



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ  
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

Σέρρες, 11-2-2019  
Αριθμ. Πρωτ.: 49

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ  
ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ &  
ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

4<sup>ο</sup> ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ  
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ

Ταχ. Δ/ση: Κ. Παλαιολόγου 22  
Τ. Κ. 62125 Σέρρες

Πληροφορίες:  
Σαριβασιλείου Χαράλαμπος,  
Νικόλαος Σταμπολίδης  
Τηλέφωνο: 2321059025  
Φαξ: 2321059125  
e-mail ΠΕΚΕΣ:  
[4pekes@kmaked.pde.sch.gr](mailto:4pekes@kmaked.pde.sch.gr)  
e-mail ΣΕΕ: [n\\_stab@otenet.gr](mailto:n_stab@otenet.gr)

Θέμα: «Πρόσκληση σε  
επιμορφωτική συνάντηση εκπαιδευτικών»

Το 4<sup>ο</sup> ΠΕΚΕΣ Περιφερειακής Διεύθυνσης Εκπαίδευσης Κεντρικής Μακεδονίας, οι Διευθύνσεις της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, δια των Υπευθύνων Σχολικών Δραστηριοτήτων των Νομών Σερρών και Κιλκίς και τα Κέντρα περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης (νυν ΚΕΑ) Ποροΐων και Κιλκίς συνδιοργανώνουν ημερίδα με θέμα:

**«Αγωνιστικός προσανατολισμός (Orienteering):  
ένα χρήσιμο εργαλείο στην εκπαίδευση για την αειφορία»**

Το σεμινάριο θα πραγματοποιηθεί **την Δευτέρα 4 Μαρτίου 2019** και ώρα  
**14.00-17.00 μ.μ.** στο **3<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Κιλκίς**

Βασικός σκοπός του σεμιναρίου είναι οι εκπαιδευτικοί που θα το παρακολουθήσουν να λειτουργήσουν ως πολλαπλασιαστές στην περιοχή που δραστηριοποιούνται, στους συναδέλφους τους, στους μαθητές και στους γονείς των μαθητών τους.

Προς:

Όλες τις σχολικές μονάδες δια των Διευθύνσεων:

1. Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Κιλκίς  
[ekrthem@dide.kil.sch.gr](mailto:ekrthem@dide.kil.sch.gr)
2. Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Κιλκίς  
[genkr@dide.kil.sch.gr](mailto:genkr@dide.kil.sch.gr)  
[mail@dide.kil.sch.gr](mailto:mail@dide.kil.sch.gr)
3. ΚΠΕ (νυν ΚΕΑ) Ποροΐων  
[kpeporoi@otenet.gr](mailto:kpeporoi@otenet.gr)
4. ΚΠΕ (νυν ΚΕΑ) Κιλκίς  
[kpekillkis@sch.gr](mailto:kpekillkis@sch.gr)

Κοινοποίηση:

1. Περιφερειακή Διεύθυνση Α/θμιας & Δ/θμιας  
Εκπαίδευσης Κεντρικής Μακεδονίας  
[kmakedpde@sch.gr](mailto:kmakedpde@sch.gr)
2. 4<sup>ο</sup> ΠΕΚΕΣ  
[4pkeskm@sch.gr](mailto:4pkeskm@sch.gr)

Στόχος του σεμιναρίου είναι να γνωρίσουν το Orienteering στην πραγματική του διάσταση (ξέχωρα από γεωγραφία, γεωμετρία, φυσική αγωγή, κυνήγι χαμένου θησαυρού, παιχνίδια με πυξίδα, κλπ) και να έχουν γνωρίσει τα παιδαγωγικά (όχι γνωστικά μόνο) οφέλη που πηγάζουν απ' αυτό. Επίσης να αποκτήσουν υλικό, ώστε να μπορούν να πραγματοποιήσουν παρουσίαση του αγωνίσματος στην περιοχή τους, να μπορούν να υλοποιήσουν ένα ετήσιο πρόγραμμα με σχετικό θέμα, καθώς και να μπορούν να σχεδιάζουν έναν ασφαλή αγώνα Orienteering για τους μαθητές τους.

Το σεμινάριο θα περιλαμβάνει ένα θεωρητικό μέρος και ένα βιωματικό στο πλαίσιο του οποίου οι συμμετέχοντες θα οργανώσουν, θα προετοιμάσουν και θα βιώσουν μια τυπική δράση αγωνιστικού προσανατολισμού.

## **Δευτέρα 4 Μαρτίου 2019**

### **Ενδεικτικό πρόγραμμα**

- |                  |  |
|------------------|--|
| 14.00-14.30 μ.μ. | Εισαγωγή στον αγωνιστικό προσανατολισμό, Βασίλης Χορτομάρης ή εκπαιδευτικός του ΚΠΕ Κιλκίς   |
| 14.30-14.45 μ.μ. | Εφαρμογές του αγωνιστικού προσανατολισμού στην εκπαίδευση, Ελευθερία Τσολάκη ή εκπαιδευτικός του ΚΠΕ Κιλκίς  |
| 14.45-15.30 μ.μ. | Εισαγωγικές δράσεις αγωνιστικού προσανατολισμού στο σχολικό περιβάλλον / βιωματικό εργαστήριο, Βασίλης Χορτομάρης & Ιωάννα Μερτζανίδου.  |
| 15.30-16.45 μ.μ. | Σχεδιασμός και πραγματοποίηση δράσης αγωνιστικού προσανατολισμού στη σχολική αυλή. Βασίλης Χορτομάρης & Ιωάννα Μερτζανίδου.  |
| 16.45-17.00 μ.μ. | Πρόταση συμμετοχής στην υλοποίηση του 1ου Μαθητικού Συνεδρίου με θέμα:<br><b>«ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΖΟΜΑΙ στους δρόμους της αειφορίας»</b> , Σαριβασιλείου Χαράλαμπος ΣΕΕ Φυσικής Αγωγής, Σταμπολίδης Νικόλαος, ΣΕΕ Εκπαίδευσης για την Αειφορία. |

Στο πλαίσιο του Μαθητικού Συνεδρίου, προβλέπεται να υλοποιηθούν βιωματικές δραστηριότητες στις σχολικές μονάδες με ομάδες μαθητών/τριών σε συνεργασία με την/τον εκπαιδευτικό της σχολικής μονάδας. Συνεργάτες των βιωματικών δράσεων θα είναι ο Νίκος Σταμπολίδης, ΣΕΕ για την Εκπαίδευση για την Αειφορία, ο Χαράλαμπος Σαριβασιλείου, ΣΕΕ για τη Φυσική Αγωγή η παιδαγωγική ομάδα του ΚΠΕ Κιλκίς, εκπαιδευτικοί που ασχολήθηκαν με το orienteering.

Οι δράσεις για τον προσανατολισμό μπορούν να ενταχθούν σε όλα τα προγράμματα των σχολικών δραστηριοτήτων, τους διαγωνισμούς π. χ. Επιχειρείν, του ΟΗΕ για τους πρόσφυγες, Μια Νέα Αρχή για το ΕΠΑΛ, διαγωνισμού πληροφορικής, και οποιαδήποτε άλλη δράση που εντάσσεται σε εθνικά ή τοπικά προγράμματα.

Την ημερίδα μπορούν να παρακολουθήσουν εκπαιδευτικοί όλων των ειδικοτήτων της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης (νηπιαγωγείων, δημοτικών, γυμνασίων και λυκείων).

Όσοι εκπαιδευτικοί επιλέξουν να το παρακολουθήσουν, παρακαλούνται να συμπληρώσουν την παρακάτω ηλεκτρονική φόρμα ως και την **Παρασκευή 22 Φεβρουαρίου 2019 (ώρα 12:00 το μεσημέρι)**.

<https://goo.gl/forms/2tvluZlaM4Jks2rh1>

Εκ μέρους του Οργανωτικού Συντονιστή του 4<sup>ου</sup> ΠΕΚΕΣ Περιφερειακής Διεύθυνσης Κεντρικής Μακεδονίας. Χρήστου Πράμα, ΣΕΕ ΠΕ70  
Των Συντονιστών Εκπαιδευτικού Έργου του 4<sup>ου</sup> ΠΕΚΕΣ

Χαράλαμπος Σαριβασιλείου, ΠΕ11, ΣΕΕ Φυσικής Αγωγής  
Νικόλαος Σταμπολίδης, ΠΕ04.01, ΣΕΕ Εκπαίδευσης για την Αειφορία

## **Λίγα λόγια για τον αγωνιστικό προσανατολισμό**

Πληροφορίες : 1) <https://orienteering.org> και <http://worldorienteeringday.com>

2) Προσανατολισμός στο φυσικό και δομημένο περιβάλλον, Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Μακρινίτσας, Δεκέμβριος, 2007

Ο αγωνιστικός προσανατολισμός είναι το άθλημα – δραστηριότητα που συνδυάζει την σωματική άσκηση, όπως το τρέξιμο ή το περπάτημα, την ποδηλασία βουνού ή την χιονοδρομία αντοχής, με την ικανότητα πλοήγησης σε συγκεκριμένη διαδρομή με την χρήση χάρτη και πυξίδα. Είναι ιδιαίτερα δημοφιλές στην βόρεια Ευρώπη και πρωτοεμφανίστηκε στις σκανδιναβικές χώρες το 1900 περίπου. Ο σκοπός του είναι η εύρεση, με προκαθορισμένη σειρά, των σημείων ελέγχου μέσα στην διαδρομή και η επιστροφή στο σημείο τερματισμού. Είναι το άθλημα που συνδυάζει τον συναγωνισμό και την αναψυχή εξίσου καθώς είναι διασκεδαστικό για όλες τις ηλικίες. Αποκαλείται συχνά το σπορ της οικογένειας και διοργανώνονται αγώνες τακτικά σε όλη την Ελλάδα. Συνήθως υπάρχουν ποικίλες διαδρομές διαθέσιμες για διαφορετικές απαιτήσεις, όπως για αρχάριους με μήκος μικρότερο των 2km περίπου αλλά και έως 15km για όσους έχουν εμπειρία και καλή φυσική κατάσταση. Δεν χρειάζεται ιδιαίτερος εξοπλισμός ώστε να ξεκινήσει κάποιος. Ρούχα και παπούτσια θα πρέπει να είναι κατάλληλα αναλόγως εποχής. Η πυξίδα δεν είναι απαραίτητη για τους αρχάριους. Ο προσανατολισμός είναι το ιδανικό άθλημα που βελτιώνει την υγεία, την φυσική κατάσταση και διεγείρει τις νοητικές ικανότητες εξίσου των παιδιών και των ενηλίκων. Τα παιδιά ωφελούνται με ποικίλους τρόπους αποκτώντας διαφορετικές ικανότητες όπως: ανεξαρτησία, λήψη αποφάσεων, παρατηρητικότητα και αυτοεκτίμηση στο φυσικό περιβάλλον.

Ο σχολικός προσανατολισμός μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να βοηθήσει το σχολείο να επιτύχει τους εκπαιδευτικούς και παιδαγωγικούς του στόχους προσελκύοντας ταυτόχρονα μια μελλοντική γενιά προσανατολιστών. Το παιχνίδι προσανατολισμού στον γνώριμο αύλειο χώρο του σχολείου είναι ασφαλές για τους μαθητές. Οι πολλές λεπτομέρειες, οι συνεχείς αλλαγές κατεύθυνσης και η συχνή ανατροφοδότηση όταν οι μαθητές βρίσκουν τα πορτοκαλί – άσπρα σημεία ελέγχου τους παρέχουν κάποιες πολύ καλές εκπαιδευτικές εμπειρίες. Όταν επιλέγουν τις διαδρομές ανάμεσα στα σημεία ελέγχου, αποκτούν δεξιότητες ανάγνωσης χάρτη, κατανόηση του χώρου και ικανότητα λήψης αποφάσεων. Τα λάθη μπορούν να διορθωθούν και η μάθηση ενισχύεται. Για να μάθει κανείς τον προσανατολισμό με γρήγορο και απλό τρόπο, το παιχνίδι προσανατολισμού σε αστικό περιβάλλον (πάρκο, αυλή σχολείου) είναι προτιμότερο από τον προσανατολισμό στο δάσος.