



ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΥΤΙΚΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ-ΚΟΛΛΕΓΙΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

Επιλογή Αντιπροσωπευτικής Ομάδας Στίβου

- Με την έναρξη της νέας σχολικής περιόδου, οι μαθητές και οι μαθήτριες που έχουν επιλεγεί, ενημερώνονται για τη συμμετοχή τους στην ομάδα στίβου και καλούνται να επιβεβαιώσουν την αποδοχή της κλήσης τους εγγράφως, στη γραμματεία του Τμήματος Φυσικής Αγωγής.
- Η επιλογή των μαθητών και μαθητριών για την αντιπροσωπευτική ομάδα στίβου, γίνεται με τα εξής κριτήρια:

Λαμβάνονται υπόψη συγκεκριμένες επιδόσεις (όρια), που ορίζονται ανά αγώνισμα από τους προπονητές στίβου και παρατίθενται στους πίνακες που ακολουθούν. Τα συγκεκριμένα όρια θα πρέπει να έχουν επιτευχθεί κατά τη διάρκεια των αγώνων στίβου του σχολείου, των Α.Σ.Ι.Σ. ή των Νομαρχιακών αγώνων, της τελευταίας σχολικής χρονιάς.

Όρια για τη συμμετοχή στην Αντιπροσωπευτική Ομάδα Στίβου Δημοτικών Σχολείων

Αγώνισμα	Μαθήτριες	Μαθητές	Μαθήτριες	Μαθητές
	4 ^{ης}	4 ^{ης}	5 ^{ης}	5 ^{ης}
50μ.	8''20	7''90		
60μ.	9''60	9''20	9''10	8''70
80μ.			12''10	11''70
150μ.	25''00	24''00	23''80	22''80
300μ.	57''00	55''00	54''00	
600μ.	2'18''00	2'08''00	2'08''00	2'00''00
1000μ.				3'45''00
Άλμα σε μήκος	3,20μ.	3,50μ.	3,60μ.	3,90μ.
Άλμα σε ύψος	1,00μ.	1,05μ.	1,10μ.	1,20μ.
Ρίψη 1 kg			9,50μ.	13,00μ.
Ρίψη Vortex	19,00μ	28,00μ	24,00μ	31,00μ

Μαθητές και μαθήτριες που δεν πέτυχαν τα όρια στους εσωτερικούς αγώνες για οποιοδήποτε λόγο, καθώς και **νέοι** μαθητές και μαθήτριες, έχουν δικαίωμα στην αρχή της νέας σχολικής χρονιάς, σε ημερομηνίες που καθορίζει το σχολείο, να δοκιμάσουν σε αγώνισμα της επιλογής τους, ώστε αν πετύχουν **τα όρια της τάξης που αποφοίτησαν**, να μετέχουν στην αντιπροσωπευτική ομάδα.

**Διαδικασία επιλογής μαθητών/μαθητριών
για τη συμμετοχή στους αγώνες Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος
στα πλαίσια των Α.Σ.Ι.Σ.**

- Μετά τους εσωτερικούς αγώνες Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος που γίνονται ανά σχολείο και τάξη, οι 10 πρώτοι μαθητές και οι 10 πρώτες μαθήτριες, καθώς και οι απόντες που δεν συμμετείχαν για οποιονδήποτε λόγο στους συγκεκριμένους αγώνες, λαμβάνουν μέρος σε έναν τελικό αγώνα.

Οι 6 πρώτοι μαθητές και οι 6 πρώτες μαθήτριες που θα προκύψουν από αυτόν τον αγώνα, καλούνται να εκπροσωπήσουν το Ε.Ε.Ι. στους αγώνες Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος στα πλαίσια των Α.Σ.Ι.Σ. **(οποιαδήποτε αλλαγή στην προκήρυξη των αγώνων των Α.Σ.Ι.Σ. σε σχέση με τον αριθμό συμμετοχών, θα επιφέρει αλλαγές και στον αριθμό των προκριθέντων).**

Οι μαθητές και μαθήτριες που προκρίθηκαν από την παραπάνω διαδικασία για να συμμετάσχουν στον τελικό αγώνα Δρόμου σε Ανώμαλο Έδαφος στα πλαίσια των Α.Σ.Ι.Σ., οφείλουν μέχρι τη διεξαγωγή των αγώνων να συμμετέχουν στις προπονήσεις της αντιπροσωπευτικής ομάδας στίβου (ανωμάλου δρόμου) τουλάχιστον 1 φορά την εβδομάδα.

**Διαδικασία επιλογής μαθητών/μαθητριών
για τη συμμετοχή της ομάδας στίβου στο πρωτάθλημα Α.Σ.Ι.Σ.**

Α. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν μόνο όσοι μετέχουν στην αντιπροσωπευτική ομάδα στίβου.

Β. Η επιλογή γίνεται βάσει των επιδόσεών τους στους εσωτερικούς αγώνες τάξεων. Σε περίπτωση ίσων επιδόσεων ακολουθεί πρόκριση. Όσοι δεν συμμετείχαν για οποιονδήποτε λόγο στους αγώνες τάξεων, δεν έχουν δικαίωμα συμμετοχής στους αγώνες των Α.Σ.Ι.Σ.

Γ. Σε περίπτωση που στην προκήρυξη των Α.Σ.Ι.Σ. στίβου δεν υπάρχει αγώνισμα το οποίο πραγματοποιήθηκε στους αγώνες στίβου τάξεων του Σχολείου, τότε οι δύο πρώτοι αθλητές ή αθλήτριες αυτού του αγωνίσματος, καλούνται σε αγώνα πρόκρισης **ενός αγωνίσματος της δικής τους επιλογής, με τους αντίστοιχους δύο πρώτους ή πρώτες του αγωνίσματος αυτού, από τους αγώνες στίβου τάξεων.**

Δ. Όσοι μαθητές και μαθήτριες κάνουν διασυλλογικό αθλητισμό εκτός σχολείου, για να μπορούν να λάβουν μέρος στους αγώνες των Α.Σ.Ι.Σ., θα πρέπει να συμμετέχουν:

1. Στην Αντιπροσωπευτική Ομάδα Στίβου τουλάχιστον σε μία προπόνηση ανά μήνα.
2. Στις δοκιμαστικές μετρήσεις (trials) του σχολείου, όταν τους ζητηθεί.

Ε. Μαθητές και μαθήτριες που θα πετύχουν καλύτερη επίδοση σε κάποιο αγώνισμα στους εσωτερικούς αγώνες τάξεων και δε συμμετείχαν στην Αντιπροσωπευτική Ομάδα Στίβου κατά τη διάρκεια της τρέχουσας σχολικής χρονιάς, **δε θα μετέχουν στο πρωτάθλημα Α.Σ.Ι.Σ. της τρέχουσας σχολικής χρονιάς.**

Επιλογή Αντιπροσωπευτικής Ομάδας Κολύμβησης

- Με την έναρξη της νέας σχολικής περιόδου οι μαθητές και οι μαθήτριες που έχουν επιλεγεί, ενημερώνονται για τη συμμετοχή τους στην ομάδα κολύμβησης (επιλέγονται οι δύο πρώτοι χρόνοι σε όλα τα αγωνίσματα ελεύθερο, πρόσθιο, ύπτιο και πεταλούδα στα 25μ. και αντίστοιχα στα 50μ. από κάθε σχολείο, Κολλέγιο Αθηνών – Κολλέγιο Ψυχικού) και καλούνται να επιβεβαιώσουν την αποδοχή της κλήσης τους, εγγράφως στην γραμματεία του τμήματος.
- Μετά την ολοκλήρωση της διαδικασίας, δίνεται η δυνατότητα σε παιδιά που δεν συμμετείχαν στους κολυμβητικούς αγώνες να δοκιμασθούν για την επιλογή και ένταξη τους στην ομάδα.
- Η διαδικασία λαμβάνει χώρα στο κολυμβητικό κέντρο «Αθηνούλα Μαρτίνου» σε προκαθορισμένη ημέρα και ώρα, παρουσία επιτροπής καθηγητών φυσικής αγωγής με ειδικότητα στη κολύμβηση.
- Οι προπονητές των αντιπροσωπευτικών ομάδων αξιολογούν τους υποψήφιους στην ταχύτητα, την αντοχή καθώς και την τεχνική τους κατάρτιση, στοιχεία απαραίτητα για τη συμμετοχή τους στην ομάδα.

Διαδικασίες επιλογής μαθητών/μαθητριών για τη συμμετοχή της ομάδας κολύμβησης στο πρωτάθλημα Α.Σ.Ι.Σ.

- Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι μετέχουν στην αντιπροσωπευτική ομάδα κολύμβησης.
- Η επιλογή γίνεται βάσει των επιδόσεών τους στους εσωτερικούς αγώνες τάξεων 5^{ης} – 6^{ης} Δημοτικού και των δύο σχολείων και σε περίπτωση ίδιων επιδόσεων, ακολουθεί πρόκριση.
- Όσοι μαθητές/μαθήτριες κάνουν διασυλλογικό αθλητισμό εκτός σχολείου, για να μπορούν να λάβουν μέρος στο Α.Σ.Ι.Σ., θα πρέπει να συμμετέχουν:
 - στην αντιπροσωπευτική ομάδα κολύμβησης τουλάχιστον με μία προπόνηση ανά μήνα
 - στις χρονομετρήσεις του σχολείου όταν τους ζητηθεί
- Για τον καταρτισμό των ομάδων σκυταλοδρομίας για τις Α.Σ.Ι.Σ. πραγματοποιείται σε συγκεκριμένη ημερομηνία πρόκριση, μόνο στα αγωνίσματα του ελεύθερου, υπτίου και προσθίου.

Επιλογή Αντιπροσωπευτικών Ομάδων Καλαθοσφαίρισης

- Με την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς οι μαθητές ενημερώνονται για την επιλογή της αντιπροσωπευτικής ομάδας μπάσκετ μαθητών και μαθητριών, δηλώνουν ενδιαφέρον και προσέρχονται στην επιλογή που γίνεται σε προγραμματισμένες ημερομηνίες και ώρες.
- Τα κριτήρια για την επιλογή των μαθητριών και μαθητών στο Μπάσκετ είναι:
 - Ντρίμπλα με δεξί χέρι
 - Σταυρωτή ντρίμπλα

- Σούτ
- Δεξί και αριστερό μπάσιμο
- Jump stop
- Pivot
- Γνώση των βασικών κανονισμών του Μπάσκετ

Κριτήρια συμπεριφοράς μαθητών-αθλητών για την επιλογή τους:

- Συνέπεια στο μάθημα της φυσικής αγωγής
- Συμμετοχή και ενδιαφέρον κατά την διάρκεια του μαθήματος
- Πνεύμα συνεργασίας και φίλαθλο πνεύμα
- Συνεργασία με τον εκπαιδευτικό και αντίληψη των οδηγιών

Επίσης για την επιλογή μαθητών-αθλητών για την κάθε χρονιά παίζει σημαντικό ρόλο και η σωματική διάπλαση καθώς και οι ανάγκες της ομάδας.

- Ψηλός
- Γρήγορος χειριστής της μπάλας
- Αριστερόχειρας
- Περιφερειακός παίκτης
- Σουτέρ

Επιλογή Αντιπροσωπευτικών Ομάδων Πετοσφαίρισης

- Με την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς οι μαθητές ενημερώνονται για την επιλογή της αντιπροσωπευτικής ομάδας Βόλει μαθητών και μαθητριών, δηλώνουν ενδιαφέρον και προσέρχονται στην επιλογή που γίνεται σε προγραμματισμένες ημερομηνίες και ώρες.
- Τα στοιχεία που πρέπει να πληρούν, εστιάζονται σε 3 άξονες:
 - Τεχνικές Δεξιότητες
 - Συμπεριφορά
 - Σωματομετρικά χαρακτηριστικά -Εργομετρικές δοκιμασίες

Τεχνικές δεξιότητες :

- 1) Ικανότητα εκτέλεσης, μεταβίβαση πάσας με δάχτυλα προς συμπαίκτη.
- 2) ικανότητα εκτέλεσης, μεταβίβαση πάσας μανσέτας προς συμπαίκτη.
- 3) ικανότητα ανταλλαγής πασών σε σχηματισμό τριγώνου (τρεις μεταβιβάσεις υποχρεωτικά για να περνάει η μπάλα το φιλέ).
- 4) σερβίς (όσοι κάνουν σερβίς τένις το επιδεικνύουν).

Τα παραπάνω αξιολογούνται με συγκεκριμένο «ασκησιολόγιο» που μετέχουν οι μαθητές ανάλογα με την ηλικία τους.

Συμπεριφορά :

- 1) Προσέλευση στο μάθημα της φυσικής αγωγής
- 2) Συμμετοχή κατά τη διάρκεια του μαθήματος

- 3) Συνεργασία μαθητών-μαθητριών. (Μέσα στα αθλητικά της τάξης διακρίνεται το πνεύμα συνεργασίας του μαθητή)
- 4) Συνεργασία με τον εκπαιδευτικό

Σωματομετρικά χαρακτηριστικά - Εργομετρικές δοκιμασίες.

- 1) Ύψος, Βάρος
- 2) Άλμα χωρίς φόρα
- 3) Ταχύτητα 30μ.

Επιλογή Αντιπροσωπευτικών Ομάδων Ποδοσφαίρου

- Με την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς οι μαθητές ενημερώνονται για την επιλογή της αντιπροσωπευτικής ομάδας Ποδοσφαίρου μαθητών, δηλώνουν ενδιαφέρον και προσέρχονται στην επιλογή που γίνεται σε προγραμματισμένες ημερομηνίες και ώρες.
- Ανακοίνωση για την ημέρα και ώρα επιλογής στους μαθητές από το Τμήμα φυσικής αγωγής.
- Συγκέντρωση των μαθητών στο χώρο του ποδοσφαίρου.
- Ενημέρωση για τον σκοπό της επιλογής και τις υποχρεώσεις των μαθητών.
- Ενημέρωση για την ημέρα και ώρα προπονήσεων, καθώς επίσης και το ετήσιο πρόγραμμα των αγωνιστικών υποχρεώσεων.

Κριτήρια Επιλογής Μαθητών

- Αντίληψη (παιχνιδιού – χώρου – κατευθύνσεις), αυτοσχεδιασμός, συνεργασία
- Προσωπικότητα: ηγετική ικανότητα, αυτοπεποίθηση κλπ
- Τεχνικές δεξιότητες -Τεχνική κατάρτιση (κατεύθυνση μπάλας - αλλαγή πορείας – ντρίμπλας – σουτ)
- Ταχύτητα (αντίδρασης, εκτέλεσης κίνησης, κλπ), δύναμη – αλτικότητα – αντοχή
- Συμπεριφορά (αθλητικό ήθος, συνεργασία κλπ)
- Γνώση Κανονισμών
- Συμμετοχή και εμπειρίες σε αγωνιστικό επίπεδο (αθλητής σε σύλλογο - συμμετοχή σε πρωταθλήματα εκτός σχολείου - Διασυλλογικά τουρνουά ή επίσημα Ε.Π.Ο.)
- Συμπεριφορά - Πειθαρχία - Χαρακτήρας – Ομαδικό πνεύμα

Τρόπος Επιλογής μαθητών

- Ατομικές ασκήσεις με μπάλα
- Ασκήσεις σε ζευγάρια (Πάσα, Κοντρόλ - Πάσα)
- Διπλό 7x7 και 5x5 για τα Δημοτικά, 11x11 για τα Γυμνάσια και Λύκεια (διεξαγωγή μικρού τουρνουά και αξιολόγηση δεξιοτήτων και συμπεριφοράς).

Επιλογή Αντιπροσωπευτικών Ομάδων Χειροσφαίρισης (Δημοτικών Σχολείων)

- Με την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς οι μαθητές ενημερώνονται για την επιλογή της αντιπροσωπευτικής ομάδας Χειροσφαίρισης μαθητών, δηλώνουν ενδιαφέρον και προσέρχονται στην επιλογή που γίνεται σε προγραμματισμένες ημερομηνίες και ώρες.
- Τα στοιχεία που πρέπει να πληρούν, εστιάζονται σε 2 άξονες:
 - Τεχνικές Δεξιότητες
 - Συμπεριφορά

Τεχνικές δεξιότητες :

- 1) Ικανότητα υποδοχής της μπάλας από διαφορετικές κατευθύνσεις
- 2) Ικανότητα εκτέλεσης, μεταβίβασης πάσας προς συμπαίκτη, ριπτική ικανότητα
- 3) Ευκινησία κάτω άκρων – Μετακινήσεις στο χώρο

Συμπεριφορά :

- 1) Αθλητικό ήθος και τήρηση των κανόνων παιχνιδιού.
- 2) Ομαδικότητα - Συνεργασία με συμπαίκτες, συνεργασία με εκπαιδευτικό-προπονητή.

Τα παραπάνω ελέγχονται και αξιολογούνται μέσα από συγκεκριμένο «ασκησιολόγιο» που μετέχουν οι μαθητές, συνολικής διάρκειας 30 λεπτών.

Επιλογή Αντιπροσωπευτικών Ομάδων Αντισφαίρισης

- Με την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς οι μαθητές και οι μαθήτριες της 5ης και 6ης τάξης, και από τα δύο Δημοτικά Σχολεία του Κολλεγίου Αθηνών και Κολλεγίου Ψυχικού, ενημερώνονται για την επιλογή της αντιπροσωπευτικής ομάδας Αντισφαίρισης μαθητών και μαθητριών, δηλώνουν ενδιαφέρον και προσέρχονται στην επιλογή που γίνεται σε προγραμματισμένες ημερομηνίες και ώρες.
- Καλούνται να παίξουν ένα rally (κράτημα της μπάλας), για να διαπιστωθεί ότι γνωρίζουν καλά τα δύο βασικά χτυπήματα ντράιβ (drive) και ρεβέρ (rever).
- Καλούνται επίσης να εκτελέσουν μερικά σερβίς (service) για να αξιολογηθούν και σε αυτό το βασικό χτύπημα.
- Θα πρέπει ακόμη να γνωρίζουν τους βασικούς κανονισμούς του αθλήματος (μέτρηση πόντων, αλλαγή γηπέδου).
- Ο αριθμός των παιδιών που απαιτείται για την ομάδα δεν μπορεί να είναι πολύ μεγάλος, λόγω των εγκαταστάσεων και της ιδιαιτερότητας του αθλήματος.

- Μαθητές / μαθήτριες της 5ης Δημοτικού που θα καταλάβουν την 1^η και 2^η θέση στο Τουρνουά Τένις του Ε.Ε.Ι., θα κληθούν κατ' εξαίρεση στην αντιπροσωπευτική ομάδα.

**Διαδικασίες επιλογής μαθητών/μαθητριών
για τη συμμετοχή της ομάδας Αντισφαίρισης στο πρωτάθλημα Α.Σ.Ι.Σ.**

- Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όσοι μετέχουν στην αντιπροσωπευτική ομάδα.
- Η επιλογή γίνεται με αγώνες την ώρα της προπόνησης της αντιπροσωπευτικής ομάδας. Συμμετέχουν όλοι οι μαθητές/μαθήτριες της ομάδας.
- Όσοι μαθητές/μαθήτριες κάνουν διασυλλογικό αθλητισμό, εκτός σχολείου για να μπορούν να λάβουν μέρος στις Α.Σ.Ι.Σ. θα πρέπει να συμμετέχουν στην ομάδα τένις, τουλάχιστον με μία προπόνηση ανά μήνα και να έχουν ολοκληρώσει τους αγώνες πρόκρισης.