



ΔΗΜΟΣ
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ
ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ



ΔΟΠΑΦΜΑΗ
ΔΗΜΟΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ
ΚΑΙ ΜΑΖΙΚΗΣ ΑΘΛΗΣΗΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΔΗΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ | ΑΝΩΝΥΜΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΟΤΑ

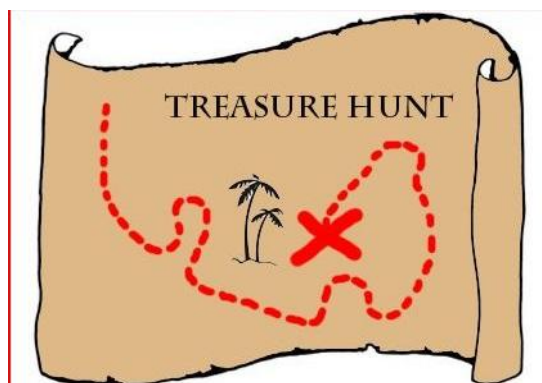
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ «ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΥΝΗΓΙ ΘΗΣΑΥΡΟΥ» ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΝΕΟ ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΤΑΔΙΟ - ΗΡΑΚΛΕΙΟ



ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΤΑΔΙΟ – ΠΕΡΙΟΧΗ ΛΙΝΤΟ
ΣΠΥΡΟΥ ΜΟΥΣΤΑΚΗ , 71303
ΤΗΛ: 2810 264560/ ΕΣΩΤ. 591 / 576

Η ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η ανάπτυξη και αναβάθμιση της φυσικής δραστηριότητας στην καθημερινότητα μας μέσα από το παιχνίδι αποτελεί προληπτική παρέμβαση για τη δημόσια υγεία και την βελτίωση της ποιότητας ζωής των πολιτών κάθε ηλικίας.

Το πρόγραμμα «**ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΥΝΗΓΙ ΘΗΣΑΥΡΟΥ**» αποτελεί μια **αθλητική παρέμβαση** που στοχεύει στην αθλητική δραστηριότητα των μαθητών του δημοτικού σχολείου και γυμνασίου μέσα από αξέχαστες εμπειρίες ενός κυνηγιού θησαυρού.

Το πρόγραμμα συνδυάζει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο την **φυσική δραστηριότητα** και **την γνώση** σε αθλητικά θέματα, όπως τα **ολυμπιακά και παραολυμπιακά αθλήματα**, την ιστορία των δημοτικών αθλητικών κέντρων, την υγεία και ευεξία, την κρητική διατροφή και πολλές άλλες ενότητες.

Το πρόγραμμα εκτός των άλλων, συνδυάζει την γνώση, την εκγύμναση την διασκέδαση και την κοινωνικοποίηση των παιδιών εκτός του σχολικού συγκροτήματος, σε ένα ασφαλές, γεμάτο εκπλήξεις και ερεθίσματα περιβάλλον.

Το πρόγραμμα αποτελεί μια σημαντική παρέμβαση στην ανάπτυξη της φυσικής δραστηριότητας των μαθητών της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης όλης της Κρήτης συνδυάζοντας τον σχολικό αθλητισμό με την διασκέδαση και την αθλητική εμπειρία.

Υλοποιείται σε όλη την διάρκεια του έτους σε εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους των δημοτικών αθλητικών Κέντρων (Παγκρήτιο Στάδιο & Νέο Κλειστό Γυμναστήριο Ηρακλείου) από εξειδικευμένο προσωπικό, Καθηγητές Φυσικής Αγωγής στα πλαίσια του ετήσιου προγράμματος «Αθλητισμός για Όλους»

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Όλα τα σχολεία που ενδιαφέρονται να συμμετάσχουν στο πρόγραμμα, εγγράφως θα πρέπει να δηλώσουν εγγράφως στην γραμματεία της ΑΑΗ ΑΕ ΟΤΑ, για συμμετοχή τους στο πρόγραμμα, δηλώνοντας την ημέρα και την ώρα που επιθυμούν να συμμετάσχουν (προτεινόμενες ηλικίες από 6 -14 χρονών).

Τα σχολεία με τους συνοδούς τους, παραλαμβάνονται από στελέχη της ΑΑΗ ΑΕ ΟΤΑ, οι οποίοι τους ξεναγούν στον χώρο – σε προκαθορισμένη διαδρομή - και τους εξηγεί για τις υπηρεσίες και τα αθλήματα που φιλοξενεί το αθλητικό κέντρο. Κατά την διάρκεια της ξενάγησης οι συμμετέχοντες έχουν την δυνατότητα να ποζάρουν για φωτογράφιση σε σημαντικά σημεία του σταδίου και σε σημεία με αναμνηστικά παικτών και ομάδων.

Με την ολοκλήρωση της ξενάγησης, οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε ομάδες ενημερώνονται για το θέμα και τους κανόνες του παιχνιδιού «**ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΥΝΗΓΙ ΘΥΣΑΥΡΟΥ**» και τους δίδεται ο πρώτο γρίφος για επίλυση ταυτόχρονα, οπότε και αρχίζει η χρονομέτρηση των ομάδων.

Με την εποπτεία του προσωπικού του Αθλητικού Κέντρου, οι ομάδες περιπλανώνται εντός τους αθλητικού κέντρου με στόχο να βρουν και να επιλύσουν τους γρίφους με την σειρά που τους δίδονται. Με την ολοκλήρωση του τελικού γρίφου ή την πάροδο του χρονικού ορίου που θέτει η Επιτροπή Κριτών του παιχνιδιού , ολοκληρώνεται το παιχνίδι και ανακηρύσσονται οι νικητές.

ΤΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Συμπεριλαμβάνει τις παρακάτω δραστηριότητες και διαφοροποιείται ανάλογα με την περίοδο εφαρμογής τους και τις ηλικίες των μαθητών που θα συμμετάσχουν σε αυτό:

- Ξεναγηση στους χώρους του δημοτικού αθλητικού κέντρου
- Φωτογράφιση με αναμνηστικά αντικείμενα μεγάλης σημασίας του Αθλητικού κέντρου
- Καθορισμός ομάδων και ανάληψη ρόλων από τα μέλη της ομάδας (σε κάθε ομάδα ορίζεται ο Αρχηγός και ο Υπαρχηγός, οι Runners και οι IT specialists)
- Ενημέρωση των ομάδων για το θέμα του «Αθλητικού Κυνηγιού Θησαυρού» και λύση αποριών, καθορισμός ανώτατου χρονικού περιθωρίου γρίφων.

- Παράδοση πρώτου γρίφου σε κάθε ομάδα και έναρξη παιχνιδιού.!

Σημειώνεται ότι απαραίτητα κάθε ομάδα όταν ολοκληρώνει του γρίφους που θα της δοθούν, είναι υποχρεωμένη να εκτελέσει (όλα τα μέλη της) μια αθλητική δραστηριότητα, σε αυτές συμπεριλαμβάνονται (ενδεικτικά αναφέρονται):

- ✚ Κάμψεις χεριών
- ✚ Άρση μικρών βαρών
- ✚ Αλτικές ασκήσεις
- ✚ Ασκήσεις ισορροπίας
- ✚ Targeting
- ✚ Σκυταλοδρομίες
- ✚ Φόρμουλα – Στίβος ασκήσεων
- ✚ Ασκήσεις Κοιλιακών – Ραχιαίων
- ✚ Τοξοβολία
- ✚ Επιτραπέζια αντισφαίριση
- ✚ Κωπηλασία
- ✚ Ασκήσεις ενδυνάμωσης
- ✚ Ασκήσεις ποδοσφαίρου

- Με την ολοκλήρωση από την πρώτη ομάδα του τελευταίου γρίφου και ανάλογα το χρονικό περιθώριο ανακηρύσσεται η τελική κατάταξη των ομάδων και απονέμονται διπλώματα (σε όλα τα μέλη κάθε ομάδας) και μετάλλιο στις τρεις πρώτες ομάδες.

- Η δραστηριότητα συμπεριλαμβάνει φωτογράφιση των ομάδων και μελών της κατά την διάρκεια των δράσεων και αποστολή στο αρχηγό της εκδρομής.



ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΙΑΘΕΣΙΜΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

- Επίδειξη μη διαδεδομένων αθλημάτων
- Σεμινάρια για την κρητική διατροφή και τον φυσικό τρόπο ζωής.
- Σεμινάρια ένταξης της φυσικής δραστηριότητας στην καθημερινή μας ζωή.
- Σεμινάρια προώθησης του εθελοντισμού
- Διαγωνισμός ζωγραφικής
- Παράδοση, ενθυμίων από του Ολυμπιακούς Αγώνες (βιβλιαράκι με όλες τις αθλητικές εγκαταστάσεις του 2004 και αθλητικού ιματισμού).
- Επίσκεψη στην έκθεση φωτογραφίας Ολυμπιακών αγώνων και ιστορίας τους σταδίου

Αθλητικός
για όλους!

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ - ΕΓΓΡΑΦΕΣ

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΑΕ ΟΤΑ
ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΣΤΑΔΙΟ / ΣΠΥΡΟΥ ΜΟΥΣΤΑΚΗ
71305, ΗΡΑΚΛΕΙΟ ΚΡΗΤΗΣ
τηλ: 2810 264560 / 2810 2645670 / εσωτ. 576 & 591
Φαξ: 2810 264568
WWW.AHAEOOTA.GR - WWW.DAKH.GR

(Επιστ. Υπεύθυνος: Δρ. Δημήτριος Κ. Τσιράκος, ΠΕ10 ΚΦΑ (Διδάκτορας Αθλητικών Επιστημών)