

**Φυσική Αγωγή
Γ' & Δ' Δημοτικού**

ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ	Παγόνα Μπουρνέλλη , Επίκουρος καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Αθηνών, ΤΕΦΑΑ Δήμητρα Κουτσούκη , Καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Αθηνών, ΤΕΦΑΑ Μαγδαληνή Ζωγράφου , Καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Αθηνών, ΤΕΦΑΑ Ιωάννης Αγγελονίδης , Αναπληρωτής καθηγητής του Πανεπιστημίου Αθηνών, ΤΕΦΑΑ Δημήτρης Χατζόπουλος , Λέκτορας του Πανεπιστημίου Αθηνών, ΤΕΦΑΑ Ολυμπία Αγαλιανού , Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής
ΚΡΙΤΕΣ-ΑΞΙΟΛΟΓΗΤΕΣ	Γεώργιος Δογάνης , Καθηγητής του Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, ΤΕΦΑΑ Γεώργιος Πανσεληνάς , Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής Αντώνιος Τσουινίδης , Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής
ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ	Λαμπρινή Ζέρβα , Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής, πτυχιούχος της σχολής Καλών Τεχνών
ΦΙΛΟΛΟΓΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ	Δήμητρα Δελλή , Φιλολόγος
ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΣΥΓΓΡΑΦΗ	Κωνσταντίνος Μουντάκης , τ. Σύμβουλος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου, Αναπλ. Καθηγητής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου Πέτρος Μπερερής , Σύμβουλος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΤΟΥ ΥΠΟΕΡΓΟΥ	Αρετή Καραθανάση , Μόνιμη Πάρεδρος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου
ΕΞΩΦΥΛΛΟ	Γαζετοπούλου Γιούλα , Εικαστικός
ΠΡΟΕΚΤΥΠΩΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ	ACCESS Γραφικές Τέχνες Α.Ε.

Γ' Κ.Π.Σ. / ΕΠΕΑΕΚ II / Ενέργεια 2.2.1 / Κατηγορία Πράξεων 2.2.1.α:

«Αναμόρφωση των προγραμμάτων σπουδών και συγγραφή νέων εκπαιδευτικών πακέτων»

Πράξη με τίτλο:	ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ Βλάχος Δημήτριος Ομότιμος Καθηγητής του Α.Π.Θ Πρόεδρος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου
	«Συγγραφή νέων βιβλίων και παραγωγή υποστηρικτικού εκπαιδευτικού υλικού με βάση το ΔΕΠΠΣ και τα ΑΠΣ για το Δημοτικό και το Νηπιαγωγείο»
	Επιστημονικός Υπεύθυνος Έργου Γεώργιος Τύπας Σύμβουλος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου
	Αναπληρωτής Επιστημονικός Υπεύθυνος Έργου Γεώργιος Οικονόμου Σύμβουλος του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου

Έργο συγχρηματοδοτούμενο 75% από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο και 25% από εθνικούς πόρους.

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ

Παγόνα Μπουρνέλλη Δημήτρα Κουτσούκη Μαγδαληνή Ζωγράφου
Ιωάννης Αγγελονίδης Δημήτρης Χατζόπουλος Ολυμπία Αγαλιανού

Φυσική Αγωγή Γ' & Δ' Δημοτικού

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΕΚΔΟΣΕΩΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΒΙΒΛΙΩΝ
ΑΘΗΝΑ

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	7
Ο αθλητισμός και οι αγώνες στην Ελλάδα	
Μινωική εποχή	15
Μυκηναϊκή εποχή	18
Ομηρικά χρόνια	19
Ομήρου Ιλιάδα: Αγώνες προς τιμή του Πατρόκλου	19
Ομήρου Οδύσσεια: Στη χώρα των Φαιάκων	20
Ολυμπιακοί Αγώνες	22
Ο μύθος του Ιδαίου Ηρακλή	23
Ο μύθος του Πέλοπα και της Ιπποδάμειας	24
Ο μύθος του θηβαίου Ηρακλή	26
Οι σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες	28
Δραστηριότητες	
Ομηρική και σύγχρονη εποχή	33
Τα αθλήματα των Ολυμπιακών Αγώνων	34
Ο Βατήρας	36
Αγώνας δρόμου	37
Όργανα για αγώνες στίβου	38
Η μπάλα	39
Δραστηριότητες	
Οι ρακέτες	47
Μπάλες και παιχνίδια	48
Γρίφος	49
Ερωτήσεις	50
Ο λαβύρινθος	51
Σταυρόλεξο	52
Ψυχοκινητική αγωγή	
Η κορδέλα	53
Οι εφημερίδες	56
Στεφάνια και κονταράκια	58
Το σχοινάκι	62

Τα λαστιχάκια	66
Τα σωματικά σχήματα	68

Μουσικοκινητική αγωγή

Μουσικά όργανα	70
Ήχος και κίνηση	72
Διάρκεια του ήχου	74
Διάρκεια της κίνησης	75
Παράξενες ορχήστρες	76
Ρυθμός και μελωδία	77
Ρυθμός και χορός	78
Μουσική, λόγος, κίνηση	80
Το τρένο του ρυθμού	82
Η δομή της μουσικής	84
Δομές, μέρη, φόρμα	85

Χορός

Χορός και μύθος	87
Ο χορός στην αρχαία Ελλάδα	89
Ο χορός ταξιδεύει στο χρόνο	90
Τα ρογκάτσια	92
Αυτοσχεδιασμός	93
Μιμητικός χορός	94
Το Πιπέρι	95
Ας αρχίσουν τα όργανα	96
Ζυγίες και κομπανίες	98

Δραστηριότητες

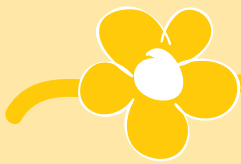
Λαϊκές παροιμίες	100
Τα λαλούμενα	101
Κρυπτόλεξο	102
Κρυπτόλεξο	103



Γεια σας παιδιά!



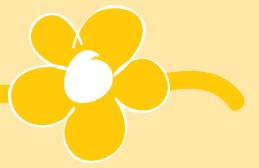
Είμαι ο Κώστας και
πηγαίνω στη Γ' τάξη.
Σας εύχομαι καλή και
δημιουργική σχολική
χρονιά!
Η μπάλα είναι το
αγαπημένο μου παιχνίδι.
Με μια μπάλα μπορείτε
κι εσείς να περάσετε
ξέγνοιαστες ώρες
παιχνιδιού
με τους φίλους σας.
Να σας γνωρίσω τους
φίλους μου.



Ο Λευτέρης είναι
συμμαθητής μου και
του αρέσουν όλα
τα αγωνίσματα στίβου
ιδιαίτερα όμως το
τρέξιμο.

Ο Γιάννης πηγαίνει στη
Δ' τάξη. Τις ελεύθερες
ώρες του, ασχολείται με
το μπάσκετ.





Η Μυρτώ πηγαίνει στη Δ' τάξη
και ασχολείται με τη
γυμναστική και το χορό,
ενώ η Δάφνη πηγαίνει
στη Γ' τάξη και της
αρέσει πολύ να παίζει
τένις.



