



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ,
ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Βαθμός Ασφαλείας:
Να διατηρηθεί μέχρι:
Βαθ. Προτεραιότητας:

Αθήνα, 18-09-2025
Αρ. Πρωτ. 114532/Δ2

ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ Π/ΘΜΙΑΣ, Δ/ΘΜΙΑΣ
ΕΚΠ/ΣΗΣ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΣΠΟΥΔΩΝ
Π/ΘΜΙΑΣ ΚΑΙ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΣΠΟΥΔΩΝ, ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΚΑΙ
ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ Α΄

ΠΡΟΣ:

- Περιφερειακές Δ/νσεις Εκπ/σης
- Διευθύνσεις Δ/θμιας Εκπ/σης
- Συμβούλους Εκπ/σης (μέσω των Δ/νσεων Δ/θμιας Εκπ/σης)
- Ημερήσια Γυμνάσια (μέσω των Δ/νσεων Δ/θμιας Εκπ/σης)

Ταχ. Δ/νση: Ανδρέα Παπανδρέου 37
Τ.Κ. – Πόλη: 15180 Μαρούσι
Ιστοσελίδα: www.minedu.gov.gr
Πληροφορίες: Θ. Κανελλοπούλου
Μ. Γόγολα
Τηλέφωνο: 210-3443010
210-3442240

ΚΟΙΝ.:

Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής
info@iep.edu.gr

**ΘΕΜΑ: Οδηγίες για τη διδασκαλία του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής του Ημερήσιου
Γυμνασίου για το σχολικό έτος 2025-2026**

Σχετ.: Το με αρ. πρωτ. εισ. Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. 104793/ΓΔ4/01-09-2025 έγγραφο

Μετά από σχετική εισήγηση του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής (πράξη 47/28-08-2025 του Δ.Σ.), σας αποστέλλουμε τις παρακάτω οδηγίες για τη διδασκαλία του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής του Ημερήσιου Γυμνασίου για το σχολικό έτος 2025-2026.

Βάσει του ωρολογίου προγράμματος (ΦΕΚ Β΄ 3791/13-08-2021, όπως ισχύει), το μάθημα της Φυσικής Αγωγής διδάσκεται δύο (2) ώρες την εβδομάδα στα Ημερήσια Γυμνάσια. Οι κατά προσέγγιση 50 ώρες Φυσικής Αγωγής ετησίως προτείνεται να καλυφθούν ως εξής:

Α΄ Γυμνασίου

- Εισαγωγικά μαθήματα (2 ώρες)
- Ποδοσφαίρο (7 ώρες)
- Πετοσφαίριση (7 ώρες)
- Κλασσικός αθλητισμός (άλματα, δρόμοι, ρίψεις) (7 ώρες)
- Ενόργανη-Ρυθμική Γυμναστική (5 ώρες)
- Παραδοσιακοί χοροί (6 ώρες)
- Καλαθοσφαίριση (7 ώρες)
- Φυσική κατάσταση-Καταγραφή δεικτών ΦΚ (5 ώρες)
- Ενδοσχολικές διοργανώσεις προσαρμοσμένων αθλοπαιδιών (4 ώρες)

Β' Γυμνασίου

- Καλαθοσφαίριση (5 ώρες)
 - Πετοσφαίριση (5 ώρες)
 - Παραδοσιακοί χοροί (6 ώρες)
 - Ποδόσφαιρο (6 ώρες)
 - Κλασσικός αθλητισμός (άλματα, δρόμοι, ρίψεις)-Φυσική κατάσταση (10 ώρες)
 - Χειροσφαίριση (5 ώρες)
 - Ενόργανη Γυμναστική (5 ώρες)
 - Ενδοσχολικές διοργανώσεις προσαρμοσμένων αθλοπαιδιών (4 ώρες)
 - Σχέδιο εργασίας*: Γνωριμία με μη διαδεδομένα αθλήματα, παραολυμπιακά αγωνίσματα, αθλήματα υγρού στίβου (έως 4 ώρες)
- *Ενδεικτικά θέματα

Γ' Γυμνασίου

- Πετοσφαίριση (6 ώρες)
 - Κλασσικός αθλητισμός (άλματα, δρόμοι, ρίψεις) – Φυσική κατάσταση -Καταγραφή δεικτών ΦΚ (10 ώρες)
 - Παραδοσιακοί χοροί (5 ώρες)
 - Χειροσφαίριση (6 ώρες)
 - Ποδόσφαιρο (5 ώρες)
 - Γυμναστική (4 ώρες)
 - Καλαθοσφαίριση (6 ώρες)
 - Σχέδιο εργασίας*: Γνωριμία με μη διαδεδομένα αθλήματα, παραολυμπιακά αγωνίσματα, αθλήματα υγρού στίβου (έως 4 ώρες)
 - Ενδοσχολικές διοργανώσεις προσαρμοσμένων αθλοπαιδιών (4 ώρες)
- *Ενδεικτικά θέματα

Στο πλαίσιο του διδακτικού σχεδιασμού οι εκπαιδευτικοί, προκειμένου να αξιοποιήσουν τις προτεινόμενες **ιστοσελίδες** από το διδακτικό υλικό, να προβαίνουν σε επανέλεγχο της εγκυρότητάς τους, διότι ενδέχεται λόγω του δυναμικού τους χαρακτήρα ορισμένες από αυτές να είναι ανενεργές ή να οδηγούν σε διαφορετικό περιεχόμενο.

Αξιοποίηση των διαδραστικών συστημάτων μάθησης στη διδασκαλία του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής

Στις σχολικές μονάδες που είναι εξοπλισμένες με διαδραστικές οθόνες αφής ο/η εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής είναι δυνατόν να τις αξιοποιήσει ως εξής:

- Με την προβολή βίντεο στα οποία εμπεριέχονται τεχνικές εκτέλεσης ασκήσεων και αθλημάτων του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής, προσφέροντας με τον τρόπο αυτόν οπτική ανατροφοδότηση στους μαθητές.
- Με την παρακολούθηση της προόδου της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

- Με το σχεδιασμό, παρουσίαση και εκτέλεση ομαδικών δραστηριοτήτων και παιχνιδιών μέσω του διαδραστικού πίνακα.
- Με το συνδυασμό θεωρίας και πρακτικής άσκησης.
- Με την πραγματοποίηση προσομοιώσεων για την εξάσκηση σε διάφορα αθλήματα και την κατανόηση των κανόνων και της τακτικής τους.

Οι διδάσκοντες/ουσες να ενημερωθούν ενυπόγραφα.

**ΜΕ ΕΝΤΟΛΗ ΥΠΟΥΡΓΟΥ
Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ Π/ΘΜΙΑΣ,
Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ
ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ**

ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΟΜΑΡΚΑΚΗΣ

Εσωτ. Διανομή

- Γραφείο Υπουργού
- Γραφείο Γενικού Γραμματέα ΠΕ, ΔΕ & Ειδικής Αγωγής
- Γεν. Δ/νση Σπ. Π/θμιας & Δ/θμιας Εκπ/σης
- Δ/νση Σπουδών, Προγρ/των & Οργάνωσης Δ.Ε., Τμ. Α΄
- Δ/νση Παιδείας, Ομογ., Διαπ. Εκπ/σης, Ευρ. και Μειον. Σχολείων
- Διεύθυνση Θρησκευτικής Εκπ/σης & Διαθρ. Σχέσεων
- Δ/νση Ειδικής Αγωγής και Εκπ/σης
- Αυτ. Διεύθυνση Ιδιωτικής Εκπ/σης
- Αυτ. Τμήμα Πρότυπων και Πειραματικών Σχολείων
- Ψηφιακό Φροντιστήριο - Εκπαιδευτικοί