

Γυμναστική κατά τη διάρκεια του κλεισίματος των σχολείων

Διδάσκω **Φυσική Αγωγή** σε ένα **Γυμνάσιο** σε μια μικρή πόλη της Γαλλίας.

14

μέσος όρος ηλικίας
μαθητών

350

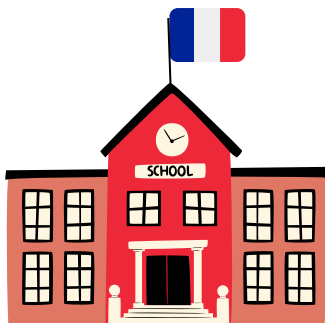
μαθητές

25

μαθητές κατά μέσο
όρο ανά τάξη

14

τάξεις



Το εκπαιδευτικό περιβάλλον

Αντιπροσωπεύονται όλες οι **κοινωνικο-επαγγελματικές** κατηγορίες. Το σχολείο διαθέτει μια **αλλόφωνη μονάδα**- οι μαθητές αυτοί μόλις έφτασαν στη Γαλλία και **δεν μιλούν άπταιστα γαλλικά**.

Ψηφιακά εργαλεία

Υπολογιστές υπάρχουν στην αίθουσα του διδακτικού προσωπικού. Το σχολείο μας παρέχει έναν φορητό υπολογιστή σε **κάθε καθηγητή Φυσικής Αγωγής**. Διαθέτουμε επίσης έναν κινητό βιντεοπροβολέα και μια ταμπλέτα για να βιντεοσκοπούνται οι μαθητές ώστε να μπορούν να **βλέπουν τον εαυτό τους**.



Εμπειρία με ψηφιακά εργαλεία πριν το Covid-19

Δεν είχα συνηθίσει τα ψηφιακά εργαλεία, εκτός από ορισμένους **ψηφιακούς πόρους** που είναι διαθέσιμοι στον ψηφιακό χώρο εργασίας, όπως τα βίντεο Lumni. Είχα μια μικρή εμπειρία από την πλατφόρμα Socrative για τη δημιουργία **διαδικτυακών ερωτηματολογίων** για την αξιολόγηση του επιπέδου των μαθητών μου στη γαλλική πυγμαχία. Είχα επίσης παρακολουθήσει **διαδικτυακές εκπαιδεύσεις** μέσω μιας θεσμικής διαδικτυακής πλατφόρμας.



Το εργαλείο : GlideApps

<https://www.glideapps.com/>

Το **GlideApps** είναι μια διαδικτυακή πλατφόρμα που μετατρέπει άμεσα τα δεδομένα από ένα υπολογιστικό φύλλο (Google Sheets ή Excel) σε εφαρμογές για κινητά τηλέφωνα διαθέσιμες σε smartphones και tablets.

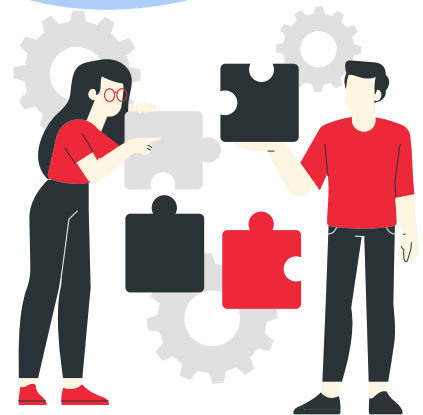


Διδακτικές ανάγκες που οδήγησαν στη νέα πρακτική

Η πρόκληση ήταν να πείσω τους μαθητές μου να συνεχίσουν να γυμνάζονται με τον δικό τους τρόπο. Ήθελα να δημιουργήσω κάτι πρωτότυπο και διασκεδαστικό.

Επίλυση διδακτικών αναγκών με τη νέα πρακτική

Διατηρούσα επαφή με τους μαθητές μου. Ήμουν επίσης σε θέση να τους βοηθήσω να παραμείνουν σε καλή φόρμα από απόσταση. Αυτή η πρακτική τους βοηθούσε να χαλαρώσουν.



Κοινό που απευθύνεται

Απευθύνθηκα σε όλους τους μαθητές μου, από την 6η έως την 9η τάξη.

Οργάνωση μαθήματος

Επέλεξα τις **ασύγχρονες συνεδρίες** με τους μαθητές μου, επειδή δεν αισθανόμουν άνετα με τα σύγχρονα διαδικτυακά μαθήματα.

Νομίζω ότι το να **δίνεται στους μαθητές η δυνατότητα επιλογής** είναι πολύ σημαντικό. Για το λόγο αυτό, δημιούργησα δύο εφαρμογές Glide: η μία ήταν αφιερωμένη στην **προπόνηση με βήματα**, μια δραστηριότητα που δεν είχα κάνει ποτέ με τους μαθητές μου, ενώ η άλλη προσέφερε **ασκήσεις μουσικής ανάπτυξης**.

Για κάθε μάθημα, **εισήγαγα βίντεο** που είχαν δημιουργηθεί προηγουμένως από την κόρη της συναδέλφου μου καθώς και από εμένα και **φύλλα εργασίας με οδηγίες**. Κάθε μαθητής μπορούσε στη συνέχεια να επιλέξει τη σωματική δραστηριότητα που ήθελε να κάνει και να αρχίσει αμέσως να γυμνάζεται.

Τέλος, οργάνωσα επίσης **ένα flashmob** στο οποίο συμμετείχαν όλοι οι μαθητές μας σε μια ενιαία χορογραφία, προκειμένου να τους δώσω μια αίσθηση σύνδεσης σε αυτή την περίοδο του αποκλεισμού.



Εφαρμογή της πρακτικής

Για τα ασύγχρονα μαθήματα με τους μαθητές μου, τους ζήτησα να κάνουν **δύο συνεδρίες την εβδομάδα**, περίπου 10 ασκήσεις, και να μου δώσουν κάποια ανατροφοδότηση στο τέλος της εβδομάδας. Είχαν στη διάθεσή τους και τις δύο εφαρμογές Glide. Ζήτησα την **ανατροφοδότησή τους σχετικά με τα συναισθήματά τους** (με τη μορφή ενός smiley face) και την ημερομηνία ολοκλήρωσης των δραστηριοτήτων. Πολλαπλασίασα τα κανάλια ανατροφοδότησης: WhatsApp, το ψηφιακό σύστημα ανταλλαγής μηνυμάτων του χώρου εργασίας ή ακόμη και την ακαδημαϊκή διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου μου. Δεν δίστασα να **παρακολουθώ τους μαθητές μου εάν δεν παρέδιδαν τις εργασίες τους** (μήνυμα μέσω του ψηφιακού χώρου εργασίας ή/και τηλεφώνημα).

Όσον αφορά το flashmob, η πρώτη μου πρόκληση ήταν να **δημιουργήσω τη χορογραφία**, να την ηχογραφήσω, να τη βάλω στο διαδίκτυο και στη συνέχεια να την στείλω σε όλο το σχολείο. Οι μαθητές έπρεπε να **μάθουν τη χορογραφία** και να ηχογραφήσουν τον εαυτό τους να την εκτελεί.

Δημιούργησα επίσης κουίζ με αθλητικές προκλήσεις που έπρεπε να γίνουν οικογενειακά, προκειμένου να κινητοποιηθούν όσο το δυνατόν περισσότεροι άνθρωποι και να ενισχυθούν οι οικογενειακοί δεσμοί.



Αντίκτυπος της πρακτικής

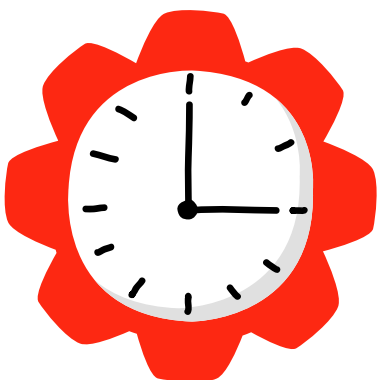
Μια καινοτόμος πρακτική

Οι μαθητές μπορούν να
εξασκηθούν εκτός σχολείου
με υπολογιστή ή τάμπλετ.

Είναι διαθέσιμο 24 ώρες το
24ωρο και χρησιμοποιείται
αυτόνομα και δυνητικά με
όλη την οικογένεια.



Μια αποτελεσματική πρακτική



- Οι μαθητές μου έμαθαν πράγματα. Όταν επέστρεψαν στο σχολείο, μπορούσα σίγουρα να δω πρόοδο.
- Είχα θετικά σχόλια από τους μαθητές μου και μερικές φορές και από τις οικογένειές τους.
- Οι μαθητές μου που έκαναν τις δραστηριότητες εβδομάδα με εβδομάδα ήταν σε καλύτερη κατάσταση όταν επέστρεψαν στο σχολείο. Όσοι δεν το έκαναν, πήραν βάρος και/ή έμειναν παρατηρήθηκε μικρότερη διάρκεια αντοχής όταν επέστρεψαν στα μαθήματα γυμναστικής.

‘Κλειδιά’ της επιτυχίας

Δεχτείτε να δείξετε τον εαυτό σας σε βίντεο για να αντιληφθούν τα παιδιά το κινητικό πρότυπο.

Προσπαθήστε να καταγράψετε διαφορετικούς ανθρώπους και μέρη.

Δώστε όσο το δυνατόν πιο σαφείς και συνοπτικές οδηγίες.

Επικοινωνήστε με τους μαθητές εάν δεν έχετε νέα τους.



Οφέλη



Οι μαθητές μου συνέχισαν να αθλούνται ακόμη και κατά τη διάρκεια του κλεισίματος των σχολείων.

Έκανε τη Φυσική Αγωγή διασκεδαστική και προσιτή σε όλους.



Οι μαθητές μου ήταν αυτόνομοι και μπορούσαν να επιλέξουν τις ασκήσεις που ήθελαν να δοκιμάσουν.

Έτοιμοι για εφαρμογή!

Να είστε ταπεινοί, να είστε απλοί.

Μην προσπαθήσετε να δημιουργήσετε μια εφαρμογή Glide που είναι πολύ μεγάλη σε έκταση ή με περίπλοκο περιεχόμενο. Δείξτε διαφορετικές συνθήκες εξάσκησης, χωρίς επαγγελματικό εξοπλισμό.



Πόροι

Στιγμιότυπα οθόνης

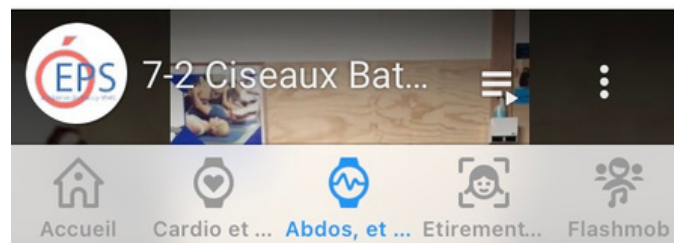
Παραδείγματα διασκεδαστικών δραστηριοτήτων που εισάγονται στο Glide :



Abdos niveau 1



Battements ciseaux horizontal



Αυτό το πορτραίτο δίνει μια αναπαράσταση των επιλογών του εκπαιδευτικού που δεν είναι δικές μας. Οι δηλώσεις σε αυτό το πορτραίτο δεν είναι απευθείας αποσπάσματα, αλλά έχουν προσαρμοστεί από τη συνέντευξη με τον εκπαιδευτικό του οποίου η πρακτική προβάλλεται εδώ.

Πόροι

Στιγμιότυπα οθόνης

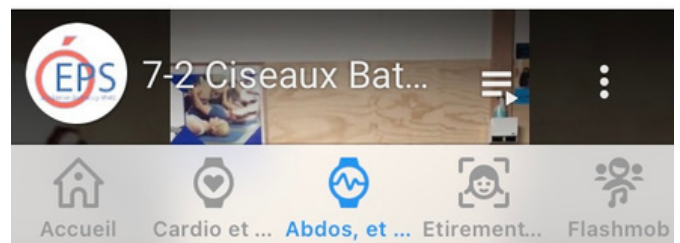
Παραδείγματα διασκεδαστικών δραστηριοτήτων που εισάγονται στο Glide :



Abdos niveau 1



Battements ciseaux horizontal



Αυτό το πορτραίτο δίνει μια αναπαράσταση των επιλογών του εκπαιδευτικού που δεν είναι δικές μας. Οι δηλώσεις σε αυτό το πορτραίτο δεν είναι απευθείας αποσπάσματα, αλλά έχουν προσαρμοστεί από τη συνέντευξη με τον εκπαιδευτικό του οποίου η πρακτική προβάλλεται εδώ.