ΜΑΘΗΜΑ: ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ Α ΤΕΤΡΑΜΗΝΟΥ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ΜΗΝΑΣ |  ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ |  ΕΚΠΛΗΡΩΣΗ/ΣΧΟΛΙΑ |
| ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ | * ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ
* ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ
* ΔΡΑΣΗ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΑΙΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
* ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΗΜΕΡΑ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
 |   Ο προγραμματισμός μπορεί να τροποποιηθεί ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες. |
| ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ | * ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ
* ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ
* ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ
* ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ
* ΠΑΡΕΛΑΣΗ (ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ)
 |  |
| ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ | * ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΣΩΜΑΤΙΚΩΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ (ΑΛΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΕΥΛΥΓΙΣΙΑ, ΔΥΝΑΜΗ, ΤΑΧΥΤΗΤΑ)
* ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΕΣ
* ΠΙΝΓΚ- ΠΟΝΓΚ
 |  |
| ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ | * ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ
* ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ
* ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΕΣ
 |  |

 ΔΙΔΑΣΚΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΠΑΡΑΣΚΕΥΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ

Α ΤΑΞΗ ( Α2, Α3,Α4,Α5,Α6)

Β ΤΑΞΗ ( Β2)

 Γ ΤΑΞΗ ( Γ1,Γ2,Γ3)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ΜΗΝΑΣ |  ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ |  ΕΚΠΛΗΡΩΣΗ/ΣΧΟΛΙΑ |
|  ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ | * ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ
* ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ
* ΜΠΑΝΤΜΙΝΤΟΝ
* ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΗΜΕΡΑ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
 |  Ο προγραμματισμός μπορεί να τροποποιηθεί ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες. |
|  ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ | * ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ
* ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ
* ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ
* ΠΑΡΕΛΑΣΗ (ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ)
 |  |
|  ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ | * ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΣΩΜΑΤΙΚΩΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ (ΑΛΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΕΥΛΥΓΙΣΙΑ, ΔΥΝΑΜΗ, ΤΑΧΥΤΗΤΑ)
* ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΕΣ
* ΠΙΝΓΚ- ΠΟΝΓΚ
 |  |
|  ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ | * ΑΕΡΟΒΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ
* ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ
* ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΕΣ
 |  |