

Πρόσκληση συνάντησης αποφοίτων ΤΕΦΑΑ 1985-86

Στα πλαίσια του 2^{ου} Συνεδρίου της ΣΕΦΑΑ – ΑΠΘ
θα γίνει συνάντηση
αποφοίτων 1985-86
στο ΚΕ.Δ.Ε.Α. - Α.Π.Θ.

Βρίσκεται πάνω από τη φοιτητική λέσχη, 3ης Σεπτεμβρίου.
Σάββατο 26-11-2016 και ώρα 20:00-22:00.

Πληροφορίες για την εκδήλωση:
Δημήτρης Χατζόπουλος
Mail: chatzop@phed.auth.gr
Τηλ. 2310-992225, 6945689961

Γλώσσα σώματος του εκπαιδευτικού Φυσικής Αγωγής



Δημήτρης Χατζόπουλος

Dr. Sportwissenschaften

Deutsche Sporthochschule Koeln

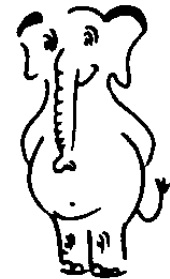
Επίκουρος καθηγητής

Σ.Ε.Φ.Α.Α. - Α.Π.Θ.

Επικοινωνία
Χατζόπουλος Δημήτρης

Γραφείο
Εγκαταστάσεις Θέρμης

Τρίτη 12:00 – 14:00



E-mail: chatzop@phed.auth.gr

Τηλ. 2310-992225

Διαλέξεις σε βίντεο

Οι διαλέξεις του μαθήματος

«Διδακτική της Φ.Α. στην Α/θμια εκπαίδευση»

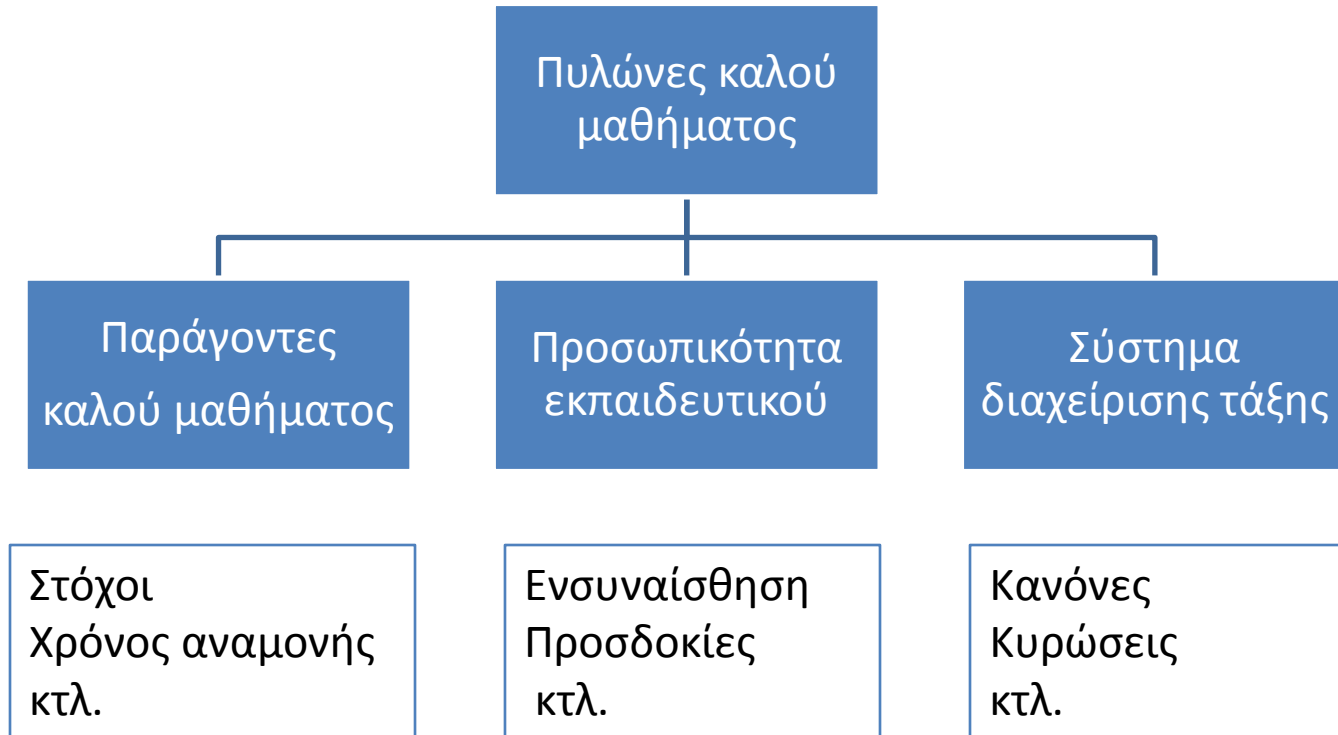
είναι διαθέσιμες στη διεύθυνση

<http://eclass.auth.gr/courses/OCRS254/>

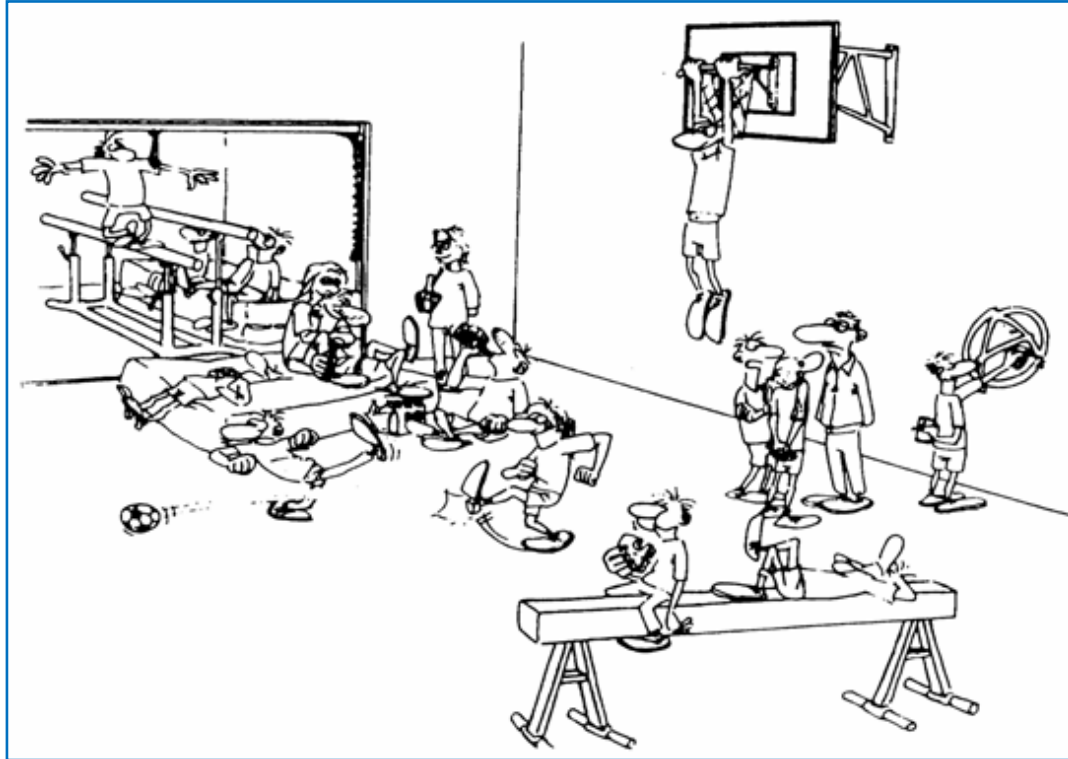
Σύνδεση με την προηγούμενη συνάντηση

Βίντεο

Πυλώνες καλού μαθήματος



Επανάληψη
Ποια είναι τα χαρακτηριστικά ενός
καλού μαθήματος;



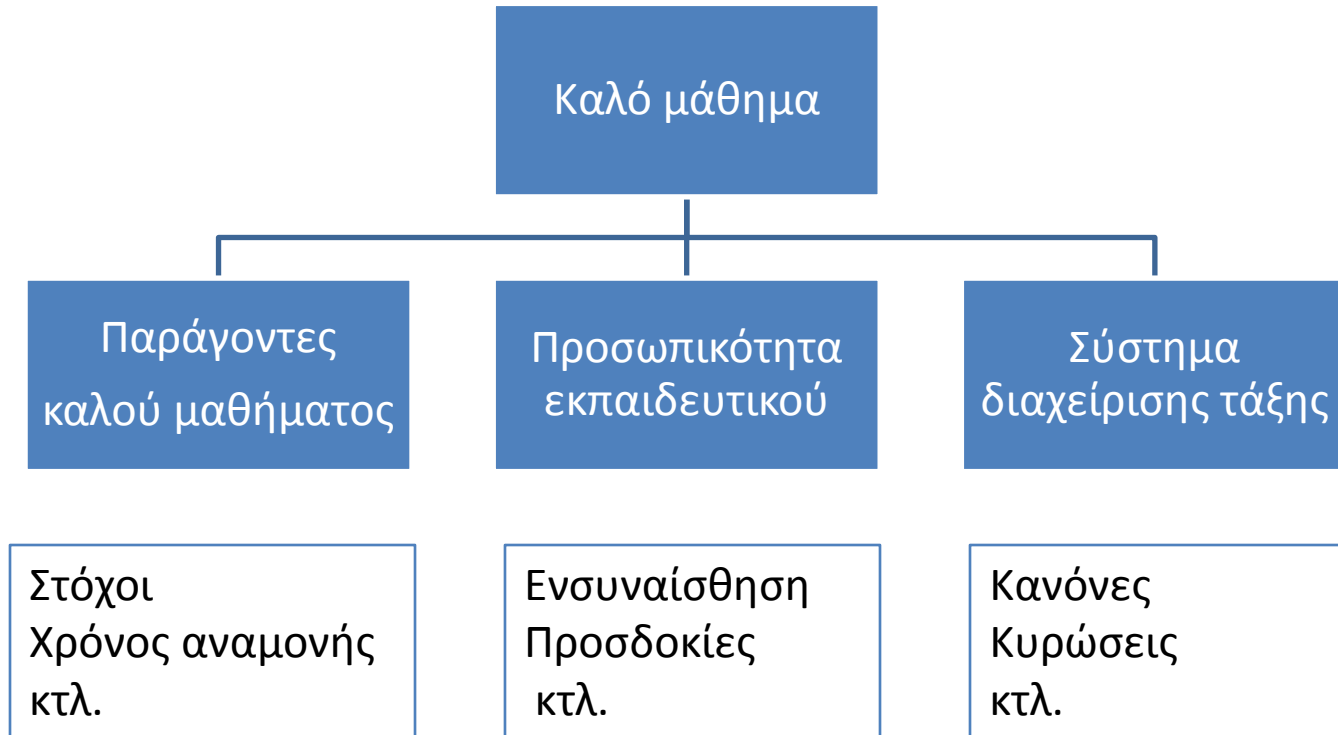
Σχ. 1: Παράδειγμα μαθητοκεντρικής διδασκαλίας

Ο δεκάλογος της καλής διδασκαλίας

1. Διατύπωση **στόχων**.
2. **Επίδειξη** – διδακτικές **ατάκες**.
3. Χρόνος **αναμονής** των μαθητών.
4. **Ανατροφοδότηση** (**βίντεο**).
5. **Επίβλεψη** της τάξης (**βίντεο**).
6. **Διαφοροποίηση** διδασκαλίας (**βίντεο**).
7. Πρωτόκολλα συμπεριφοράς.
8. Ένταση μαθήματος.
9. Οδηγίες.
10. Μεθοδική σειρά ασκήσεων.

Video μέθοδος σταθμών

Πυλώνες καλού μαθήματος



Προσωπικότητα εκπαιδευτικού

Η προσωπικότητα του εκπαιδευτικού παίζει καθοριστικό ρόλο στην ποιότητα διδασκαλίας

Δεκάλογος του καλού δασκάλου:

1. Γνωρίζει τι συμβαίνει στην τάξη.
2. Δείχνει **ενθουσιασμό** για το μάθημα.
3. Χρησιμοποιεί μαγικές λέξεις («**ευχαριστώ**», κτλ.).
4. Επιβραβεύει τους μαθητές για την καλή τους συμπεριφορά.
5. Δημιουργεί καλές σχέσεις με τους μαθητές και φροντίζει για τις μεταξύ τους σχέσεις (**ενσυναίσθηση**).
6. Είναι συνεπής.
7. Δεν είναι ο φίλος των παιδιών, είναι ο δάσκαλος της τάξης.
8. Σε μια καινούργια τάξη είναι τυπικός με τους μαθητές.
9. Εκφράζει **θετικές προσδοκίες** (αυτοεκπληρούμενη προφητεία).
10. Διατηρεί τον αυτοέλεγχο (**συναισθηματική νοημοσύνη**).

Γλώσσα σώματος

Λέει πολλά για την προσωπικότητά μας

**Με ποια μέθοδο γίνονται οι διαλέξεις σε συνέδρια,
επιμορφώσεις κτλ.;**

(α) Δασκαλοκεντρική

(β) Μαθητοκεντρική

Οι ακαδημαϊκοί στις διαλέξεις μας αναφερόμαστε σε
μαθητοκεντρικές μεθόδους διδασκαλίας αλλά εμείς....

Δάσκαλε που δίδασκες και λόγο δεν κρατούσες!

Για ποιο λόγο προτιμούμε την
δασκαλοκεντρική μέθοδο;

- Είναι πιο **εύκολη**, δεν απαιτεί ιδιαίτερη προετοιμασία
- Αποφεύγουμε **κακοτοπιές**, όταν οι φοιτητές αρχίζουν να σκέφτονται μπορεί να μας κάνουν κάποια **δύσκολη ερώτηση**.
- Μένω **προσηλωμένος στο στόχο**. Εάν αρχίσουν οι ερωτήσεις και ακολουθήσω τις ανάγκες των φοιτητών μπορεί να χάσω το στόχο του μαθήματος και να βρεθώ σε «δύσκολα» μονοπάτια.
- **Χρόνος**. Το ίδιο είναι να πω «έτσι γίνεται» και το ίδιο είναι να πω «**βρες πως γίνεται**»;

Για να δούμε εάν πέτυχα τον στόχο μου να σας κεντρίσω το ενδιαφέρον και να πάρετε ενεργά μέρος στη διάλεξη

Ο καλύτερος τρόπος για να μιλήσουμε για τη γλώσσα του σώματος είναι να παρατηρήσουμε τον εαυτό μας όταν διδάσκουμε.

Ας υποθέσουμε ότι κάποιος από εσάς είναι ο εκπαιδευτικός και εμείς οι μαθητές.

Θα με βοηθήσετε εάν κάποιος μας παρουσιάσει ένα παιχνίδι και ορισμένοι από εμάς θα αναπαραστήσουμε τους μαθητές του;

Ένα οποιοδήποτε παιχνίδι

Π.χ. τα μήλα, το μαντηλάκι, μια μορφή σκυταλοδρομίας κτλ.

Γλώσσα σώματος

Το σώμα μας εκπέμπει μηνύματα ανάλογα με τη διάθεση
και τις σκέψεις μας.

Τα μηνύματα αυτά προηγούνται αυτών που έχει κάποιος να πει.



Γλώσσα σώματος



Υπάλληλος



Σύζυγος



Εραστής

Συνειδητοποίηση των στάσεων του σώματός μας.

«Οι μαθητές δεν με ακούνε»

Η ένταση της γλώσσας του σώματος είναι ισχυρότερη από τα λόγια.



Η αίσθηση ότι κάποιος μας λέει ψέματα προέρχεται από το ότι τα λόγια δεν συμφωνούν με τη γλώσσα του σώματος.

Όταν λέμε ψέματα **προδινόμαστε** από τη γλώσσα του σώματος.

Γι αυτό, οι επαγγελματίες ψεύτες (**πολιτικοί**, δικηγόροι κτλ.) **αποφεύγουν** να κάνουν **κινήσεις** όταν λένε ψέματα.

Ωστόσο, ακόμη και όταν καταπιέζουμε συνειδητά τις χειρονομίες υπάρχουν **μικρο-χειρονομίες** που περιλαμβάνουν:

- (1) **Μυϊκή σύσπαση** του προσώπου.
- (2) Διαστολή-συστολή της **κόρης** των ματιών.
- (3) **Εφίδρωση** στο φρύδι.
- (4) **Κοκκίνισμα** στα μάγουλα.
- (5) Αύξηση του **ρυθμού ανοιγο-κλεισίματος** των ματιών κτλ.

Οι μικρο-χειρονομίες συμβαίνουν σε **κλάσματα του δευτερολέπτου**.
Γίνονται αντιληπτές από ειδικές μηχανές βραδείας λήψεως και μόνο
εκπαιδευμένοι τις αντιλαμβάνονται.

Αστυνομία – ανάκριση φως καρέκλα στο κέντρο

Για να πεις ψέματα με επιτυχία καλό είναι να έχεις **κρυμμένο** το **σώμα** σου.

Καλύτερος τρόπος για ένα ψέμα είναι το **μήνυμα!**

Αγάπη μου θα δω το ματς σε κάτι φίλους!

Video - Αναστασιάδης



Ποιοι παράγοντες επηρεάζουν τη
γλώσσα του σώματος;

Μερικές χειρονομίες είναι έμφυτες άλλες επίκτητες

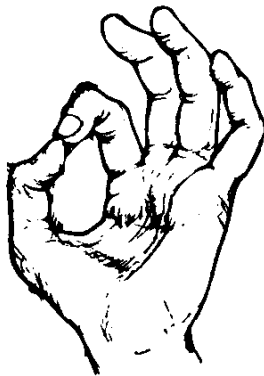
Οι χαμογελαστές εκφράσεις παιδιών που γεννιούνται τυφλά συμβαίνουν ανεξάρτητα από μάθηση ή μίμηση οπότε μάλλον είναι έμφυτες.

Η κίνηση του **ναι** είναι μάλλον έμφυτη γιατί χρησιμοποιείται από τυφλούς.
Κινήσεις δεξιά-αριστερά «**όχι**» από το παιδί όταν είναι χορτάτο.

Φύλο. Οι άνδρες όταν φοράνε ένα **παλτό** πρώτα βάζουν το δεξί χέρι, ενώ οι γυναίκες το αριστερό. **Αστείο - Κάτι πάτησες**

Επίδραση Κουλτούρας στις κινήσεις

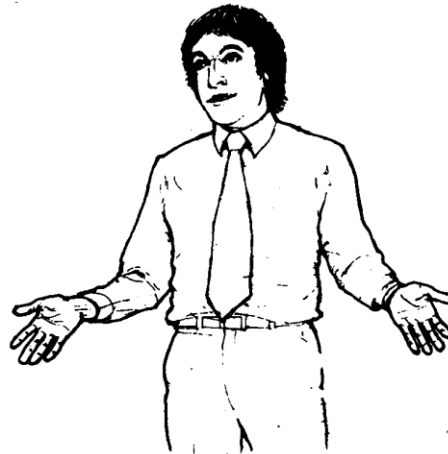
Το σήκωμα των ώμων είναι παγκόσμια κίνηση και δηλώνει δεν ξέρω



O.K

Ιαπ-χρημ

Μεσ. Ομοφ



Ωτο-στοπ, O.K, «Αντε γ...» Ελλάδα μεσαίο



Ρώμη

Η γλώσσα σώματος επηρεάζεται και από την ηλικία.
Π.χ. πότε λέει ψέματα το παιδί, έφηβος, ενήλικας



Σχήμα 6. Το παιδί όταν λέει
ψέματα.



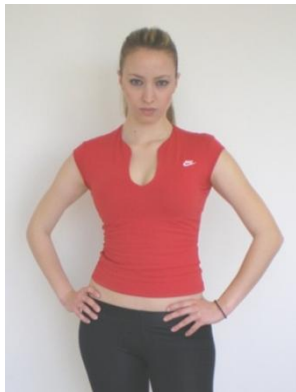
Σχήμα 7. Ο έφηβος όταν λέει
ψέματα.



Έχετε να μας δείξετε κάποιες στάσεις σώματος και
τι δηλώνουν;

Examples Of Body Language

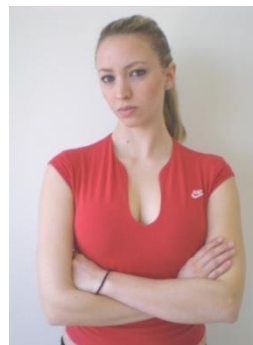
NONVERBAL BEHAVIOR	INTERPRETATION
Brisk, erect walk	Confidence
Standing with hands on hips	Readiness, aggression
Sitting with legs crossed, foot kicking slightly	Boredom
Sitting, legs apart	Open, relaxed
Arms crossed on chest	Defensiveness
Walking with hands in pockets, shoulders hunched	Dejection
Hand to cheek	Evaluation, thinking
Touching, slightly rubbing nose	Rejection, doubt, lying
Rubbing the eye	Doubt, disbelief
Hands clasped behind back	Anger, frustration, apprehension
Locked ankles	Apprehension
Head resting in hand, eyes downcast	Boredom
Rubbing hands	Anticipation
Sitting with hands clasped behind head, legs crossed	Confidence, superiority
Open palm	Sincerity, openness, innocence
Pinching bridge of nose, eyes closed	Negative evaluation
Tapping or drumming fingers	Impatience
Steepling fingers	Authoritative
Patting/fondling hair	Lack of self-confidence; insecurity
Tilted head	Interest
Stroking chin	Trying to make a decision
Looking down, face turned away	Disbelief
Biting nails	Insecurity, nervousness
Pulling or tugging at ear	Indecision



Επιθετικότητα



Ανυπομονησία



Αμυντική στάση



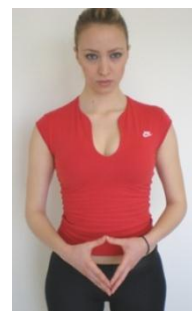
Απόρριψη, ψέμα



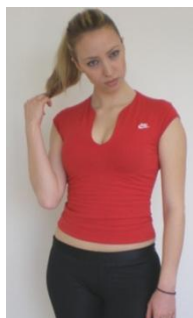
Πλήξη



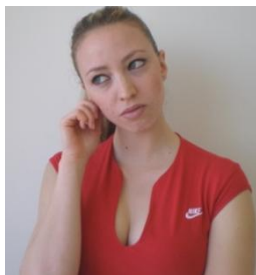
Ανωτερότητα, σιγουριά



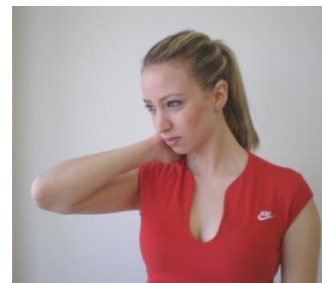
Αρμόδιος, εξουσία



Ανασφάλεια



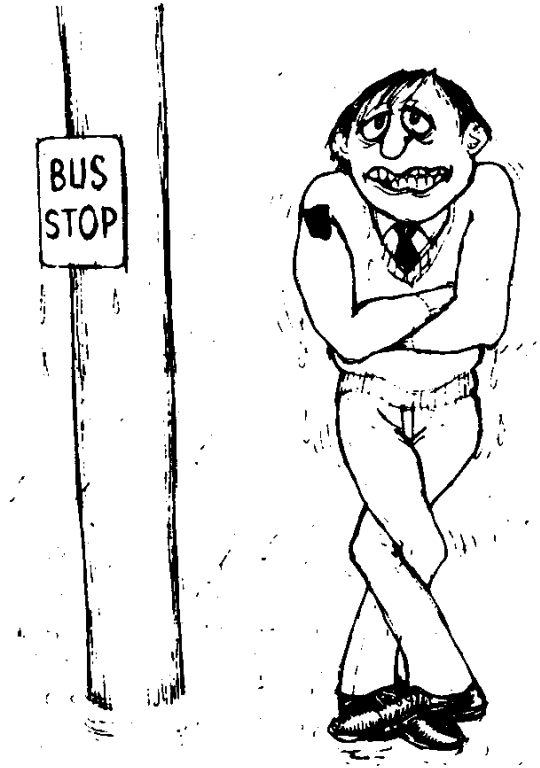
Αναποφασιστικότητα



Αμφιβολία

Τα μηνύματα που εκπέμπει το σώμα πρέπει να τα βλέπουμε στο σύνολο,
στο γενικό πλαίσιο.

Συνήθως το σταύρωμα χεριών σημαίνει στάση άμυνας, αλλά μπορεί
απλά και να κρυώνει.

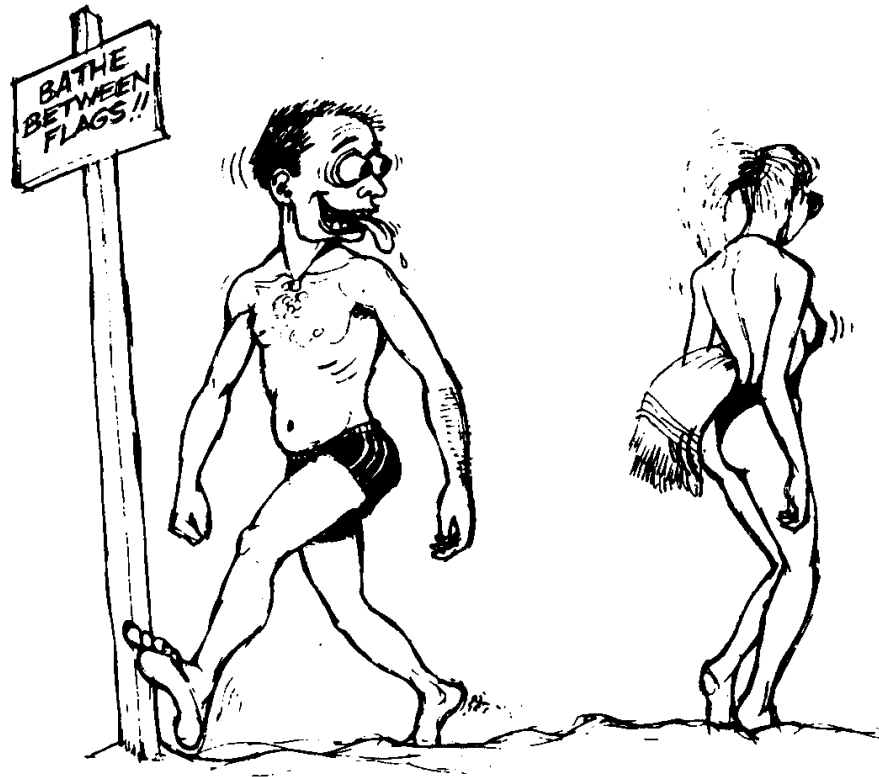


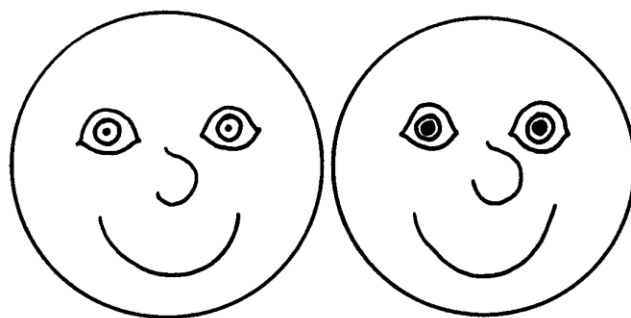
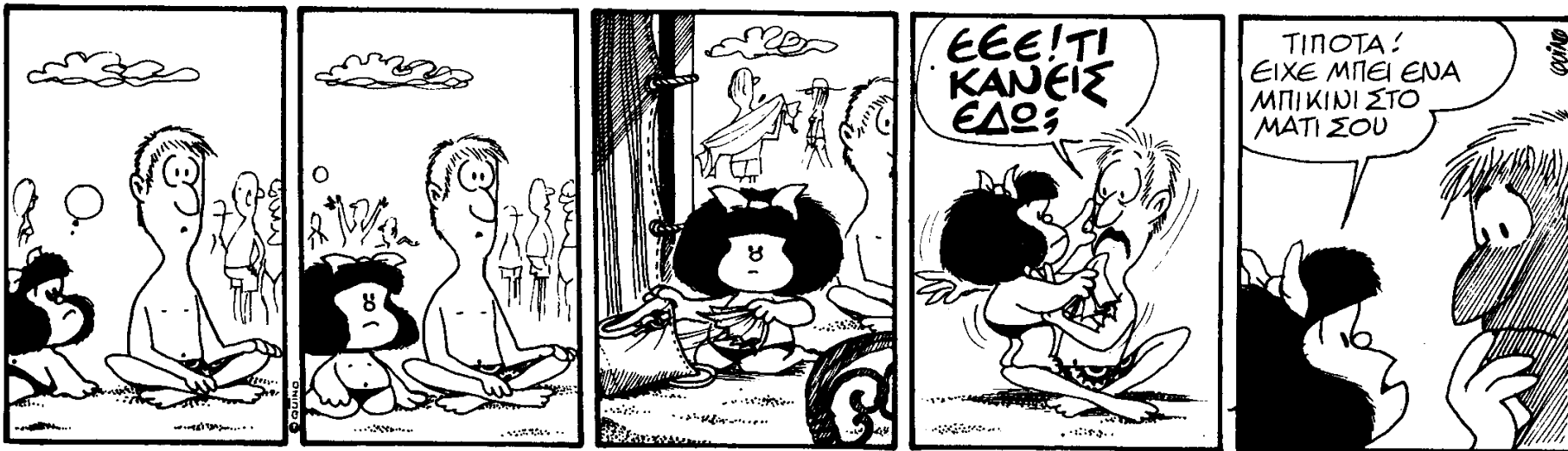
Top Ten Body Language Tips

1. Μάτια

Τα μάτια προδίδουν τη σκέψη.

Φαρμακερή ματιά, βλέμμα αγάπης «Για κοίτα με στα μάτια...»





Άρχοντας των
δαχτυλιδιών – Φρόντο
Συμπάθεια φοιτητών.

Ωνάσης-Έμπορος (αγορά παντελονιού), πολιτικός- χειραψία, ζευγάρι σε καφέ.

Πάντα οπτική επαφή με το τμήμα. Να εκνευρίσετε αντιπαθητικό καθηγητή.

Εραστές – ηδονή!

2. Στάση σώματος

Όταν δεν αισθανόμαστε καλά έχουμε **κατεβασμένους ώμους**.
Αυτό ενοχλεί την αναπνοή και αισθανόμαστε ακόμη χειρότερα.

Σταθείτε στητοί και θα νοιώσετε καλύτερα!



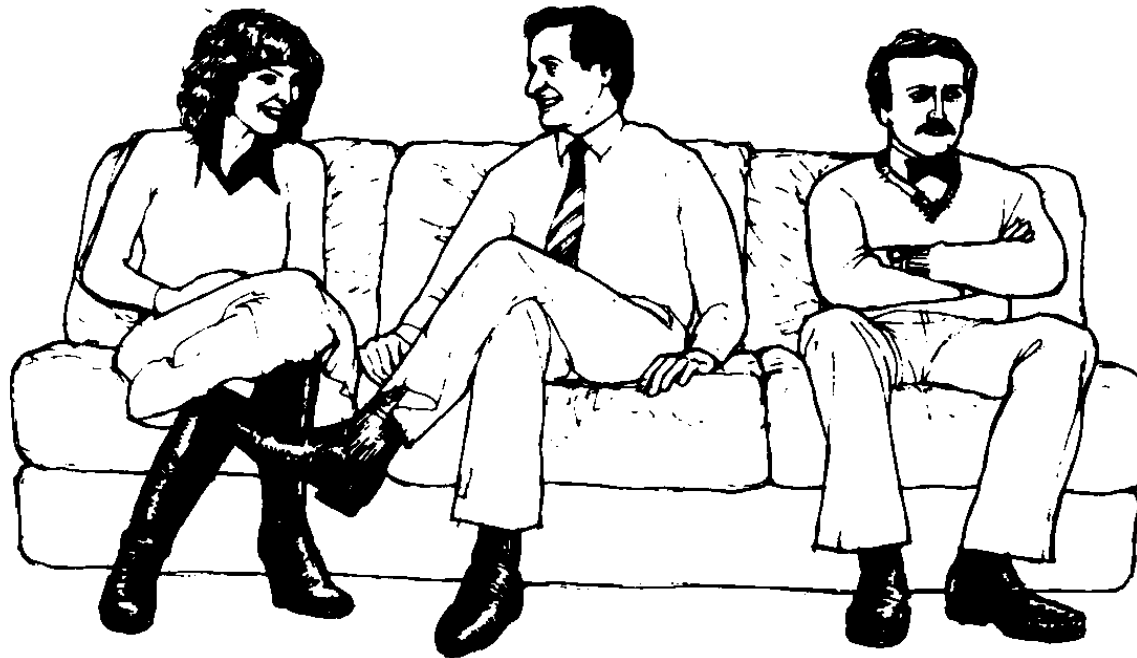
Που δείχνουν
τα πόδια αλλά
και ο κορμός;

Να στρέψετε
προς το μέρος
των μαθητών!

Τι κάνουμε στην περίπτωση που θέλει κάποιος να
ρωτήσει και μιλώ με άλλον;

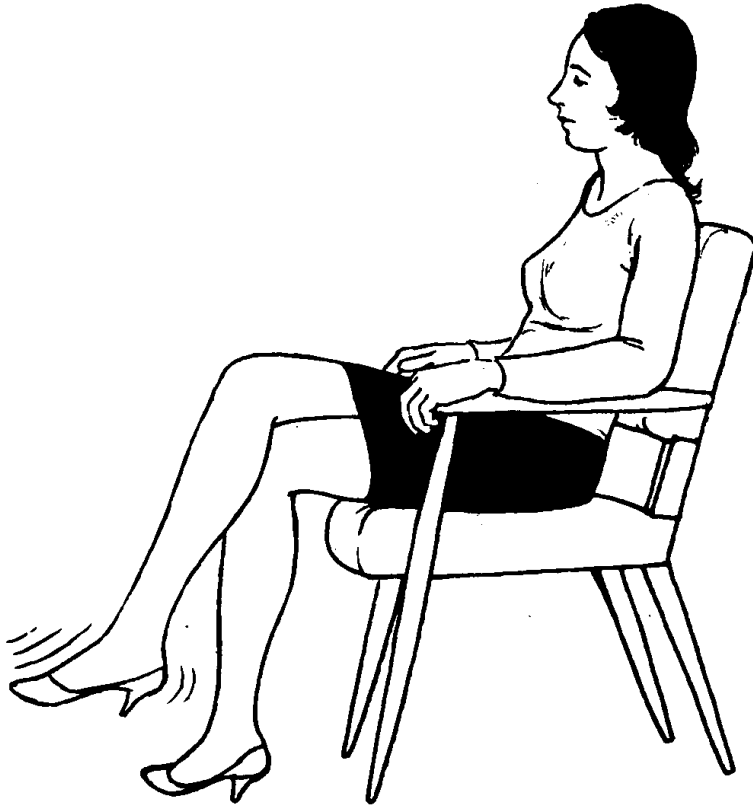
Σταυροπόδι στον καναπέ

Η γυναίκα γυρίζει το σώμα προς τον άνδρα και
στρέφει το κεφάλι σε άλλον!

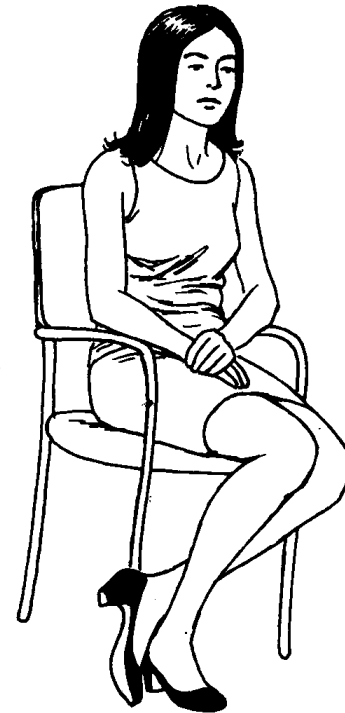


Σχήμα 144. Η θέση που δείχνει το σώμα είναι για ν' αποκλείσει τον άνδρα στα δεξιά.

Κινήσεις ποδιών



21. Βαρυεστημάρα ή άνυπομονησία



52. Ἡ γυναικεία παραλλαγή τῶν σταυρωμένων ἀστραγάλων.

3. Επίπεδο που μιλάτε

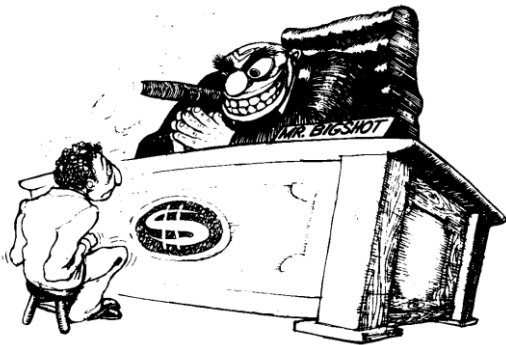
Εξουσία

Προσωπικές συζητήσεις: πρώτη ερώτηση;

Σενάριο: δάσκαλος όρθιος και μαθητής καθιστός ;

Γιατί το κάνει ο δάσκαλος;

Ίδιο επίπεδο



4. Κεφάλι

Όταν θέλεις να δείξεις (ή να νοιώσεις) **αυτοπεποίθηση** και σιγουριά, διατήρησε οριζόντια το πηγούνι.

Χρησιμοποίησε αυτή τη στάση και όταν θέλεις να πεις κάτι και να σε πάρουν στα **σοβαρά**.

Όταν θέλεις να δείξεις ενδιαφέρον, τότε γείρε το κεφάλι λίγο στο πλάι ή κούνα το πάνω κάτω (Χίλαρη Κλίντον).



Τι είναι περίεργο;



5. Θέση - κίνηση χεριών

Μπροστά σταυρωμένα - Προστασία
από την απειλή που μας πλησιάζει.

Καθηγητής – φοιτητής – διαφωνία
βαθμού σενάριο.

Διατηρήστε τα χαλαρά στο πλάι.

Εκφραστικότητα - Να κινείτε τα χέρια
σας όταν απευθύνεστε σε παιδιά.

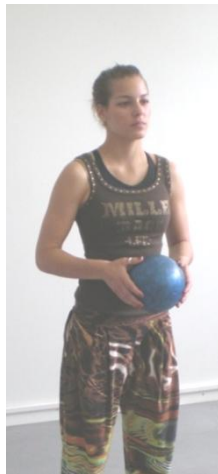
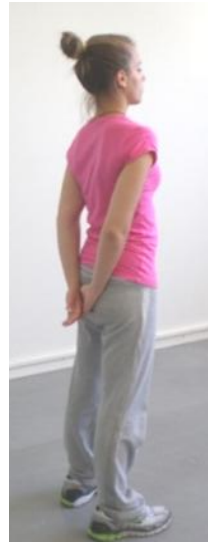
Δείκτης και παλάμη.



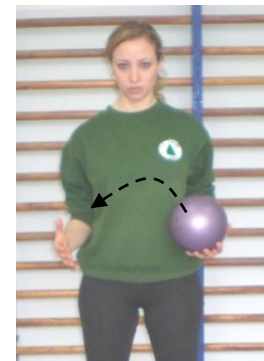
Κυριαρχική θέση της παλάμης

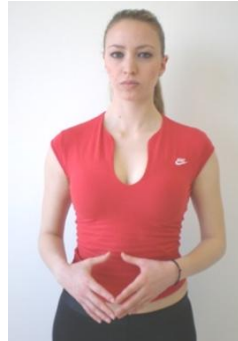
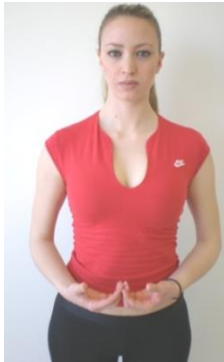


Χέρια πίσω αστυνομικοί, επιτηρητές



Στυλό (καθηγητής) –
προστασία.
Ντοσιέ





Τοποθέτηση χεριών εκπαιδευτικού μπροστά στο τμήμα

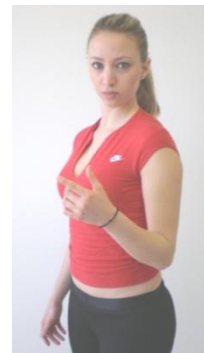
Εκφραστικότητα χεριών



Κινήσεις χεριών με μεγάλο εύρος

«10 μικροί Μήτσοι»

«Αϊ χάσου μυρμηγκάκι»



Στροφή κορμού και κινήσεις χεριών σε πλάγια μετακίνηση μπροστά στο τμήμα, χωρίς απώλεια οπτικής επαφής με τους μαθητές.

6. Άγγιγμα

Οι χειρονομίες απτικής επαφής είναι γενικά καλός τρόπος έκφρασης της **θετικής στάσης** του εκπαιδευτικού προς τους μαθητές και έχει τη θέση του σε ήρεμες καταστάσεις.

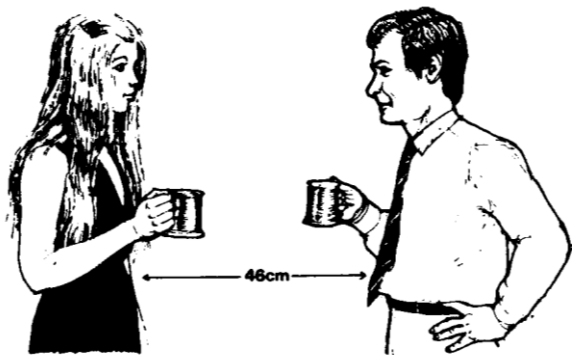
Χρειάζεται όμως μεγάλη **προσοχή** για να μη παρεξηγηθεί ως **σεξουαλική παρενόχληση**. Γι αυτό, πρέπει να είναι σύντομες και να μεταφέρουν με σαφήνεια το μήνυμα της αποδοχής και αναγνώρισης χωρίς να αφήνουν περιθώρια παρερμηνειών.



Πειθαρχία

Επιβράβευση

Κόλλα το!



Προτεινόμενη απόσταση 40-50εκ



7. Απόσταση

Τα λιοντάρια 30 χλμ. και τα σκυλιά την οριοθετούν με τα ούρα!

Πολιτιστικοί παράγοντες.

Αμερική – Ιαπωνία

Συζήτηση σε κύκλο

Αγκαλιά στο δρόμο!

Πλησίασμα για πειθαρχία!



8. Εκφράσεις προσώπου

Όταν ήμαστε **αγχωμένοι** φαίνεται στο **πρόσωπό** μας και μας κάνει να φαινόμαστε **κακόμοιροι**, αδιάφοροι.

Κάντε μια συνειδητή προσπάθεια να **χαμογελάσετε**, θα σας κάνει να φανείτε περισσότερο **συμπαθητικός** και ζεστός.

Χαλάρωσε συνειδητά τους μύες του προσώπου!

Ηθοποιός πριν την παράσταση. Μάθε να **υποκρίνεσαι**

Χωρισμός – ζευγάρι (φαύλος κύκλος) – **χαμόγελο παιδιών**.

Σούπερ μάρκετ



9. Χειρονομίες συνήθειας

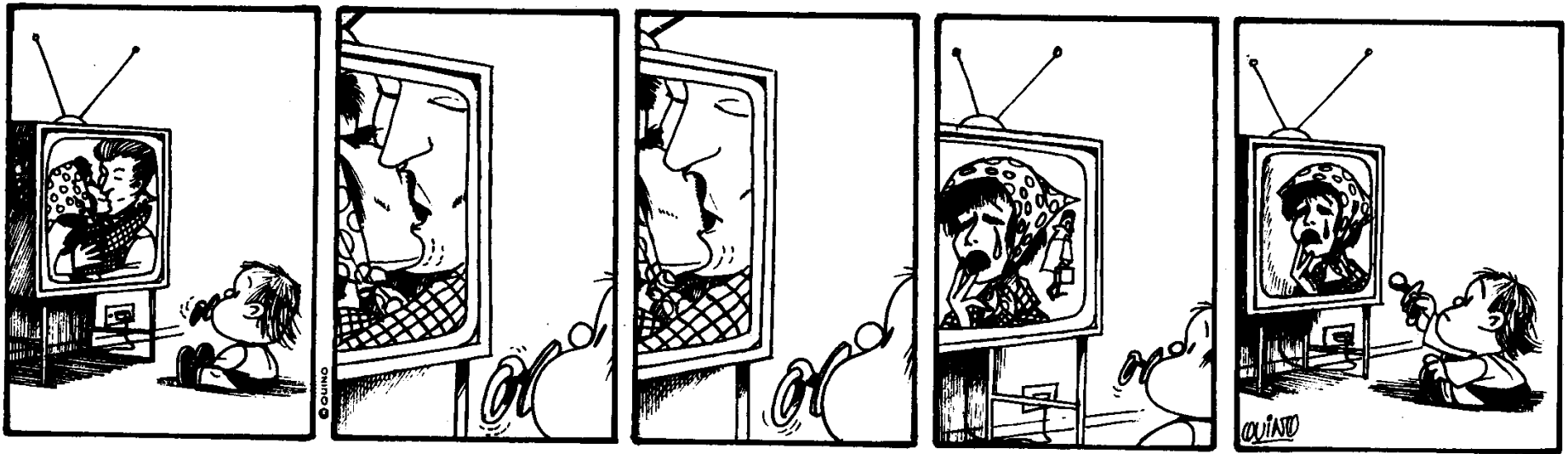
Τράβηγμα αυτιού, τρίψιμο μάγουλου, καθάρισμα λαιμού, μεταφέρουν την αίσθηση ότι δεν αισθάνεστε άνετα, ότι έχετε νευρικότητα. Προσπαθήστε να τις μειώσετε.



10. Να παρατηρείτε, να αφουγκράζεστε

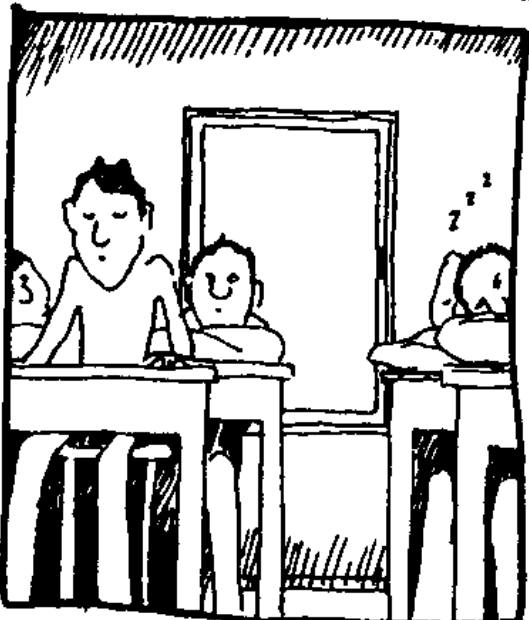
Να ακούτε, να παρατηρείτε, να αφουγκράζεστε αυτά που συμβαίνουν γύρω σας και προσπαθήστε να νιώσετε τους άλλους!

Ενσυναίσθηση!



Im folgenden Comic von Karsten Friedrichs ist diese Entwicklungsperspektive liebevoll-ironisch dargestellt.



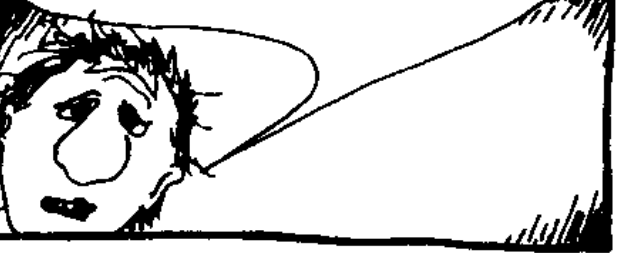


.. 10
Minuten
später..

.. Geschichte von dem Herrscher,
der ein Gefängnis mit 1000
Zellen und 1000 Wärttern hatte,
und der seine Gefangenen nach
einer merkwürdigen Methode
freiließ: Jeden Abend gingen
die 1000 Wärtter an den 1000
Türen vorbei. Der erste
machte..



an jeder Tür ein Kreuz, der
zweite an jeder zweiten, der
dritte an jeder dritten usw. und
der tausendste an jeder tausendsten
Tür. Dann wurden alle Gefangenen
entlassen, an deren Tür 2 Kreuze
waren, und alle anderen durften
sich neue Zellen aussuchen...



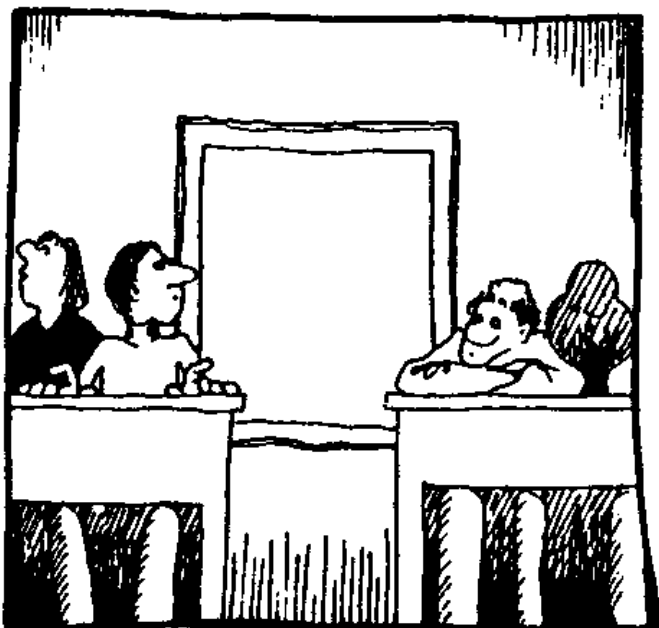
.. 5
Minuten
später...



könntet ihr euch
vielleicht etwas mehr
KONZENTRIEREN!



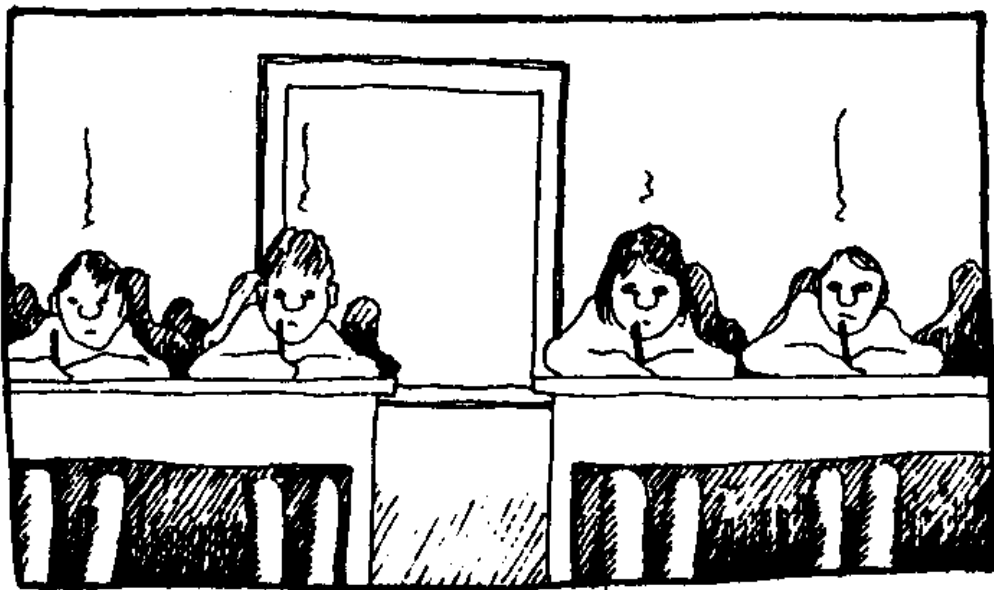
Also ich habe langsam
keine Lust mehr mit euch!



... wie geht der
Lehrer jetzt mit der
Situation um?

Die erste Möglichkeit
sieht so aus:

So! - Jetzt reicht's!
Strafarbeit! Zettel raus!
Schreibt die ersten 30
Primzahlen auf!



Die zweite Möglichkeit sieht ganz anders aus ;



10 Minuten später..



Φωνή του εκπαιδευτικού

Οι σημαντικότεροι παράγοντες με τους οποίους κρίνεται η φωνή ενός εκπαιδευτικού είναι :

- Ένταση
- Ταχύτητα ομιλίας
- Εκφραστικότητα (υψηλή/χαμηλή συχνότητα, χροιά, τόνος).



Ορισμένες προτάσεις για τον αρχάριο εκπαιδευτικό:

- Να εμφανίζεστε σίγουροι για τον εαυτό σας με **αυτοπεποίθηση** (ανοιχτό στήθος, ίσια η πλάτη, οριζόντια το σαγόνι).
- Να είστε ανοιχτοί με **καλή διάθεση**. Αυτό μπορεί να εκφραστεί με ένα χαμόγελο και χαλαρούς μύες στο πρόσωπο.
- Φροντίστε από την πρώτη στιγμή να αποκαταστήσετε την **οπτική επαφή** με το τμήμα.
- **Εκφραστικότητα σώματος** κατά την επίδειξη και στις διάφορες ομιλίες. Φροντίστε τα χέρια σας να κινούνται στους αγκώνες και να συμμετέχουν σε αυτά που λέτε. Επίσης, ο κορμός να είναι ορθός και να στρέφει προς διάφορες κατευθύνσεις.
- Το ίδιο και τα **πόδια**, είναι σημαντικό να λυγίζουν στα γόνατα και να δείχνουν προς διάφορες κατευθύνσεις όταν θέλετε κάτι να εξηγήσετε στα παιδιά ή να κάνετε μια επίδειξη.

Σύνοψη για τη γλώσσα του σώματος

Όταν ένας εκπαιδευτικός βρίσκεται σε κατάσταση πίεσης σε μια τάξη, τότε είναι φυσικό να αισθάνεται εκτεθειμένος.

Για να μπορέσει να ανταπεξέλθει στην πίεση, του προτείνω:

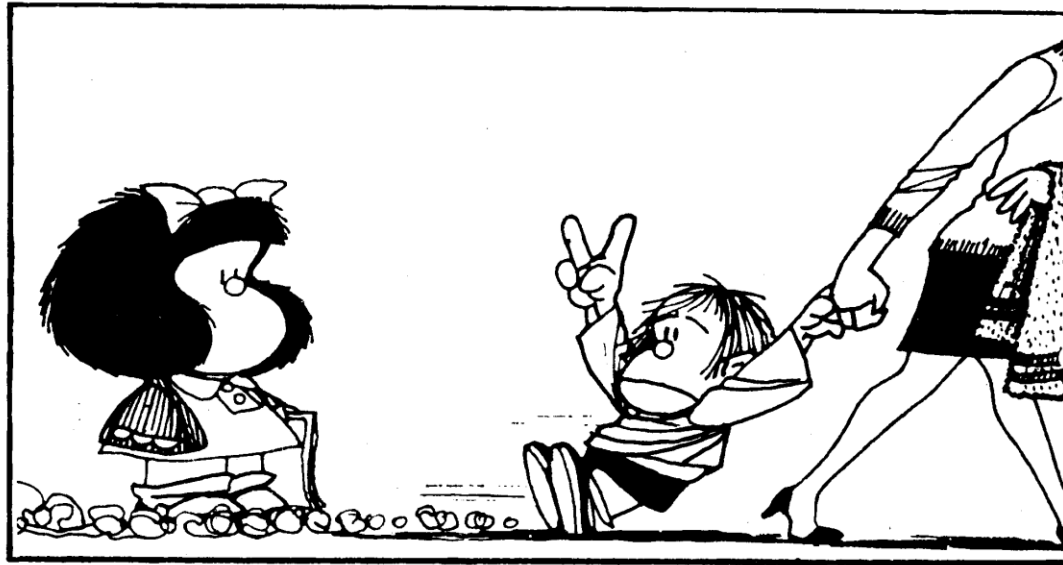


Αυτοπαρατήρηση

Σας προτείνω να παρατηρήσετε τον εαυτό σας κατά τη διάρκεια της επαφής σας με άλλους.

Αν συνειδητοποιήσετε τα μηνύματα που στέλνει το σώμα σας θα μειώσετε το άγχος και θα βελτιώσετε την ποιότητα της διδασκαλίας.

Αν σας άρεσε η διάλεξή μου θα φανεί στη γλώσσα του σώματός σας.



ΤΕΛΟΣ – ENDE – FINE- END