



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ  
Α/ΘΜΙΑΣ & Β/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
ΚΡΗΤΗΣ

ΓΡΑΦΕΙΟ ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΩΝ

-----

ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ: Α. ΚΑΤΣΑΓΚΟΛΗΣ

Ταχ. Δ/ση: Ρολέν 4, ΤΚ:71305, Ηράκλειο

Τηλ. γραμματείας: 2810342206 & 2810246860

Fax: 2810222076

e-mail: [grss@dide.ira.sch.gr](mailto:grss@dide.ira.sch.gr)

Α. Κατσαγκόλης

κινητό: 6977232766

e-mail: [akatsag@otenet.gr](mailto:akatsag@otenet.gr)

website: <http://users.sch.gr/akatsag>

Ηράκλειο, 12/2/2017

Αρ. Πρωτ.: 182

ΠΡΟΣ:

1. Δ/νσεις Α'/θμιας & Β/θμιας Εκπ/σης Ν. Ηρακλείου.
2. Δ/ντές σχολικών μονάδων Α'/θμιας & Β'/θμιας Εκπ/σης Ν. Ηρακλείου, αρμοδιότητας Σχολικού Συμβούλου ΠΕ11 Α. Κατσαγκόλη (**δια των Δ/νσεων**).
3. Εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής σχολικών μονάδων Α'/θμιας & Β'/θμιας Ν. Ηρακλείου, αρμοδιότητας Σχολικού Συμβούλου ΠΕ11 Α. Κατσαγκόλη (**δια των Διευθυντών των Σχολείων τους**).

ΚΟΙΝ:

1. Περιφερειακό Δ/ντή Α'/θμιας & Β'/θμιας Εκπ/σης Κρήτης.
2. Προϊσταμένους Επιστημονικής και Παιδαγωγικής Καθοδήγησης Α'/θμιας & Β'/θμιας Εκπ/σης Κρήτης.
1. Ομάδα Φυσικής Αγωγής Δ/σης Β/θμιας Εκπ/σης Ν. Ηρακλείου.

**ΘΕΜΑ: «Πρόσκληση Εκπ/κών Φυσικής Αγωγής Α/θμιας Β/θμιας Εκπ/σης Ν. Ηρακλείου σε επιμορφωτικό σεμινάριο»**

Στο πλαίσιο των παιδαγωγικών δράσεων, καλούνται οι εκπ/κοί Φυσικής Αγωγής που υπηρετούν σε σχολικές μονάδες Α/θμιας & Β/θμιας εκπ/σης Ν. Ηρακλείου, αρμοδιότητάς μου, όπως συμμετέχουν σε τρίωρο σεμινάριο με θέμα: **«Η διαχείριση του άγχους των εκπ/κών»** την Τρίτη 21/2/2017 και ώρα 12:00 έως 14:00 στο 7<sup>ο</sup> ΓΕΛ Ηρακλείου, Γ. Μαραντή – Γυόφυρος.

Σκοπός της παιδαγωγικής δράσης είναι η ενημέρωση των εκπ/κών σε θέματα άγχους, η ευαισθητοποίηση τους στην παρατήρηση των αγχογόνων σκέψεων και των επιπτώσεων, η διευκόλυνση τους στην αντιμετώπιση ψυχοπιεστικών καταστάσεων, όπως το άγχος σε σχέση με: α) την αποτελεσματικότητά-αποδοτικότητά τους ως

εκπ/κοί, β) το εργασιακό τους περιβάλλον (σχέσεις προϊσταμένων, συναδέλφων, μαθητών, γονέων κλπ), και γ) της επαγγελματικής τους εξέλιξης.

Μέσω της ανταλλαγής σκέψεων, πληροφοριών, ερεθισμάτων και ιδεών η συγκεκριμένη δράση εστιάζει στην ψυχολογική υποστήριξη των εκπ/κών όπως και στο να κατανοήσουν το τι είναι το άγχος; Πότε μας βοηθάει και πότε μας κάνει δυσλειτουργικούς; Πώς ερμηνεύεται η αίσθηση απώλειας ελέγχου σε καταστάσεις έντονου στρες; Ποιες είναι οι συνέπειες και πως μπορούμε να ελέγξουμε αυτό που νιώθουμε;

Για την αρτιότερη οργάνωση του σεμιναρίου, οι δηλώσεις συμμετοχής υποβάλλονται ηλεκτρονικά στη σελίδα του Σχολικού Συμβούλου Α. Κατσαγκόλη: [http://users.sch.gr/akatsag/#!lessons\\_page\\_2016\\_2017](http://users.sch.gr/akatsag/#!lessons_page_2016_2017) (Σεμινάρια 2016-2017 → Τίτλος Σεμιναρίου → Δήλωση Συμμετοχής), μέχρι και τη Δευτέρα 20/2/2017 και ώρα 18:00.

Παρακαλούνται οι Διευθυντές/ντριες των σχολικών μονάδων να ενημερώσουν ενυπόγραφα τους εκπαιδευτικούς Φυσικής Αγωγής του σχολείου τους όπως και να διευκολύνουν τη συμμετοχή τους στην επιμορφωτική συνάντηση.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά την MSc Ψυχολόγο κα. Βασιλική Καρκανιά για την πρόθυμη και ανιδιοτελή συμβολή της στην όλη κάλυψη της παιδαγωγικής δράσης, όπως και τη Δ/ση και το Σύλλογο Διδασκόντων του 7<sup>ου</sup> ΓΕ.Λ. Ηρακλείου για τη συνεργασία και τη φιλοξενία του επιμορφωτικού σεμιναρίου στις εγκαταστάσεις τους.

**Ο Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής**

**Αθανάσιος Κατσαγκόλης Ph.D, MSc.**

**Επισυνάπτονται :**

- Πίνακας Αποδεκτών Σχολικών Μονάδων  
Α'/θμιας & Β'/θμιας Εκπ/σης Ν. Ηρακλείου  
αρμοδιότητάς μου

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ:****Σχολικές Μονάδες Π.Ε. και Δ.Ε. Ν. Ηρακλείου αρμοδιότητας Σχολικού Συμβούλου  
ΠΕ11 Α. Κατσαγκόλη:**

ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ		ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	
ΟΝΟΜΑ ΣΧ. ΜΟΝΑΔΑΣ		ΟΝΟΜΑ ΣΧ. ΜΟΝΑΔΑΣ	
31 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	1 <sup>ο</sup> ΑΡΧΑΝΩΝ	6ο ΓΕΛ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΑΡΚΑΛΟΧΩΡΙΟΥ
32 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	2 <sup>ο</sup> ΑΡΧΑΝΩΝ	7ο ΓΕΛ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΑΡΧΑΝΩΝ
33 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΠΥΡΓΟΥ	8ο ΓΕΛ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΒΙΑΝΝΟΥ
34 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΑΧΕΝΤΡΙΑ	10ο ΓΕΛ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΓΟΥΒΩΝ
35 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΤΕΦΕΛΙΟΥ	11ο ΓΕΛ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΕΠΙΣΚΟΠΗΣ
36 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΜΕΣΟΧΩΡΙΟΥ	13ο ΓΕΛ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΘΡΑΨΑΝΟΥ
37 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΧΑΡΑΚΑ	ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΟ ΣΧΟΛ. (ΛΥΚ. ΤΑΞΕΙΣ)	ΓΥΜΝ. ΚΑΣΤΕΛΛΙΟΥ
38 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΑΓΙΩΝ ΠΑΡΑΣΚΙΩΝ	ΜΟΥΣΙΚΟ ΣΧΟΛ (ΛΥΚΕΙΑΚΕΣ ΤΑΞΕΙΣ)	ΓΥΜΝ. Λ. ΧΕΡΣΟΝΗΣΟΥ
39 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΚΟΥΝΑΒΩΝ	ΓΕΛ ΑΡΚΑΛΟΧΩΡΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΜΑΛΙΩΝ
40 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΜΕΤΑΞΟΧΩΡΙΟΥ	ΓΕΛ ΑΡΧΑΝΩΝ	
41 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΧΟΥΔΕΤΣΙΟΥ	ΓΕΛ ΒΙΑΝΝΟΥ	
42 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΜΥΡΤΙΑΣ	ΓΕΛ ΓΟΥΒΩΝ	
43 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	1 <sup>ο</sup> ΛΙΜΗΝ ΧΕΡ/ΣΟΥ	ΓΕΛ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣ	
44 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	2 <sup>ο</sup> ΛΙΜΗΝ ΧΕΡ/ΣΟΥ	ΓΕΛ ΚΑΣΤΕΛΙΟΥ	
45 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΧΕΡΣΟΝΗΣΟΥ	ΓΕΛ Λ. ΧΕΡΣΟΝΗΣΟΥ	
46 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΑΝΑΛΗΨΗΣ ΧΕΡ/ΣΟΥ	ΓΕΛ ΜΑΛΙΩΝ	
47 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΟΥΒΩΝ	ΓΕΛ ΜΕΛΕΣΩΝ	
48 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΟΥΡΝΩΝ	ΓΕΛ ΜΟΧΟΥ	
49 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΕΛΙΑΣ	ΓΕΛ ΧΑΡΑΚΑ	
50 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΚΟΚΚΙΝΗ ΧΑΝΙ	1ο ΕΠΑΛ ΑΡΚΑΛΟΧΩΡΙΟΥ	
51 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΕΠΙΣΚΟΠΗΣ	ΕΠΑ.Σ. ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΩΝ	
52 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΣΓΟΥΡΟΚΕΦΑΛΙΟΥ	1ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	
53 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	1 <sup>ο</sup> ΜΑΛΙΩΝ	2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	
54 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	2 <sup>ο</sup> ΜΑΛΙΩΝ	3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	
55 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΜΟΧΟΥ	4ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	
56 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	1 <sup>ο</sup> ΑΡΚΑΛΟΧΩΡΙΟΥ	5ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	
57 <sup>ο</sup> ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	2 <sup>ο</sup> ΑΡΚΑΛΟΧΩΡΙΟΥ	6ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	
ΆΝΩ ΒΙΑΝΝΟΥ	ΑΜΟΥΡΓΕΛΩΝ	7ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ	
ΑΜΙΡΩΝ	ΚΑΤΩ ΚΑΣΤΕΛΛΙΑΝΩΝ	ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΟ ΓΥΜΝ.	
ΆΡΒΗΣ	ΔΕΜΑΤΙΟΥ	ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΥΡΓΟΥ	
ΕΜΠΑΡΟΥ	ΣΚΙΝΙΑ	ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΤΕΦΕΛΙΟΥ	
ΨΑΡΗΣ ΦΟΡΑΔΑΣ	ΠΑΝΑΓΙΑΣ	ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΧΑΡΑΚΑ	
ΘΡΑΨΑΝΟΥ	ΕΙΔΙΚΟ ΑΡΚΑΛΟΧΩΡΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΜΕΛΕΣΩΝ	
ΚΑΣΤΕΛΙΟΥ	1 <sup>ο</sup> ΕΙΔΙΚΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ	ΓΥΜΝ. ΜΟΧΟΥ	

