



## ΟΔΗΓΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

### ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Τα αθλητικά εκπαιδευτικά προγράμματα της Ελληνικής Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης (ΕΟΚ) υλοποιούνται σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, τις Ενώσεις και τις Τοπικές Επιτροπές της Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης, των Γραφείων Φυσικής Αγωγής των Διευθύνσεων Εκπαίδευσης καθώς επίσης και με την αρωγή των οικείων Δήμων.

Σκοπός της Ελληνικής Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης είναι οι μαθητές και οι μαθήτριες να γνωρίσουν τις Ολυμπιακές Αξίες και τα Αθλητικά Ιδεώδη. Στόχος των αθλητικών εκπαιδευτικών προγραμμάτων είναι, μέσα από ειδικό ασκησιολόγιο, που προάγει την ισότητα των δύο φύλων, παιδιά ηλικίας 8-13 ετών, να έρθουν σε επαφή με το άθλημα της καλαθοσφαίρισης αλλά συνάμα να λάβουν το ερέθισμα να ασχοληθούν με θέματα δεξιοτήτων ζωής, διατροφής, ψυχολογίας καθώς και πλήθος άλλων κοινωνικών μηνυμάτων.

Το πρόγραμμα αυτό υλοποιούν Ακαδημαϊκοί, Ομοσπονδιακοί, Περιφερειακοί και Τοπικοί προπονητές/τριες, καθώς και προπονητές/τριες σωματείων καλαθοσφαίρισης.

### ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΣΤΟΧΟΣ – *αποκτάμε θετική άποψη για τον αθλητισμό*

Η καλαθοσφαίριση είναι ένα ομαδικό άθλημα στο οποίο συμμετέχουν κορίτσια και αγόρια ανεξαρτήτου ηλικίας. Ο αθλητισμός δεν είναι πολυτέλεια αλλά ένα κοινωνικό αγαθό που πρέπει να γνωρίζουν όλα τα παιδιά ανεξαρτήτου φύλου και εθνικότητας. Ο αθλητισμός είναι έκφραση βιολογικής, πνευματικής και ψυχικής ανάγκης.

Η Ελληνική Ομοσπονδία Καλαθοσφαίρισης μέσα από οργανωμένες δράσεις σε όλη την Ελλάδα στοχεύει στην προώθηση του αθλήματος, βάσει συγκεκριμένων αρχών και αξιών του αθλητισμού.

Ο εκπαιδευτικός στόχος των αθλητικών προγραμμάτων της ΕΟΚ είναι η εκμάθηση των δεξιοτήτων, όπως αυτές αναφέρονται στο αναλυτικό πρόγραμμα σπουδών της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, μέσα από εύκολες και διασκεδαστικές για τα παιδιά ασκήσεις, οι οποίες καλύπτουν όλο το φάσμα των προτεινόμενων στόχων (βιωματικός, ψυχοπνευματικός, βιολογικός, κινητικός-εκφραστικός, κοινωνικός-ηθικός) της Φ.Α.

Οι προκλήσεις και οι ανάγκες που δημιουργούνται στη σύγχρονη εποχή απαιτούν, περισσότερο από ποτέ, την καλλιέργεια συγκεκριμένων αρχών και αξιών του αθλητισμού όπως είναι η ευγενής άμιλλα, το ευ αγωνίζεσθαι, η αλληλεγγύη, ο σεβασμός, το fair-play, η ισότητα των δύο φύλων, θέματα τα οποία αποτελούν προτεραιότητες της Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης.

### Σε ποιους απευθύνεται:

Τα αθλητικά εκπαιδευτικά προγράμματα πραγματοποιούνται σε όλη την Ελλάδα, σε συνεργασία με τις τοπικές ενώσεις και τους τοπικούς φορείς και απευθύνεται σε αγόρια και κορίτσια των Γ', Δ', Ε' και Στ' τάξεων Δημοτικών Σχολείων.



## **ΣΚΟΠΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ** - ακολουθώντας τις αρχές της σύγχρονης παιδαγωγικής

Σκοπός του προγράμματος είναι μέσα από τη σωστή καθοδήγηση να αγαπήσουν οι μικροί μαθητές και μαθήτριες το άθλημα του Μπάσκετ, να αποκτήσουν την κατάλληλη καλαθοσφαιρική εκπαίδευση, εντός κι εκτός σχολικού περιβάλλοντος, και την σωστή νοοτροπία που απαιτεί ένα ομαδικό άθλημα.

Μέσω της χρήσης κινητικών κυρίως δραστηριοτήτων, σκοπός είναι η ψυχοκινητική, συναισθηματική και γνωστική ανάπτυξη των μαθητών και μαθητριών και η αρμονική τους ένταξη στην κοινωνία.

Μέσω της εκπαίδευσης παρέχονται τα ερεθίσματα στα παιδιά για να ασχοληθούν περαιτέρω και να ανακαλύψουν το άθλημα της καλαθοσφαίρισης και τα οφέλη που αυτό μπορεί να τους προσφέρει μακροχρόνια.

Οι ασκήσεις έχουν επιλεγεί για να μπορούν να εκτελεστούν από το σύνολο των μαθητών ανεξάρτητα από το υπάρχον επίπεδο των δεξιοτήτων τους, ώστε κάθε μαθητής να μπορεί να συμμετέχει μέσα σε ένα ευχάριστο και διασκεδαστικό τρόπο εκτέλεσης χωρίς δυσκολίες.

Η καλαθοσφαίριση, όντας ομαδικό άθλημα, βοηθά μέσω της προπόνησης και της παιδαγωγικής διαδικασίας τα παιδιά να μάθουν να λειτουργούν με σεβασμό, συνέπεια και κατανόηση.

Συμμετέχοντας στις ασκήσεις μαθαίνουν να συνυπάρχουν και να συνεργάζονται με τους συμμαθητές και τις συμμαθήτριες τους. Όλα τα παραπάνω συμβάλλουν τόσο στην ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους όσο και της αρμονικής συνύπαρξης στο περιβάλλον του σχολείου.

## **ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ**

Το αθλητικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα της ΕΟΚ περιλαμβάνει:

- ελεύθερο παιχνίδι μπάσκετ (3x3), ψυχοκινητικά παιχνίδια και αθλητικές πρακτικές δραστηριότητες του παιχνιδιού (ντρίπλα, πάσα, σουτ, άμυνα, ριμπάουντ)
- ομιλίες και ενημερωτικά σεμινάρια από πτυχιούχους γυμναστές με ειδικότητα στην καλαθοσφαίριση και επιστημονικούς συνεργάτες (εργοφυσιολόγους, αθλητικούς ψυχολόγους, διατροφολόγους) της Ελληνικής Ομοσπονδίας Καλαθοσφαίρισης
- επισκέψεις αθλητών (πρωταθλητές, Ολυμπιονίκες) της καλαθοσφαίρισης που έχουν εμπειρία και γνώσεις τις οποίες μεταφέρουν με προσωπικές ιστορίες στους μαθητές
- αναμνηστικά μπλουζάκια για τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα

**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ** – [schools@basket.gr](mailto:schools@basket.gr)

**ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ** - Συμπλήρωση ηλεκτρονικής φόρμας «Αίτηση Συμμετοχής»

<https://form.jotform.com/dsverk/aitimasxoleiwn2022-23>