχεία για τη σωματική κατάσταση και το βάρος χιλιάδων μαθητών, σε σχέση με τις επιδόσεις τους σε διαγωνίσματα μαθηματικών και γλώσσας.
- Όσοι μαθητές είχαν ανώτερη φυσική κατάσταση και κανονικό βάρος, πέτυχαν βαθμούς πάνω από το μέσο όρο. Τα υπέρβαρα και παχύσαρκα παιδιά σημείωσαν σημαντικά χαμηλότερες επιδόσεις στα τεστ.
- Σύμφωνα με τους ερευνητές, το σχολείο και γενικότερα το εκπαιδευτικό σύστημα θα πρέπει να επενδύσει σοβαρά στην αναβάθμιση της σωματικής εκπαίδευσης των μαθητών, ώστε, πέρα από την υγεία, να βελτιωθούν οι επιδόσεις τους.

Σας ευχαριστούμε πολύ!!!