



**ΑΓΩΓΗ
ΥΓΕΙΑΣ**

1. Εισαγωγή

Το σχολείο έχει ουσιαστικό ρόλο στην υγεία των μαθητών/τριών. Η συστηματική εφαρμογή προγραμμάτων αγωγής υγείας στη σχολική μονάδα συμβάλλει στην αντιμετώπιση αριθμού κοινωνικών προβλημάτων που αφορούν στο κάπνισμα, στο αλκοόλ, στην παραβατικότητα, στα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, στις ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, στην οδική ασφάλεια, στον ρατσισμό καθώς και στην κοινωνική ανισότητα. Συμβάλλουν επίσης, στην εκπλήρωση των εκπαιδευτικών και κοινωνικών στόχων του σχολείου και στη διαμόρφωση πολιτών που γνωρίζουν πώς να διεκδικούν βελτιωμένες συνθήκες ζωής. Η Αγωγή Υγείας υποστηρίζει συμμετοχικές και δημοκρατικές διαδικασίες, προωθεί ενεργητική και βιωματική μάθηση και αναπτύσσει νέες διόδους συνεργασίας σχολείου, οικογένειας και κοινότητας.

Σκοπός του Προγράμματος Σπουδών της Αγωγής Υγείας είναι η προαγωγή της ψυχικής, σωματικής και κοινωνικής ευεξίας των μαθητών/τριών ως εφόδιο ζωής, αφενός με την ανάπτυξη προσωπικών και κοινωνικών ικανοτήτων, αφετέρου με τη συλλογική δράση ως προς την αναβάθμιση του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντός τους.

Το πρώτο μέρος του σκοπού «η προαγωγή της ψυχικής, σωματικής και κοινωνικής ευεξίας των μαθητών/τριών» αναφέρεται στο Περιεχόμενο και στην ανάγκη για προαγωγή της υγείας ολιστικά (σωματική, ψυχική και κοινωνική πτυχή της υγείας), ως εφόδιο ζωής και όχι ως αντικειμενικό σκοπό για τον κάθε πολίτη. Η υγεία στο Πρόγραμμα Σπουδών δεν αντιμετωπίζεται απλά και μόνο ως η έλλειψη κάποιας ασθένειας, αλλά ένα κοινωνικό και προσωπικό εφόδιο για «καλή ζωή».

Το δεύτερο μέρος του σκοπού, αναφέρεται στη Μεθοδολογία της προαγωγής υγείας που αφορά στην ενδυνάμωση του ατόμου (ανάπτυξη προσωπικών και κοινωνικών ικανοτήτων) με την παράλληλη δημιουργία υποστηρικτικού περιβάλλοντος (αναβάθμιση του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντός τους), έτσι ώστε η υγιέστερη επιλογή να είναι και η ευκολότερη. Μέσα από το σύνολο του Προγράμματος Σπουδών οι μαθητές/τριες προβληματίζονται για την αλληλεξάρτηση του ατόμου και της επιδιωκόμενης συμπεριφοράς με το οικονομικό, πολιτισμικό, κοινωνικό και πολιτικό περιβάλλον και εφαρμόζουν πρακτικές δράσης, έτσι ώστε να διεκδικούν καλύτερες συνθήκες υγείας.

2. Δομή Προγράμματος Σπουδών

2.1 Βασικοί άξονες του Αναλυτικού Προγράμματος και Πρόγραμμα Σπουδών της Αγωγής Υγείας

Το Πρόγραμμα Σπουδών της Αγωγής Υγείας είναι οργανωμένο και δομημένο σύμφωνα με τις βασικές αρχές του «Αναλυτικού Προγράμματος για τα Δημόσια Σχολεία της Κυπριακής Δημοκρατίας» και εδράζεται σε τρεις βασικούς άξονες που αφορούν:

α) Ένα συνεκτικό και επαρκές σώμα γνώσεων.

Με τη διδασκαλία του μαθήματος επιδιώκεται οι μαθητές/τριες να αποκτήσουν ένα συνοπτικό και επαρκές σώμα γνώσεων που αφορούν την υγεία του ατόμου και της κοινωνίας και αναλύεται στην κατανόηση:

- γνώσεων σχετικά με το τι είναι ωφέλιμο και τι βλαβερό για την υγεία
- των παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία και τον τρόπο ζωής των ατόμων που αφορούν στο εαυτό, στο άμεσο και ευρύτερο περιβάλλον
- των τρόπων προστασίας του εαυτού μας και των άλλων στην καθημερινή μας ζωή, στο άμεσο και ευρύτερο περιβάλλον
- των στρατηγικών και πολιτικών στο περιβάλλον (φυσικό και ψυχοκινητικό) που συμβάλλουν υποστηρικτικά ή κατασταλτικά στην ανάπτυξη υγιεινών συμπεριφορών.

Το γνωστικό περιεχόμενο ενός προγράμματος/μαθήματος Αγωγής Υγείας δεν επικεντρώνεται μόνο στη μετάδοση γνώσεων σχετικά με βιολογικά δεδομένα ως το ουσιώδες κίνητρο υιοθέτησης από το άτομο μιας υγιεινής συμπεριφοράς, αλλά κυρίως στις θετικές επιδράσεις που έχει στην ποιότητα ζωής ενός νέου. Οι γνώσεις οι οποίες επεξεργάζονται οι μαθητές/τριες θα πρέπει να διαπνέονται από ένα πνεύμα το οποίο δε θα εκφοβίζει, δε θα κινδυνολογεί, δε θα απαγορεύει, ούτε θα απορρίπτει (π.χ. τον παχύσαρκο ή τον καπνιστή). Για το λόγο αυτό θα πρέπει να αποφεύγεται ο διδακτισμός και δογματισμός, αλλά οι μαθητές/τριες να ενθαρρύνονται να ανακαλύπτουν εμπειρικά και γνωσιολογικά στοιχεία που συνθέτουν τον υγιεινό τρόπο ζωής.

Σημαντικές είναι και οι γνώσεις που αφορούν τους καθοριστικούς παράγοντες της υγείας, τις συνθήκες διαβίωσης, τις στρατηγικές που προάγουν ή εμποδίζουν την υγιεινή επιλογή, έτσι ώστε οι μαθητές/τριες ως ενεργοί πολίτες να μπορούν να διεκδικήσουν αλλαγές στο άμεσο και ευρύτερο περιβάλλον τους.

β) Καλλιέργεια αξιών, υιοθέτηση στάσεων και επίδειξη συμπεριφορών, που απαρτίζουν τη σύγχρονη δημοκρατική πολιτότητα.

Με τη διδασκαλία του μαθήματος επιδιώκεται οι μαθητές και οι μαθήτριες να αναπτύξουν στάσεις και συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία των ατόμων και της κοινωνίας και εστιάζεται στις ευκαιρίες για να:

- επιδείξουν θετικές στάσεις και να εφαρμόζουν συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία τους στα πλαίσια των σχολικών τους δραστηριοτήτων
- δρουν συλλογικά και διεκδικητικά στη βελτίωση των προσωπικών τους «επιλογών» αλλά και του άμεσου και ευρύτερου περιβάλλοντος σε σχέση με την υγεία .

Ο δεύτερος άξονας του Προγράμματος Σπουδών της Αγωγής Υγείας στοχεύει να δώσει ευκαιρίες στο μαθητή έτσι ώστε να βιώσει την υγεία ως ένα κοινωνικό και προσωπικό εφόδιο για ποιότητα ζωής και όχι απλά και μόνο ως η έλλειψη κάποιας ασθένειας. Ανάλογα, το Πρόγραμμα Σπουδών δίνει ευκαιρίες στο/στη μαθητή/τρια να βιώνει υγιείς συμπεριφορές σε σχέση με σχολικές δραστηριότητες (π.χ. διάλειμμα, γιορτή, εκδρομή) ως εφόδιο για καλή και ευχάριστη ζωή παρά ως αντικειμενικός σκοπός ζωής για αποφυγή ασθενειών. Επιπλέον, δίνει ευκαιρίες στους μαθητές/τριες να βιώνουν το δικαίωμά τους να εκφράζονται, να ακούονται, να λαμβάνονται σοβαρά υπόψη και να δρουν σε θέματα που αφορούν την υγεία τους, ατομικά και συλλογικά.

γ) Καλλιέργεια ιδιοτήτων, ικανοτήτων, δεξιοτήτων που απαιτούνται από την κοινωνία του 21ου αι.– ικανότητες κλειδιά.

Με τη διδασκαλία του μαθήματος επιδιώκεται οι μαθητές και οι μαθήτριες να αποκτήσουν δεξιότητες που να εστιάζουν στην:

- ενεργό συμμετοχή τους που αφορά στη βελτίωση του άμεσου και ευρύτερου περιβάλλοντός τους σε σχέση με την υγεία
- ικανότητα για δράση των μαθητών/τριών, ώστε να εισαγάγουν και να επιφέρουν θετικές αλλαγές που αφορούν στην υγεία.

Στο σχολικό περιβάλλον, ο όρος «συμμετοχή» χρησιμοποιείται συχνά για να γίνει αναφορά στην εμπλοκή των μαθητών/τριών σε προκαθορισμένες δραστηριότητες, χωρίς να λαμβάνεται υπόψη η πραγματική τους επιρροή πάνω σ' αυτές. Στο χώρο της αγωγής/προαγωγής υγείας, η συμμετοχή αναφέρεται στην ενθάρρυνση, καθοδήγηση και υποστήριξη των μαθητών/τριών από τους εκπαιδευτικούς, ώστε να ασκούν ουσιαστική (σε αντίθεση με τη συμβολική) επιρροή στις συνθήκες ζωής τους στο άμεσο και ευρύτερο περιβάλλον τους, στον τρόπο ζωής τους και κατά συνέπεια στην υγεία τους. Ως ακολούθως το Πρόγραμμα Σπουδών συμβάλλει στην ανάπτυξη της «ικανότητας για δράση» των μαθητών/τριών, δηλαδή της ικανότητας κάποιου να δραστηριοποιείται, να εισάγει και να επιφέρει θετικές αλλαγές που αφορούν στην υγεία. Σε όλες τις θεματικές ενότητες του Αναλυτικού Προγράμματος αναμένεται από τους μαθητές/τριες να διερευνούν και να ανακαλύπτουν με ποιο τρόπο οι συνθήκες ζωής, το περιβάλλον και η κοινωνία στην οποία ζουν επηρεάζουν την υγεία τους και τις επιλογές του τρόπου ζωής τους. Καλούνται να δραστηριοποιηθούν από κοινού με ενήλικες, αρμόδιες υπηρεσίες, σχετιζόμενες οργανωτικές δομές των σχολείων και της κοινότητας, για να αλλάξουν τους παράγοντες που καθορίζουν την υγεία. Μέσα από αυτές τις διαδικασίες οι μαθητές/τριες βελτιώνουν τη συνειδητή αντίληψή τους για τις συνθήκες διαβίωσης και την ικανότητά τους να τις αλλάξουν. Αντιλαμβάνονται την πολυπλοκότητα των θεμάτων υγείας αλλά και των διαδικασιών που συνδέονται με αλλαγές που προτείνουν.

2.2 Θεματικές Ενότητες

Το Πρόγραμμα Σπουδών της Αγωγής Υγείας είναι οργανωμένο σε τέσσερις θεματικές ενότητες, οι οποίες καλύπτουν όλο το φάσμα των γνώσεων, δεξιοτήτων και στάσεων που θα αναπτύξουν οι μαθητές/τριες στο πλαίσιο του μαθήματος. Ο γενικός σκοπός της κάθε ενότητας και οι υποενότητες αναλύονται ως ακολούθως:

Ανάπτυξη και ενδυνάμωση εαυτού

Ο άξονας αυτός στοχεύει στην καλύτερη γνώση του εαυτού ως συστήματος, στην κριτική επεξεργασία των επιλογών τους, ως επίσης και στη διαμόρφωση στάσεων και ανάπτυξη δεξιοτήτων με στόχο την ενδυνάμωση του ατόμου και την καλύτερη ενδοπροσωπική προσαρμογή του.

Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιεινού τρόπου ζωής

Ο άξονας αυτός στοχεύει στο να βοηθήσει το άτομο να διαμορφώσει στάσεις και να αποκτήσει γνώσεις και δεξιότητες, ώστε να κάνει επιλογές και να προβαίνει σε δράσεις που βελτιώνουν την υγεία, προάγουν την ευεξία και προλαβαίνουν τις ασθένειες και τα προβλήματα υγείας. Επίσης, στοχεύει στην ασφάλεια και υγιεινή του ατόμου, της οικογένειας και της κοινότητας και στη συνειδητοποίηση των πολλαπλών παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία του.

Δημιουργία και βελτίωση κοινωνικού εαυτού

Ο άξονας αυτός στοχεύει στη διαμόρφωση θετικών στάσεων, σχέσεων και συμπεριφορών του ατόμου μέσα στην οικογένεια, στο σχολείο και στην κοινότητα, στην ανάπτυξη διαπροσωπικών και κοινωνικών δεξιοτήτων καθώς και στην αποδοχή και σεβασμό της διαφορετικότητας.

Διαμόρφωση ενεργού πολίτη

Ο άξονας αυτός στοχεύει στην ευαισθητοποίηση, την ενεργοποίηση και τη συμμετοχή του ατόμου σε θέματα υγείας που αφορούν στο ίδιο, στην κοινότητα και στην ανθρωπότητα, στη συνειδητοποίηση των δικαιωμάτων και υποχρεώσεών του και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων. Ως αποτέλεσμα αναμένεται να μπορεί να κάνει υγιείς επιλογές ως προς τα διάφορα καταναλωτικά αγαθά και τα επαγγέλματα και τέλος, να αγωνίζεται για μια καλύτερη κοινωνία και να διεκδικεί βελτίωση της ποιότητας ζωής.

Πίνακας 1. Οι τέσσερις θεματικές ενότητες και οι υποενότητες της Αγωγής Υγείας

<p>1. Ανάπτυξη και ενδυνάμωση εαυτού</p> <p>1.1. Ανάπτυξη και εξέλιξη εαυτού</p> <p>1.2. Συναισθηματική εκπαίδευση και αυτοεκτίμηση</p> <p>1.3. Αξίες ζωής</p>	<p>2. Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιεινού τρόπου ζωής</p> <p>2.1. Υγιεινός τρόπος ζωής και συνθήκες ζωής</p> <p>2.2. Φαγητό και υγεία</p> <p>2.3. Φυσική δραστηριότητα και υγεία</p> <p>2.4. Χρήση και κατάχρηση ουσιών</p> <p>2.5. Ασφάλεια</p>
<p>3. Δημιουργία και βελτίωση κοινωνικού εαυτού</p> <p>3.1. Οικογενειακός προγραμματισμός, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία</p> <p>3.2. Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και σχέσεων</p> <p>3.3. Αποδοχή και διαχείριση διαφορετικότητας και διαπολιτισμικότητας</p>	<p>4. Δημιουργία ενεργού πολίτη</p> <p>4.1. Αγωγή του καταναλωτή</p> <p>4.2. Οικονομική και επαγγελματική αγωγή</p> <p>4.3. Δικαιώματα και υποχρεώσεις</p>

Η κάθε υποενότητα αναλύεται σε **Γενικούς Στόχους** (ενότητα 2.3.1) που αφορούν όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης, όπως αναλύονται πιο κάτω. Οι Γενικοί Στόχοι για κάθε θεματική ενότητα αναφέρονται στους τρεις βασικούς άξονες των αναλυτικών προγραμμάτων της Κύπρου (βλέπε ενότητα 2.1) που αφορούν στις απαραίτητες γνώσεις (άξονας Α), στάσεις και συμπεριφορές (άξονας Β) και στην καλλιέργεια δεξιοτήτων (άξονας Γ). Οι Γενικοί Στόχοι αναλύονται σε **Δείκτες Επιτυχίας** ανάλογα με το επίπεδο μάθησης (βλέπε ενότητα 2.3.2). Σημειώνεται ότι οι Δείκτες Επιτυχίας είναι προσαρμοσμένοι στις δυνατότητες της εκπαίδευσης και στην αλλαγή συμπεριφορών και στάσεων που σχετίζονται με την υγεία, δεδομένου της αναγνώρισης των πολλαπλών κοινωνικών, πολιτισμικών, οικονομικών και άλλων παραγόντων που έχουν ουσιαστικό ρόλο στη διαμόρφωση συμπεριφορών. Σημειώνεται επίσης, ότι για το Επίπεδο 5 αναμένεται από τους μαθητές/τριες να σχεδιάζουν μέσα από μελέτη/εργασία ή/και να εφαρμόζουν δράσεις προαγωγής υγείας. Ο δείκτης επιτυχίας συσχετίζεται άμεσα με το περιεχόμενο της εργασίας τους ή με την έμπρακτη εμπλοκή τους σε δράσεις προαγωγής της υγείας.

Επίπεδο 1: Προδημοτική, Α΄ και Β΄ Δημοτικού

Επίπεδο 2: Γ΄ και Δ΄ Δημοτικού

Επίπεδο 3: Ε΄ και Στ΄ Δημοτικού

Επίπεδο 4: Α΄ και Β΄ Γυμνασίου

Επίπεδο 5: Γ΄ Γυμνασίου και Α΄ Λυκείου

2.3 Στόχοι - Δείκτες επιτυχίας

2.3.1 Στόχοι

1. Ανάπτυξη και ενδυνάμωση εαυτού

Οι μαθητές/τριες αναμένεται:

ΑΞΟΝΑΣ Α

1. Να γνωρίσουν τον εαυτό τους και τις πέντε διαστάσεις του (σωματική, νοητική, συναισθηματική, κοινωνική, ηθική).
2. Να κατανοούν την αλληλεπίδραση και αλληλεξάρτηση που υπάρχει ανάμεσα στους πέντε εαυτούς.
3. Να αναγνωρίζουν ότι η ανθρώπινη ανάπτυξη είναι πολυδιάστατη.
4. Να αναγνωρίζουν ανθρώπινα συναισθήματα.
5. Να προσδιορίζουν τα αίτια και τις συνέπειες συναισθημάτων στη ζωή των ανθρώπων.
6. Να γνωρίζουν βασικές αξίες ζωής.
7. Να περιγράφουν τις αλλαγές που συμβαίνουν σε κάθε στάδιο ανάπτυξης του ανθρώπου και να αναστοχάζονται δικές τους εμπειρίες.

ΑΞΟΝΑΣ Β

8. Να επιδεικνύουν συμπεριφορές οι οποίες δείχνουν ότι αποδέχονται και εκτιμούν τον εαυτό τους.
9. Να εφαρμόζουν συμπεριφορές που δείχνουν ότι αποδέχονται τα συναισθήματα των άλλων.
10. Να διερευνούν κοινωνικά στερεότυπα σε σχέση με το ανδρικό και γυναικείο σώμα και τη συμπεριφορά.
11. Να επιδεικνύουν σεβασμό σε πανανθρώπινες αξίες ζωής.
12. Να διερευνούν συνέπειες κοινωνικών ανισοτήτων.

ΑΞΟΝΑΣ Γ

13. Να καλλιεργήσουν δεξιότητες που σχετίζονται με νοητικές ικανότητες, όπως κριτική σκέψη, δημιουργική σκέψη, στοχοθέτηση, λήψη απόφασης και επίλυσης προβλημάτων σε σχέση με θέματα που αφορούν στην υγιή ανάπτυξη.
14. Να εκφράζουν και διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους.
15. Να αναλύουν συστήματα αξιών σε σχέση με συμπεριφορές που αφορούν την ανάπτυξη.
16. Να διαμορφώνουν το δικό τους σύστημα αξιών και να αναλύουν τη συμπεριφορά τους.

2. Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιεινού τρόπου ζωής

Οι μαθητές/τριες αναμένεται:

ΑΞΟΝΑΣ Α

1. Να ορίζουν την έννοια υγεία βασιζόμενοι στις προσωπικές τους εμπειρίες ή και στις εμπειρίες άλλων από το άμεσο περιβάλλον τους, καθώς και σε ερευνητικά δεδομένα που αφορούν στην υγεία.
2. Να επεξεργαστούν γνωσιολογικά υγιεινές και μη υγιεινές συμπεριφορές στην καθημερινή τους ζωή σε σχέση με το φαγητό, τις ουσίες εξάρτησης, τα φάρμακα, τη φυσική δραστηριότητα και την ασφάλεια.
3. Να επεξεργάζονται παράγοντες (οικονομικούς, κοινωνικούς, πολιτισμικούς) που σχετίζονται με την υγεία και τον τρόπο ζωής των ατόμων (φαγητό, φυσική δραστηριότητα, ουσίες εξάρτησης και ασφάλεια).
4. Να αναλύουν κριτικά τη σημασία της τεχνολογίας, της επεξεργασίας και της παραγωγής τροφών σε σχέση με την ποιότητα και ασφάλεια των τροφίμων.

ΑΞΟΝΑΣ Β

5. Να συνδέσουν τον ευχάριστο τρόπο ζωής με υγιεινές επιλογές μέσα από εμπειρίες που τους προσφέρει η σχολική ζωή.
6. Να καλλιεργήσουν θετικές στάσεις που σχετίζονται με το φαγητό, τις ουσίες εξάρτησης, την ασφάλεια και τη φυσική δραστηριότητα, μέσα από τη ζωή του σχολείου.

ΑΞΟΝΑΣ Γ

7. Να εφαρμόζουν υγιεινές συμπεριφορές στο σχολείο και στην κοινότητα.
8. Να αναπτύξουν συλλογικά σχέδιο δράσης προαγωγής της υγείας για το σχολείο, το σπίτι και την κοινότητά τους.
9. Να επιδεικνύουν με εργαστηριακές και βιωματικές δραστηριότητες τη σημασία της προετοιμασίας, διαχείρισης, επεξεργασίας και επιλογής φαγητού σε σχέση με την υγεία.

3. Δημιουργία και βελτίωση κοινωνικού εαυτού

Οι μαθητές/τριες αναμένεται:

ΑΞΟΝΑΣ Α

1. Να αντιληφθούν και να επεξεργάζονται κριτικά τις έννοιες οικογένεια, στερεότυπα, διαπολιτισμική υγεία, πολυπολιτισμικότητα, κοινωνικό φύλο, σεξουαλικότητα, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και δικαιώματα.
2. Να περιγράφουν τη σημασία του ρόλου του οικογενειακού προγραμματισμού καθώς και τις διαφορές μορφές οικογένειας σε σχέση με τον κοινωνικό εαυτό.
3. Να εξηγούν την ύπαρξη ομοιοτήτων και διαφορών του κοινωνικού φύλου ως προς τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία.

ΑΞΟΝΑΣ Β

4. Να αναπτύσσουν θετικές στάσεις σε σχέση με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, λαμβάνοντας υπόψη και το κοινωνικό φύλο.
5. Να αποδέχονται και διαχειρίζονται τη διαφορετικότητα και διαπολιτισμικότητα σε σχέση με το άτομο και την κοινότητα.

ΑΞΟΝΑΣ Γ

6. Να αναλύουν κριτικά τη διαφορετικότητα σε σχέση με το άτομο/μια ομάδα/τη κοινότητα.
7. Να εξασκηθούν με τρόπους επίλυσης συγκρούσεων, αποτελεσματικής επικοινωνίας, σεβασμού των δικαιωμάτων και διατήρησης φιλίας.
8. Να αναπτύσσουν συλλογικά δράσεις στο σχολείο και στην κοινότητά τους σε σχέση με ενίσχυση θετικών διαπροσωπικών σχέσεων, τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, την αποδοχή της διαφορετικότητας, τη μείωση και αντιμετώπιση της βίας στην οικογένεια.
9. Να αναπτύσσουν, διαμορφώνουν και εφαρμόζουν κοινωνικές δεξιότητες σε σχέση με την οικογένεια, το σχολείο και την κοινότητα (επίλυση συγκρούσεων, αποτελεσματική επικοινωνία, φιλία, σεβασμός ανθρωπίνων δικαιωμάτων).

4. Διαμόρφωση ενεργού πολίτη

Οι μαθητές/τριες αναμένεται:

ΑΞΟΝΑΣ Α

1. Να γνωρίζουν τα δικαιώματά τους ως καταναλωτές/τριες.
2. Να ταξινομούν διάφορα επαγγέλματα σε σχέση με τα ενδιαφέροντα, κλίσεις και προσόντα ενός ατόμου.
3. Να γνωρίζουν τη σημασία των θετικών και αρνητικών επιδράσεων της εργασίας στην υγεία.
4. Να αναγνωρίζουν τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις τους ως μέλη μιας κοινότητας (π.χ. σχολείο, οικογένεια, κοινωνία), σε σχέση με την υγεία.

ΑΞΟΝΑΣ Β

5. Να αναπτύξουν διεκδικητική στάση όσον αφορά τα δικαιώματά τους που αφορούν στην υγεία ως πολίτες.
6. Να αναπτύσσουν κριτική σε σχέση με την αποταμίευση και τη σπατάλη.
7. Να σέβονται την υγεία, την ασφάλεια και την ευημερία των άλλων.
8. Να δραστηριοποιούνται συλλογικά στην επίλυση/αντιμετώπιση προβλημάτων που σχετίζονται με την υγεία στο σχολείο και την κοινότητα.

ΑΞΟΝΑΣ Γ

9. Να εφαρμόζουν αρχές και δεξιότητες σε σχέση με υγιείς επιλογές ως καταναλωτές.
10. Να αξιολογούν παράγοντες που επηρεάζουν την επιλογή επαγγέλματος (π.χ. στερεότυπα, οικογένεια).
11. Να διερευνούν πηγές πληροφόρησης και ιδεών απασχόλησης.
12. Να εντοπίζουν προβλήματα υγείας στην κοινωνία και να εισηγούνται τρόπους επίλυσής τους.
13. Να εφαρμόζουν τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις τους ως μέλη μιας κοινότητας (π.χ. σχολείο, οικογένεια, κοινωνία), σε σχέση με την υγεία.

2.3.2 Δείκτες Επιτυχίας

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 1- ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ

1.1 ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none">• Να περιγράφουν τον εαυτό τους (χαρακτηριστικά, συνήθειες κ.ά.).• Να εκτιμούν την αξία των βασικών μερών και λειτουργιών του σώματος.	<ul style="list-style-type: none">• Να περιγράφουν τα διάφορα στάδια ανάπτυξης των ανθρώπων.• Να αναφέρουν συμπεριφορές που προάγουν την ανάπτυξή τους στο σπίτι και στο σχολείο.
Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none">• Να αναλύουν τον εαυτό τους στις πέντε διαστάσεις του (σωματική, νοητική, συναισθηματική, κοινωνική και ηθική).• Να περιγράφουν τις σωματικές, νοητικές, συναισθηματικές και κοινωνικές αλλαγές που συμβαίνουν σε κάθε στάδιο ανάπτυξης.• Να αναφέρουν τους προβληματισμούς τους για τις αλλαγές που συμβαίνουν στην εφηβεία.• Να καταρτίζουν το προσωπικό τους πρόγραμμα ισορροπημένης ανάπτυξης με βάση τις πέντε διαστάσεις του εαυτού τους.	<ul style="list-style-type: none">• Να αξιολογούν την επίδραση των διαφόρων εξωτερικών παραγόντων στην όλη ανάπτυξη.• Να διερευνούν τις συνέπειες των κοινωνικών ανισοτήτων στην ανάπτυξη.• Να επισημαίνουν τα δυνατά και τα αδύνατα σημεία του εαυτού τους με βάση τις πέντε διαστάσεις του.• Να διερευνούν κοινωνικά στερεότυπα σε σχέση με το ανδρικό και γυναικείο σώμα.

1.2 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none"> • Να αναγνωρίζουν τα βασικά συναισθήματα (χαρά, λύπη, φόβος, θυμός). • Να εντοπίζουν τα αίτια των βασικών συναισθημάτων. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να κρίνουν τις συνέπειες των βασικών συναισθημάτων στην συμπεριφορά. • Να εφαρμόζουν τουλάχιστον δύο τεχνικές διαχείρισης του φόβου, του θυμού και του πένθους.
Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none"> • Να επεξηγούν τη σχέση μεταξύ συναισθήματος και συμπεριφοράς. • Να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα των άλλων και να δείχνουν ενσυναίσθηση. • Να εφαρμόζουν τρόπους διαχείρισης του άγχους. • Να ανακαλούν επιτυχίες που είχαν στη ζωή τους σε σχέση με ταλέντα και ικανότητές τους. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να αξιολογούν το βαθμό της αυτοεκτίμησής βασιζόμενοι σε συμπεριφορές. • Να εντοπίζουν παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση. • Να επιδεικνύουν τουλάχιστον δύο τρόπους διαχείρισης του άγχους και του θυμού.

1.3 ΑΞΙΕΣ ΖΩΗΣ

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none"> • Να περιγράφουν πράξεις αγάπης, υπευθυνότητας και τόλμης. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να διακρίνουν μορφές αγάπης, υπεύθυνης/ ανεύθυνης συμπεριφοράς και τόλμης/δειλίας. • Να περιγράφουν συμπεριφορές που υποδεικνύουν την αξία της απλότητας.
Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none"> • Να περιγράφουν πώς οι αξίες μας επηρεάζουν τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές μας. • Να αυτοαξιολογούν το βαθμό της υπευθυνότητάς τους και να προβλέπουν τις συνέπειες της ανεύθυνης συμπεριφοράς. • Να επεξηγούν την έννοια της εσωτερικής ειρήνης. • Να αναφέρουν παραδείγματα χαράς σε μικρά πράγματα της ζωής. • Να μελετήσουν φιλειρηνικά κινήματα και προσωπικότητες (ισόρροπα ανεξάρτητου φύλου ή φυλής) 	<ul style="list-style-type: none"> • Να επεξηγούν τη σχέση «αξίες ζωής με τις επιλογές των ανθρώπων». • Να αναφέρουν υπεύθυνες συμπεριφορές στο σπίτι, στο σχολείο, στο γήπεδο και στην κοινότητα. • Να επεξηγούν τη σχέση αγάπης του εαυτού με την αγάπη προς τους άλλους. • Να διερευνούν συνέπειες κοινωνικών ανισοτήτων

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 2- ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΚΑΙ ΥΓΙΕΙΝΟΥ ΤΡΟΠΟΥ ΖΩΗΣ

2.1 ΥΓΙΕΙΝΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ ΚΑΙ ΣΥΝΘΗΚΕΣ

Οι μαθητές/τριες να απολαμβάνουν ευχάριστες και υγιεινές συμπεριφορές στο σχολείο και στην κοινότητά τους (για όλες τις τάξεις).

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none">• Να επεξηγούν την έννοια «υγεία» βασιζόμενοι στις προσωπικές τους εμπειρίες ή και άλλων από το άμεσο περιβάλλον τους.	<ul style="list-style-type: none">• Να εντοπίζουν τρόπους με τους οποίους μπορούν να βελτιώνουν τις συνήθειές τους ή και των άλλων συμπολιτών τους που σχετίζονται με την υγεία μέσα από μελέτες της δικής τους καθημερινότητας, το άμεσο και το ευρύτερο περιβάλλον.
Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none">• Να κρίνουν παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία και τον τρόπο ζωής των ατόμων.	<ul style="list-style-type: none">• Να διαμορφώνουν ένα σχέδιο δράσης που να στοχεύει στη βελτίωση του άμεσου περιβάλλοντός τους, έτσι ώστε η υγιεινή λύση να γίνει και η ευκολότερη επιλογή.

2.2 ΦΑΓΗΤΟ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Οι μαθητές/τριες να απολαμβάνουν στιγμές προετοιμασίας και κατανάλωσης φαγητού στο σχολείο, στη σχολική εκδρομή και σε χώρους αναψυχής στην κοινότητά τους (για όλες τις τάξεις).

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none">• Να παρουσιάζουν με εικαστικά μέσα την έννοια «υγιεινή διατροφή».	<ul style="list-style-type: none">• Να επεξηγούν την έννοια «υγιεινή διατροφή».• Να συζητούν για τις διατροφικές συνήθειες πολιτισμικών ομάδων με τους/τις συμμαθητές/τριές τους
Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none">• Να αναγνωρίζουν μέσα από τις προσωπικές τους βιωματικές εμπειρίες τα οφέλη που προσφέρει το φαγητό σε όλες τις πτυχές της υγείας.• Να αναλύουν την έννοια «υγιεινή διατροφή» και να τη συνδέσουν με τις προσωπικές τους επιλογές.• Να μελετούν τη δική τους καθημερινότητα και να εντοπίζουν εύκολους τρόπους με τους οποίους μπορούν να βελτιώνουν τις επιλογές τους που σχετίζονται με το φαγητό.• Να δημιουργούν φαγητά από διάφορους πολιτισμούς.• Να αποκτήσουν βασικές δεξιότητες μαγειρικής κατά τη διάρκεια προετοιμασίας «υγιεινών πιάτων».	<ul style="list-style-type: none">• Να κρίνουν τον τρόπο που κάποιοι παράγοντες προσδιορίζουν τις διατροφικές συνήθειες των ανθρώπων.• Να συμβάλλουν με συλλογικές δράσεις, έτσι ώστε το υγιεινό φαγητό να είναι πιο άμεσο και προσβάσιμο για τους νέους στην κοινότητά τους• Να εφαρμόζουν κανόνες ασφάλειας και υγείας που αφορούν το φαγητό.• Να εισηγούνται και να προετοιμάζουν φαγητά και ποτά με βάση τις γευστικές τους επιλογές και τους κανόνες της υγιεινής διατροφής.

2.3 ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Οι μαθητές/τριες να εμπλακούν σε ευχάριστες φυσικές δραστηριότητες στο σχολείο και στην κοινότητα (για όλες τις τάξεις).

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none">• Να αναγνωρίζουν τα οφέλη που προσφέρει η φυσική δραστηριότητα σε όλες τις πτυχές της υγείας (σωματική, ψυχική, κοινωνική).• Να μελετούν σε συνεργασία με τους γονείς τη δική τους καθημερινότητα στο σχολείο, στο σπίτι και στη γειτονιά.	<ul style="list-style-type: none">• Να επεξηγούν μέσα από τις προσωπικές τους εμπειρίες τα οφέλη που προσφέρει η φυσική δραστηριότητα σε όλες τις πτυχές της υγείας (σωματική, ψυχική, κοινωνική).• Να γνωρίζουν τις ευκαιρίες φυσικής δραστηριότητας που προσφέρει η κοινότητά τους για τα παιδιά.

Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none">• Να κρίνουν τον τρόπο με το οποίο παράγοντες που ενισχύουν ή εμποδίζουν τη φυσική δραστηριότητα παιδιών και ενηλίκων (π.χ. φύλο, στερεότυπα).• Να γνωρίζουν τις ευκαιρίες φυσικής δραστηριότητας που προσφέρει η κοινότητά τους για τους εφήβους.• Να εντοπίζουν εύκολους τρόπους με τους οποίους μπορούν να αυξήσουν το χρόνο ενασχόλησής τους με φυσική δραστηριότητα μέσα από μελέτη.	<ul style="list-style-type: none">• Να γνωρίζουν τις ευκαιρίες φυσικής δραστηριότητας που προσφέρει η κοινότητά τους για τους ενήλικες.• Να συμβάλλουν με συλλογικές δράσεις έτσι ώστε η ενασχόληση με φυσική δραστηριότητα να είναι πιο άμεση και προσβάσιμη.

2.4 ΧΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΧΡΗΣΗ ΟΥΣΙΩΝ

Οι μαθητές/τριες να έχουν πρακτικές εμπειρίες ποιοτικής αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου τους στο σχολείο και στη κοινότητά τους (για όλες τις τάξεις).

Προδημοτική, Α΄ - Β΄ τάξη	Γ΄ - Δ΄ τάξη
<ul style="list-style-type: none">• Να περιγράφουν τρόπους για ασφαλή χρήση των φαρμάκων.	<ul style="list-style-type: none">• Να επεξηγούν το πρόβλημα του παθητικού καπνίσματος και να εισηγούνται τρόπους διεκδίκησης περιβάλλοντος με καθαρό αέρα.• Να εισηγούνται εναλλακτικές φυσικές λύσεις για απλά καθημερινά προβλήματα υγείας, όπως κρυολόγημα, πονοκέφαλος, πόνος στο στομάχι.
Ε΄ - Στ΄ τάξη	Α΄ - Β΄ Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none">• Να προβληματίζονται και να συζητούν τις κοινωνικές, ψυχικές και σωματικές επιπτώσεις του καπνίσματος και του αλκοόλ.• Να εντοπίζουν μέσα από έρευνα παράγοντες κινδύνου και προστασίας των νέων σε σχέση με το κάπνισμα και το αλκοόλ.• Να απομυθοποιούν το κάπνισμα και την κατανάλωση του αλκοόλ μέσω αμφισβήτησης διαδεδομένων λανθασμένων κοινωνικών αντιλήψεων.• Να εισηγούνται τρόπους βελτίωσης του άμεσου και ευρύτερου περιβάλλοντός τους, έτσι ώστε να προστατεύονται από κινδύνους που προκύπτουν από τη χρήση και κατάχρηση νόμιμων και παράνομων ουσιών.	<ul style="list-style-type: none">• Να προβληματίζονται και να συζητούν τις κοινωνικές, ψυχικές και σωματικές επιπτώσεις σε σχέση με τη χρήση παράνομων ουσιών εξάρτησης.• Να επιχειρηματολογούν εναντίων διαδεδομένων λανθασμένων κοινωνικών αντιλήψεων.• Να γνωρίζουν κυβερνητικές και μη κυβερνητικές δομές της κοινότητας που μπορούν να τους προσφέρουν πληροφόρηση και στήριξη για σκοπούς πρόληψης ή/και θεραπείας.• Να επεξηγούν τη σημασία αναζήτησης έγκαιρης παρέμβασης σε περίπτωση χρήσης ή σκέψης για χρήση ουσιών.

2.5 ΑΣΦΑΛΕΙΑ

ΣΤΟΧΟΙ:

Οι μαθητές/τριες να περιγράφουν και να εφαρμόζουν δοκιμαστικές επιδείξεις σε περίπτωση φωτιάς, σεισμού ή θερμού επεισοδίου (για όλες τις τάξεις).

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none">• Να εντοπίζουν κινδύνους και να εισηγούνται τρόπους προφύλαξης στο σπίτι, στο σχολείο και στο οδικό τους περιβάλλον γύρω από το σχολείο και το σπίτι.• Να χρησιμοποιούν λεξιλόγιο που αφορά το οδικό τους περιβάλλον.• Να αναγνωρίζουν την ανάγκη για βοήθεια από ενήλικα σε περίπτωση που είναι στο δρόμο.• Να εξασκηθούν σε δεξιότητες που αφορούν την ασφάλειά τους στην τάξη και στο σπίτι.	<ul style="list-style-type: none">• Να εντοπίζουν/εκτιμούν κινδύνους όλων των ειδών (τροχαία, πτώσεις, πνιγμούς, δηλητηριάσεις και εγκαύματα) που αφορούν εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους.• Να αναπτύσσουν δεξιότητες πρόληψης ατυχημάτων σε εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους (αυλή, βουνό, θάλασσα, πάρκο).• Να κατανοούν τους βασικούς κανόνες οδικής ασφάλειας και να επιδεικνύουν πρακτικά δεξιότητες που σχετίζονται με την προστασία του εαυτού τους από το οδικό περιβάλλον ως πεζοί, επιβάτες και ποδηλάτες.• Να μελετούν το άμεσο οδικό τους περιβάλλον για να εντοπίζουν κινδύνους/ασφαλείς χώρους.
Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none">• Να εντοπίζουν κινδύνους που αφορούν στο οδικό τους περιβάλλον, στην ηλιακή ακτινοβολία, στις χημικές ουσίες και στην παρασκευή του φαγητού και να δημιουργήσουν κώδικα προστασίας.• Να επιδεικνύουν τις βασικές αρχές της ασφαλούς διακίνησης σε εκδρομές (ως επιβάτες) και σε περιπάτους (ως πεζοί).• Να εντοπίζουν και να εφαρμόζουν προληπτικά μέτρα για αποφυγή οδικών ατυχημάτων που αφορούν στο άμεσο περιβάλλον τους για τον εαυτό τους και άλλους συμπολίτες τους.	<ul style="list-style-type: none">• Να εντοπίζουν/εκτιμούν κινδύνους όλων των ειδών που αφορούν εσωτερικούς χώρους (χώρους διασκέδασης νέων), εξωτερικούς χώρους (γήπεδο), στο οδικό τους περιβάλλον και στο διαδίκτυο.• Να περιγράφουν τρόπους προστασίας του εαυτού τους σε χώρους διασκέδασης, στο γήπεδο ποδοσφαίρου, στο οδικό τους περιβάλλον και στο διαδίκτυο.• Να επεξηγούν την έννοια των πρώτων βοηθειών και να αναπτύξουν βασικές δεξιότητες που αφορούν στην πρόληψη και στην αντίδρασή τους σε περίπτωση πνιγμού, απώλειας συνείδησης αιμορραγίας, εγκαύματος, πτώσης κ.ά.• Να κρίνουν ανθρώπινους, κοινωνικούς και πολιτισμικούς παράγοντες που συμβάλλουν στην πρόκληση ατυχημάτων.

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 3 - ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ

3.1 ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ, ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΙ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

Προδημοτική, Α΄- Β΄ τάξη	Γ΄- Δ΄ τάξη
<ul style="list-style-type: none">• Να επεξηγούν τι είναι οικογένεια και τις διάφορες μορφές της.• Να αναγνωρίζουν αναπαραγωγικά μέρη του σώματος και να διακρίνουν ποια μέρη του σώματος είναι ιδιωτικά.	<ul style="list-style-type: none">• Να περιγράφουν ομοιότητες και διαφορές αγοριών – κοριτσιών μέσα από την καθημερινή τους ζωή.• Να περιγράφουν τα χαρακτηριστικά της υγιούς οικογένειας

Ε΄ - Στ΄ τάξη	Α΄ - Β΄ Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none">• Να εκφράζουν προβληματισμούς για συγκεκριμένες καταστάσεις στην οικογένεια (αρρώστιες, διαφωνίες, οικονομικά προβλήματα).• Να αναφέρουν προβληματισμούς για τους ρόλους των δύο φύλων στις καταστάσεις του γάμου, του διαζυγίου και της συμβίωσης.• Να αναφέρουν τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα.• Να περιγράφουν μορφές βίας στην οικογένεια (σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική, οικονομική)	<ul style="list-style-type: none">• Να αναλύουν κριτικά τη διαφορετικότητα ως προς το σεξουαλικό προσανατολισμό.• Να αναλύουν τις επιπτώσεις, μέσα από μέλητα περιστατικού, της εγκυμοσύνης στην εφηβεία και της διακοπής της.• Να καταλαβαίνουν συγκεκριμένες εμπειρίες της σεξουαλικής ωρίμανσης και υγείας (π.χ. ονείρωξη, αυνανισμός).• Να απαριθμούν και να επεξηγούν τρόπους αντισύλληψης και πρόληψης επικίνδυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς και σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων (ΣΜΝ).• Να διερευνούν το ρόλο και τη στάση θρησκειών σε σχέση με τις διάφορες μορφές οικογένειας.• Να γνωρίζουν δομές στην κοινότητα σε σχέση με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία.

3.2 ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΙ ΣΧΕΣΕΩΝ

Οι μαθητές/τριες να έχουν εμπειρία καλών σχέσεων με φίλους, οικογένεια, ενήλικες, τρίτη ηλικία (για όλες τις τάξεις).

Προδημοτική, Α΄ - Β΄ τάξη	Γ΄ - Δ΄ τάξη
<ul style="list-style-type: none">• Να περιγράφουν μια καλή φίλια.• Να αναφέρουν παραδείγματα προβλημάτων στις σχέσεις.• Να παρουσιάζουν με μίμηση ρόλων πώς επιλύουν ένα πρόβλημα σε μία σχέση.	<ul style="list-style-type: none">• Να επιδεικνύουν μέσα από μίμηση ρόλων την ικανότητα να λένε «όχι» όταν δεν νιώθουν ευχάριστα.• Να επεξηγούν ότι κανένας δεν έχει το δικαίωμα να τους κάνει να νιώθουν άσχημα-κακά (σωματική, ψυχολογική κακοποίηση).• Να περιγράφουν, μέσα από την καθημερινή ζωή, πώς επικοινωνούν σωστά, ώστε να επιλύουν διαφωνίες με φίλους και οικογένεια.
Ε΄ - Στ΄ τάξη	Α΄ - Β΄ Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none">• Να προβληματίζονται για τους παράγοντες που επηρεάζουν θετικά και αρνητικά τις κοινωνικές σχέσεις.• Να αναλύουν κριτικά τον τρόπο που εκφράζουν το θυμό και τη διαφωνία.• Να επιδεικνύουν τρόπους σεβασμού των δικαιωμάτων των άλλων.• Να επεξηγούν τη σχέση της ατομικής συμπεριφοράς με τη φίλια.• Να γνωρίζουν τις δομές στην κοινότητα που ασχολούνται με θέματα βίας.	<ul style="list-style-type: none">• Να αναλύουν κριτικά την επιρροή των φίλων στις καθημερινές τους επιλογές και δραστηριότητες, μέσα από παραδείγματα.• Να εισηγούνται και να επιλέγουν τρόπους επίλυσης συγκρούσεων.• Να επιδεικνύουν τρόπους αποτελεσματικής επικοινωνίας• Να επιδεικνύουν ικανότητες διαπραγμάτευσης και διαμεσολάβησης.

3.3 ΑΠΟΔΟΧΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΤΗΤΑΣ

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none"> • Να αναγνωρίζουν ομοιότητες και διαφορές μεταξύ ατόμων. • Να περιγράφουν τα δικά τους χαρακτηριστικά ως άτομα, ως φύλο και ως πολίτες μιας χώρας. • Να συνεργάζονται με διάφορα ή διαφορετικά άτομα/ομάδες. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να περιγράφουν τις ομοιότητες μέσα από διάφορα πλαίσια (π.χ. φύλο, εθνικότητα). • Να επιδεικνύουν έμπρακτα σεβασμό σε όλα τα άτομα/ομάδες-αποδοχή διαφορετικότητας. • Να συσχετίζουν συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία και την κουλτούρα (π.χ. φαγητό, έκφραση αγάπης). • Να επιδεικνύουν εικαστικά την ομορφιά της διαφορετικότητας.

Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none"> • Να αναφέρουν τους παράγοντες που μπορούν να ενισχύσουν τη συνύπαρξη και συμβίωση των ατόμων και των εθνών χωρίς προβλήματα. • Να επεξηγούν έννοιες, όπως πολυπολιτισμικότητα, ρατσισμός, διαπολιτισμικότητα, κοινωνικός αποκλεισμός. • Να συνδέουν δικά τους βιώματα με την έννοια της αποδοχής της διαφορετικότητας (ιδιαίτερη έμφαση στα άτομα με ειδικές ικανότητες). 	<ul style="list-style-type: none"> • Να αναλύουν κριτικά τη σχέση της υγείας και του φύλου. • Να επεξηγούν έννοιες όπως παγκοσμιοποίηση, σεξισμός. • Να εισηγούνται και να τεκμηριώνουν τρόπους διαχείρισης της διαφορετικότητας.

4.1 ΑΓΩΓΗ ΤΟΥ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ

Προδημοτική, Α΄ - Β΄ τάξη	Γ΄ - Δ΄ τάξη
<ul style="list-style-type: none"> • Να ερευνούν τα διάφορα είδη καταστημάτων και τα προϊόντα που πουλούν. • Να αποκτούν δεξιότητες στην αγορά προϊόντων από την καντίνα του σχολείου τους. • Να κατανοούν το δικαίωμα να αναφέρουν προβλήματα που αντιμετωπίζουν στην αγορά προϊόντων από την καντίνα του σχολείου. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να αναστοχάζονται, μέσα από συζήτηση με τους συμμαθητές τους για τις επιλογές τους από την καντίνα. • Να εντοπίζουν υπηρεσίες και προϊόντα που χρησιμοποιούν στην καθημερινότητά τους. • Να επεξεργάζονται το «ταξίδι» των προϊόντων μέχρι να φτάσουν στον καταναλωτή.
Ε΄ - Στ΄ τάξη	Α΄ - Β΄ Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none"> • Να ανακαλύπτουν τεχνικές που χρησιμοποιούν οι διαφημίσεις προϊόντων. • Να επεξεργάζονται κριτικά τις επιρροές που δέχονται στις επιλογές προϊόντων αυτοί και οι συνομήλικοί τους. • Να αναγνωρίζουν όλες τις πληροφορίες στις ετικέτες των προϊόντων (ειδικά των τροφίμων) και να δικαιολογούν τη σημασία τους. • Να ανακαλύπτουν μέσω κυβερνητικών και μη κυβερνητικών οργανώσεων τα δικαιώματα του καταναλωτή. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να κρίνουν τις υφιστάμενες καταναλωτικές πρακτικές. • Να ενημερώνονται και να εξασκούν τις διαδικασίες που πρέπει να ακολουθούν σε περίπτωση «άδικης» αντιμετώπισης ως καταναλωτές στην Κύπρο και στην Ευρώπη. • Να συμπληρώνουν έντυπο παραπόνου αγοράς προϊόντων στην Κύπρο και στην Ευρώπη. • Να μελετούν κρατικούς και ευρωπαϊκούς τρόπους ελέγχου της ποιότητας διαφόρων προϊόντων και υπηρεσιών.

4.2 ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Προδημοτική, Α' - Β' τάξη	Γ' - Δ' τάξη
<ul style="list-style-type: none"> • Να αναγνωρίζουν το ρόλο του κάθε επαγγέλματος στην κοινωνία. • Να αναγνωρίζουν τα νομίσματα και να εκτιμούν την αξία του χρήματος. • Να αναγνωρίζουν τις θετικές και αρνητικές επιδράσεις της εργασίας. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να είναι σε θέση να διακρίνουν τις επιδράσεις διαφόρων επαγγελμάτων στην υγεία. • Να εκτιμούν τη σημασία και τη χρησιμότητα του κάθε επαγγέλματος.
Ε' - Στ' τάξη	Α' - Β' Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none"> • Να κρίνουν τα επαγγέλματα σύμφωνα με τις συνθήκες υγείας και ασφάλειας που παρέχουν. • Να γνωρίσουν περισσότερα επαγγέλματα μέσα από έρευνα και να μπορούν να τα κατατάξουν σε τομείς, σύμφωνα με τις δικές τους προτιμήσεις. • Να συσχετίζουν τους τύπους νοημοσύνης με τα επαγγέλματα. • Να αναπτύσσουν κριτική σε σχέση με την αποταμίευση και τη σπατάλη. • Να εντοπίζουν κοινωνικά στερεότυπα σε σχέση με τα επαγγέλματα (π.χ. σε σχέση με το φύλο, κοινωνική τάξη, μετανάστευση). 	<ul style="list-style-type: none"> • Να αναλύουν και να αξιολογούν τους διάφορους παράγοντες που επηρεάζουν την επιλογή επαγγέλματος (π.χ. οικογένεια). • Να διερευνούν σύγχρονους κλάδους επαγγελμάτων που έχουν σχέση με την υγεία, το περιβάλλον, την κοινωνική μέριμνα και την τεχνολογία. • Να είναι σε θέση να καταρτίζουν τον προσωπικό τους προϋπολογισμό (εβδομαδιαίο ή μηνιαίο). • Να κατανοούν τα αίτια και τις συνέπειες της ανεργίας και της φτώχειας.

4.3 ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ

Προδημοτική, Α΄ - Β΄ τάξη	Γ΄ - Δ΄ τάξη
<ul style="list-style-type: none"> • Να αναφέρουν βασικά δικαιώματα και υποχρεώσεις που έχουν στο σπίτι και στην τάξη. • Να συνεργάζονται στην τάξη. • Να αναφέρουν παραδείγματα συμπεριφορών που δείχνουν σεβασμό σε πρόσωπα και περιβάλλον σε σχέση με την υγεία. • Να επισημαίνουν πρόσωπα που χρειάζονται τη βοήθειά τους. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να αναφέρουν ομάδες όπου η συνεργασία είναι απαραίτητη. • Να κατανοούν ότι έχουν δικαίωμα να ζουν, να παίζουν και να εκπαιδεύονται σε περιβάλλον που τους προσφέρει ασφάλεια, υγεία και ποιότητα ζωής. • Να εκτιμούν αυτά που τους προσφέρουν οι γονείς, οι δάσκαλοι και η πατρίδα τους. • Να ακούν προσεκτικά και να σέβονται τη διαφορετική άποψη • Να συμμετέχουν στη θέσπιση των κανόνων λειτουργίας της τάξης τους και να συμπεριφέρονται σύμφωνα με αυτούς.
Ε΄ - Στ΄ τάξη	Α΄ - Β΄ Γυμνασίου
<ul style="list-style-type: none"> • Να είναι σε θέση να αναφέρουν και να υπερασπίζονται τα βασικά δικαιώματα του παιδιού. • Να μπορούν να κρίνουν πράξεις ανθρώπων μέσα από σενάρια, χωρίς προκαταλήψεις. • Να είναι σε θέση να αναφέρουν τα ατομικά, πολιτικά και κοινωνικά δικαιώματα και τις υποχρεώσεις του Κύπριου πολίτη. • Να γνωρίζουν τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις τους σε σχέση με τις υπηρεσίες υγείας που τους προσφέρει η κοινότητα. • Να είναι σε θέση να αναφέρουν οργανισμούς εθελοντισμού και κοινωνικής προφοράς. 	<ul style="list-style-type: none"> • Να διακρίνουν τις τρεις μορφές κοινωνικής συμπεριφοράς (ατομισμός, ανταγωνισμός, συνεργασία) και να προβλέπουν τις συνέπειές τους. • Να ερευνούν και να συζητούν σύγχρονα προβλήματα δημόσιας υγείας που αντιμετωπίζει η κοινωνία, να εντοπίζουν τους παράγοντες που τα προκαλούν και να εισηγούνται τρόπους επίλυσής τους. • Να αποφεύγουν συμπεριφορές που μπορούν να απειλήσουν την υγεία και την ασφάλεια των άλλων. • Να μην αποδέχονται την εκμετάλλευση του εαυτού τους ή των άλλων. • Να θέλουν να συμμετέχουν σε ομάδες και οργανώσεις εθελοντισμού. • Να προτείνουν τρόπους βελτίωσης των υπηρεσιών υγείας και ασφάλειας. • Να αναγνωρίζουν τα δικαιώματα των μεταναστών/στριών σε σχέση με την υγεία και ασφάλεια.

ΕΠΙΠΕΔΟ 5: Γ΄ Γυμνασίου και Α΄ Λυκείου (για όλες τις θεματικές ενότητες)

<p>Γ΄ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ- Α΄ ΛΥΚΕΙΟΥ</p>	<p>ΣΤΟΧΟΙ</p> <p>Οι μαθητές/τριες να διερευνούν, να σχεδιάζουν, μέσα από μελέτη/εργασία ή /και να εφαρμόζουν δράσεις στο άμεσο και ευρύτερο περιβάλλον, με στόχο τη βελτίωση των συνθηκών υγείας σε ένα ή περισσότερα από τα πιο κάτω θέματα:</p>
<p>1.1</p> <p>Ανάπτυξη και εξέλιξη εαυτού</p>	<ul style="list-style-type: none"> • οι ανάγκες του ανθρώπου και η σχέση τους με την υγεία • η αλληλεπίδραση γενετικών και περιβαλλοντικών παραγόντων στην ανάπτυξη και στην υγεία • η επίδραση της τεχνολογίας στην ανάπτυξη και στην υγεία
<p>1.2</p> <p>Συναισθηματική εκπαίδευση και αυτοεκτίμηση</p>	<ul style="list-style-type: none"> • η αυτοεκτίμηση και η κοινωνική συμπεριφορά του ατόμου • διαχείριση του άγχους, του θυμού, του πένθους, του έρωτα • τρόποι ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης
<p>1.3</p> <p>Αξίες ζωής</p>	<ul style="list-style-type: none"> • οι παράγοντες που διαμορφώνουν τις αξίες της ζωής μας • οραματίζομαι έναν κόσμο αγάπης • οραματίζομαι έναν κόσμο ειρήνης
<p>2.1</p> <p>Υγιεινός τρόπος ζωής και συνθήκες ζωής</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ανισότητα και υγεία (π.χ. κοινωνική τάξη, τόπος διαμονής, μορφωτικό επίπεδο, φτώχεια) • κριτική ανάλυση των δημόσιων και ιδιωτικών υπηρεσιών υγείας και τρόποι βελτίωσής τους
<p>2.2</p> <p>Φαγητό και υγεία</p>	<ul style="list-style-type: none"> • κριτική ανάλυση των παρεχόμενων υπηρεσιών ελέγχου και ποιότητας τροφίμων • οι διατροφικές ανάγκες ατόμων στα διάφορα στάδια της ζωής τους • παράγοντες που προσδιορίζουν τις διατροφικές συνήθειες
<p>2.3</p> <p>Φυσική δραστηριότητα και υγεία</p>	<ul style="list-style-type: none"> • παράγοντες που ενισχύουν τη φυσική δραστηριότητα - ατομική και συλλογική δράση • τρόποι φυσικής δραστηριότητας στην καθημερινή μας ζωή
<p>2.4</p> <p>Χρήση και κατάχρηση ουσιών</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ανάλυση στατιστικών στοιχείων που αφορούν στο προφίλ του χρήστη (προσωπικά, κοινωνικά, οικονομικά, ψυχικά χαρακτηριστικά) • κριτική ανάλυση κυβερνητικών και μη κυβερνητικών δομών της κοινότητας που σχετίζονται με τις νόμιμες και παράνομες ουσίες • η σημασία της έγκαιρης παρέμβασης

<p>2.5</p> <p>Ασφάλεια</p>	<ul style="list-style-type: none"> • κριτική ενός θέματος που αφορά την κυπριακή κουλτούρα (πολιτισμικές αξίες) σε σχέση με θέματα που αφορούν στην ασφάλεια (π.χ. τήρηση κανονισμών οδικής ασφάλειας, κάπνισμα σε δημόσιους χώρους) • διερεύνηση στατιστικών δεδομένων που αφορούν στα ατυχήματα μεταξύ των νέων και εισηγήσεις για προληπτικά μέτρα που αφορούν στην ασφάλεια των νέων • επαγγελματική υγεία και ασφάλεια (νόμοι, γενικές προδιαγραφές για επαγγελματική ασφάλεια και υγεία)
<p>3.1</p> <p>Οικογενειακός προγραμματισμός, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία</p>	<ul style="list-style-type: none"> • πρόληψη ΣΜΝ • η σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού στην υγεία του ατόμου και της κοινότητας • τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισης της σεξουαλικής κακοποίησης στο σχολείο και στην κοινότητα • ο γονεϊκός και ο συζυγικός ρόλος
<p>3.2</p> <p>Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και σχέσεων</p>	<ul style="list-style-type: none"> • τρόποι επίλυσης συγκρούσεων • φιλία: ανάλυση των κριτηρίων επιλογής και επιρροή των φίλων • η ανάπτυξη και διατήρηση υγιών σχέσεων
<p>3.3</p> <p>Αποδοχή και διαχείριση διαφορετικότητας και διαπολιτισμικότητας</p>	<ul style="list-style-type: none"> • κριτική ανάλυση της σχέσης κουλτούρας και υγείας • ανάλυση των τρόπων αποδοχής της διαφορετικότητας σε σχέση με τους μετανάστες • πολιτισμική επάρκεια και υγεία
<p>4.1</p> <p>Αγωγή του καταναλωτή</p>	<ul style="list-style-type: none"> • δικαιώματα του καταναλωτή • η προσωπική ταυτότητα και η καταναλωτική συμπεριφορά
<p>4.2</p> <p>Οικονομική και επαγγελματική αγωγή</p>	<ul style="list-style-type: none"> • προσωπικοί και κοινωνικοί παράγοντες επιλογής επαγγέλματος (π.χ. φίλοι, οικογένεια, φύλο, μετανάστευση) • τρόποι διασφάλισης της υγείας και της ασφάλειας στο χώρο εργασίας διάφορων επαγγελμάτων
<p>4.3</p> <p>Δικαιώματα και υποχρεώσεις</p>	<ul style="list-style-type: none"> • δικαιώματα και υποχρεώσεις του ευρωπαϊού πολίτη ή και του παιδιού • ανάλυση του συστήματος υγείας σε σχέση με τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις του ατόμου • ανάλυση των μέτρων αποκατάστασης της δικαιοσύνης για άτομα, ομάδες και λαούς που αδικούνται • τρόποι διεκδίκησης των δικαιωμάτων • εθελοντισμός και εθελοντικοί οργανισμοί

3. Διδακτική μεθοδολογία

Η έννοια της Προαγωγής Υγείας αναφέρεται στην αναγνώριση των κοινωνικών, πολιτισμικών και οικονομικών παραγόντων που συνδέονται με τα επίπεδα υγείας του πληθυσμού καθώς και με τις συμπεριφορές υγείας του ατόμου. Στα πλαίσια της προαγωγής της υγείας οι “επιλογές” του ατόμου δεν αντιμετωπίζονται ως συνειδητές προσωπικές επιλογές, αλλά ως αποτέλεσμα αλληλεπίδρασης του ατόμου και των παραγόντων που αφορούν στις συνθήκες διαβίωσής του. Ο ρόλος του ατόμου για την υγεία του δεν παραγνωρίζεται, αλλά το άτομο τοποθετείται στο ευρύτερο κοινωνικό του συγκείμενο. Μεθοδολογικά οι παρεμβάσεις προαγωγής της υγείας δεν περιορίζονται μόνο στη συμπεριφορά του ατόμου αλλά παράλληλα στην αναβάθμιση του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντος, έτσι ώστε να προάγεται η υγεία των πολιτών.

Ο σκοπός του Προγράμματος Σπουδών της Αγωγής Υγείας, αναφέρεται στη μεθοδολογία της προαγωγής της υγείας η οποία απαιτεί παράλληλη δράση: ενδυνάμωση του ατόμου και δημιουργία υποστηρικτικού περιβάλλοντος (βλ. εισαγωγή). Οι μεθοδολογικές προσεγγίσεις του Προγράμματος Σπουδών της Αγωγής Υγείας αναλύονται στις δύο αυτές κατευθύνσεις. Η πρώτη αφορά σε παιδαγωγικές προσεγγίσεις ενδυνάμωσης των μαθητών/τριών. Η δεύτερη αφορά στη δημιουργία υποστηρικτικού περιβάλλοντος και συγκεκριμένα στην ανάπτυξη Σχολείων Προαγωγής Υγείας. Η σχέση των δύο κατευθύνσεων στο πλαίσιο της εφαρμογής είναι άμεση και αλληλοεξαρτώμενη. Η αλληλεπίδραση αυτή αναμένεται να καθορίζει και να διαπνέει την εφαρμογή δράσεων Αγωγής Υγείας.

3.1 Ενδυνάμωση του ατόμου

Η ενδυνάμωση του ατόμου ως πολίτη σε ένα κοινωνικοοικονομικό συγκείμενο, αφορά στην εκπαιδευτική πράξη, στην ενθάρρυνσή του για αναστοχασμό, κριτική σκέψη και στοχευμένη δράση για δημιουργία συνθηκών υγείας για όλους. Στα πλαίσια του Προγράμματος Σπουδών της Αγωγής Υγείας οι μαθητές/τριες αναμένονται να προβληματιστούν και να ερευνήσουν με κριτική διάθεση την πολυπλοκότητα και την αλληλεξάρτηση ποικίλων παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία του ατόμου. Αναμένεται ακόμη να δραστηριοποιηθούν (ατομικά και συλλογικά), έτσι ώστε να βελτιώνουν τις συνθήκες υγείας, τις πρακτικές, τις επιλογές ή τις προοπτικές τους σε διαφορετικά επίπεδα: οικογένεια, σχολείο, κοινότητα, πόλη και ευρύτερα.

Το Πρόγραμμα Σπουδών της Αγωγής Υγείας προτρέπει τον εκπαιδευτικό να ξεκινά από τις ίδιες τις ανάγκες, γνώσεις και εμπειρίες των μαθητών/τριών και να αποσκοπεί στην ενεργητική και δημιουργική συμμετοχή τους, έτσι ώστε να προβαίνουν σε διαδικασίες λήψης και εκτέλεσης αποφάσεων. Ο/Η μαθητής/τρια θα πρέπει να έχει ευκαιρίες κατά τις οποίες θα μοιραστεί με άλλους ενήλικες (εκπαιδευτικούς, γονείς, εκπροσώπους οργανώσεων) αποφάσεις και δράσεις που αφορούν στις προσωπικές του συμπεριφορές υγείας, στο περιβάλλον τους (τάξη, φίλοι, σχολείο) και στην κοινότητα ή ακόμα και στην ευρύτερη κοινωνία στην οποία ζει. Το Πρόγραμμα Σπουδών της Αγωγής Υγείας δεν περιορίζεται μόνο στο να ενισχύσει τους μαθητές/τριες να αναπτύξουν απόψεις αλλά και στο να μετατρέψουν τις απόψεις τους σε δράσεις και στη συνέχεια σε αλλαγές.

3.2 Σχολείο Προαγωγής Υγείας:

Το Πρόγραμμα Σπουδών της Αγωγής Υγείας, όπως φαίνεται και από τους τρεις βασικούς άξονες, δεν μπορεί να περιοριστεί μόνο ως διδακτική διαδικασία στην τάξη, αλλά πρέπει να συμβάλλει στην αλληλεπίδραση και άλλων δομικών και λειτουργικών στοιχείων του σχολείου. Για το σκοπό αυτό το Πρόγραμμα Σπουδών προωθεί την εφαρμογή του Σχολείου Προαγωγής Υγείας μέσω ανάπτυξης σχεδίου δράσης προαγωγής της υγείας, το οποίο περιλαμβάνει εκπαιδευτικές και διοικητικές δράσεις, οι οποίες δεν περιορίζονται στην τάξη αλλά και σε άλλους τομείς δράσης, όπως ανάπτυξη πολιτικών (π.χ. υγιούς διατροφής, αντιμετώπισης της εκφοβιστικής συμπεριφοράς), βελτίωση του φυσικού περιβάλλοντος του σχολείου, συνεργασία με γονείς και κοινότητα και βελτίωση του σχολικού κλίματος. Στα πλαίσια της ανάπτυξης των θεματικών ενοτήτων στην τάξη, αναμένεται, μέσα από τη ζωή του σχολείου, οι μαθητές/τριες να έχουν ευκαιρία να βιώνουν το σχολικό περιβάλλον ως υποστηρικτικό στην επιλογή υγιεινών τρόπων ζωής.

Το Σχολείο Προαγωγής Υγείας δίνει την ευκαιρία στους μαθητές/τριες να βιώσουν ευχάριστα υγιεινές συμπεριφορές με τους συμμαθητές/τριές τους, τους γονείς/κηδεμόνες και άλλους ενήλικες. Η εμπειρία τους θα πρέπει να συμβάλλει στη σύνδεση των υγιεινών επιλογών με την ποιότητα ζωής και όχι ως «απαραίτητη» ανάγκη για αποφυγή ασθένειας. Επίσης, το σχολικό περιβάλλον θα πρέπει να καλλιεργεί στους/στις μαθητές/τριες το αίσθημα της συνεργασίας, αυτοπεποίθησης και αυτοεκτίμησης δίνοντάς τους ευκαιρίες για ρόλο και λόγο στη σχολική ζωή.

3.3 Διδακτικές Προσεγγίσεις

Για την επίτευξη των μεθοδολογικών προσεγγίσεων, όπως περιγράφονται πιο πάνω συστήνεται η χρήση παιδαγωγικών μεθόδων που στηρίζονται στην ενεργητική μάθηση, τη διερεύνηση και την ομαδική εργασία. Ενδεικτικά αναφέρονται πιο κάτω κάποιες διδακτικές προσεγγίσεις, οι οποίες συνοδεύονται με παραδείγματα από το χώρο της προαγωγής υγείας:

- **Σχέδιο εργασίας ή Ερευνητική μελέτη (Project):** Συστήνεται για την ανάπτυξη project το μοντέλο IVAC (Investigation-Vision-Action-Change), ένα πλαίσιο ανάπτυξης των στρατηγικών προαγωγής υγείας που διασφαλίζει ότι οι γνώσεις που αποκτούν οι μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια του προγράμματος έχουν σαν στόχο τη δράση. Οι μαθητές/τριες μέσα από αυτές τις διαδικασίες προβαίνουν συλλογικά σε ενέργειες που βελτιώνουν τις συνθήκες υγείας που αφορούν το σχολείο και την κοινότητά τους και ταυτόχρονα βελτιώνουν γνώσεις και δεξιότητες για δράση τώρα και στο μέλλον.
- **Διερεύνηση** παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία και τον υγιεινό τρόπο ζωής μιας ομάδας πληθυσμού (π.χ. νέων, γυναικών, αυτών που διαμένουν στην πόλη).

- **Επίλυση Προβλήματος** που αφορά δυσκολίες που μπορεί να αντιμετωπίζουν ομάδες ανθρώπων να ακολουθήσουν ένα υγιή τρόπο ζωής.
- **Μελέτη περίπτωσης** πραγματικών ή φανταστικών περιπτώσεων για τις υφιστάμενες συνήθειες των μαθητών/τριών όσον αφορά συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία.
- **Ανασκόπηση** μέσω συνεντεύξεων ή ερωτηματολογίων, απόψεων ομάδας ατόμων για θέματα που αφορούν στην υγεία (π.χ. κοινωνική ανισότητα και υγεία).
- **Επισκέψεις** και γνωριμία με χώρους (φορείς, μη κυβερνητικούς οργανισμούς, υπηρεσίες υγείας) που αφορούν στην προαγωγή της υγείας.
- **Συζήτηση - Αντιπαράθεση** για θέματα όπως «είναι δίκαιο ή αποτελεσματικό να ενθαρρύνεις τα άτομα να αλλάζουν τις συμπεριφορές τους οι οποίες σχετίζονται με την υγεία;».
- **Κύκλος Συζήτησης** κατά τη διάρκεια του οποίου ο δάσκαλος μαζί με τα παιδιά κάθονται κυκλικά, κατά προτίμηση στο πάτωμα, με στόχο τη συζήτηση. Κάθε κύκλος συζήτησης έχει ένα συγκεκριμένο θέμα το οποίο ο δάσκαλος εξηγεί στην αρχή της συζήτησης με τρόπο που να γίνεται πλήρως κατανοητό από όλους. Τα παιδιά μοιράζονται τις εμπειρίες και τις απόψεις τους πάνω στο θέμα. Σημαντικό σε αυτή τη μέθοδο δεν είναι μόνο το θέμα συζήτησης αλλά η διαδικασία και το κλίμα μέσα στο οποίο γίνεται η συζήτηση.
- **Παιχνίδια** που προάγουν τη συνεργασία και επικοινωνία για επίτευξη κάποιων στόχων π.χ. χωρίς να μιλούμε στεκόμαστε με αλφαβητική σειρά.
- **Παιχνίδια ρόλων - Προσομοιώσεις:** Οι μαθητές/τριες υποδύονται ρόλους ατόμων και καταστάσεων που σχετίζονται με θέματα υγείας και συμβαίνουν στην καθημερινότητά τους.
- **Αυτοσχεδιασμός:** Είναι μια στρατηγική η οποία αναπτύσσει τον αυθορμητισμό των παιδιών. Μέσα από τον αυτοσχεδιασμό ενισχύουμε συμπεριφορές και στάσεις ζωής. Υπάρχουν διάφορα είδη αυτοσχεδιασμού ανάλογα με το επίπεδο της ομάδας, όπως ο καθοδηγημένος αυτοσχεδιασμός (δίνονται οι ρόλοι), αυτοσχεδιασμός με λέξεις-τίτλους ή θέματα από τη ζωή, αυτοσχεδιασμός με χιουμοριστική διαφήμιση και αυτοσχεδιασμός με αφορμή μια φωτογραφία. Ο αυτοσχεδιασμός καλό είναι να παρουσιάζεται και να δίνεται ευκαιρία συζήτησης με στόχο τη βελτίωσή του.
- **Εργαστήριο:** Κεντρικό ρόλο στο Πρόγραμμα Σπουδών της Αγωγής Υγείας είναι και η χρήση των εργαστηρίων της Οικιακής Οικονομίας στο σχολείο. Οι μαθητές/τριες όλων των βαθμίδων θα πρέπει να έχουν την ευκαιρία να αποκτήσουν δεξιότητες μαγειρικής (χειρισμού, προετοιμασίας, επεξεργασίας τροφίμων) με ευχάριστο τρόπο και να πειραματιστούν με φαγητά διάφορων πολιτισμών. Η χρήση των εργαστηρίων της μαγειρικής, πέραν των στόχων της υποενότητας για το φαγητό, θα πρέπει να αξιοποιούνται ευκαιριακά από όλες τις τάξεις και βαθμίδες της εκπαίδευσης στα πλαίσια εκδηλώσεων του σχολείου (π.χ. ετοιμασία κεραστικών, μικρών σνακ για περίπατο κ.ά.).

4. Αξιολόγηση

Ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα στην αξιολόγηση προγραμμάτων Αγωγής Υγείας είναι η δυσκολία αλλά και η αδυναμία της εκπαίδευσης να προκαλέσει αλλαγές στη συμπεριφορά των ατόμων. Δυσκολία γιατί ο εκπαιδευτικός δεν μπορεί για κάθε θεματική ενότητα ή υποενότητα να ερευνά κατά πόσον το τελικό αποτέλεσμα σε σχέση με τη συμπεριφορά μαθητών/μαθητριών οφείλεται στη δική του παρέμβαση και όχι σε άλλες ενέργειες που συμβαίνουν ταυτόχρονα στο ευρύτερο περιβάλλον. Εξάλλου ο εκπαιδευτικός αναμένεται να αξιολογεί την εκπαιδευτική διαδικασία και όχι να ερευνά την επίδραση της παρέμβασής του στη συμπεριφορά. Αδυναμία, γιατί η συμπεριφορά και η υγεία του ατόμου και ιδιαίτερα των νέων εξαρτώνται από παράγοντες (όπως τόπος διαμονής, κοινωνική τάξη, μέσα μαζικής επικοινωνίας, φίλοι) που δεν ανήκουν άμεσα στο χώρο της εκπαίδευσης. Λαμβάνοντας υπόψη τα πιο πάνω, η αξιολόγηση για το Πρόγραμμα Σπουδών της Αγωγής Υγείας συνοψίζεται στα ακόλουθα σημεία:

4.1 Η στοχοθέτηση και οι δείκτες επιτυχίας στο Αναλυτικό Πρόγραμμα είναι ρεαλιστική και περιορίζεται στις δυνατότητες της εκπαίδευσης. Για παράδειγμα, αναμένεται από την εκπαίδευση να «διδάξει» τρόπους διαχείρισης του θυμού στο μαθητή και στη μαθήτριά, αλλά η διαχείριση του θυμού εκ μέρους του μαθητή εξαρτάται από πολλούς παράγοντες οι οποίοι δεν περιορίζονται στο σχολικό περιβάλλον του μαθητή μόνο. Η ρεαλιστική τοποθέτηση των Δεικτών Επιτυχίας διευκολύνει την παρακολούθηση της επιτυχίας τους, αφού αναφέρονται σε μαθησιακές διαδικασίες. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να καθορίζει δείκτες επιτυχίας για κάθε θεματική ενότητα που αναπτύσσει. Για παράδειγμα για την υποενότητα 2.1 (βλ. πίνακα στην παράγραφο 2.2) οι δείκτες επιτυχίας μπορεί να είναι οι ακόλουθοι:

Οι μαθητές/τριες να μπορούν να:

- Ορίζουν και να επεξηγούν τον δικό τους τρόπο που ορίζουν την έννοια υγεία και τον υγιεινό τρόπο ζωής.
- Κατονομάζουν παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία από το άμεσο και το ευρύτερο περιβάλλον.
- Εισηγούνται αλλαγές στο άμεσο περιβάλλον τους που να βελτιώνουν την υγεία.

4.2 Η εφαρμογή του Σχολείου Προαγωγής Υγείας συστήνεται να αξιολογείται ως προς το σχέδιο δράσης του σχολείου το οποίο αναμένεται να συντάσσεται κατά το πρώτο δίμηνο της σχολικής χρονιάς. Τα σχολεία καλούνται να δημιουργήσουν «Φάκελο Αγωγής Υγείας» στον οποίο να τοποθετούνται έντυπα και υλικό σχετικά με τις δράσεις που αναπτύσσονται στο σχολείο. Οι εμπλε-

κόμμενοι φορείς σε κοινή συνεδρία θα πρέπει να μελετήσουν το αρχικό σχέδιο δράσης και το «Φάκελο Αγωγής Υγείας» και να καθορίσουν περιοχές και δράσεις που επιτεύχθηκαν, δεν επιτεύχθηκαν ή που χρειάζονται βελτίωση. Αναμένεται επίσης να αξιολογήσουν τη μεθοδολογία που ακολουθήθηκε με βάση τα χαρακτηριστικά εκείνα τα οποία κατ' επανάληψη αποδείχτηκαν να σχετίζονται με την επιτυχία ενός προγράμματος. Αυτά είναι η ολιστική προσέγγιση, η συμμετοχή και ενδυνάμωση των συμμετεχόντων, η συνεργασία με την κοινότητα και η συνοχή στο δομικό σύστημα του σχολείου.

4.3 Η αυτο-αξιολόγηση αποτελεί ουσιαστικό μεθοδολογικό εργαλείο στα θέματα Αγωγής Υγείας, αφού προάγει την κριτική επεξεργασία. Μερικές ενδεικτικές στρατηγικές και παραδείγματα αυτο-αξιολόγησης είναι οι ακόλουθες:

- Οι μαθητές/τριες καταγράφουν σε μικρές ομάδες τα αίτια της αποτυχίας ή της επιτυχίας των δράσεων τους που αφορούν στην υγεία.
- Οι μαθητές/τριες σημειώνουν σε προσωπικό τους σημειωματάριο (π.χ. τι έμαθαν, τι θα προσπαθήσουν να κάνουν για την επόμενη βδομάδα). Επιλέγουν τι θέλουν να μοιραστούν με το σύνολο της τάξης.
- Οι μαθητές/τριες χωρίζονται σε τριάδες και συζητούν για κάτι που έμαθαν από το μάθημα, για κάτι που τους άρεσε και για κάτι που θα προτιμούσαν να γινόταν διαφορετικά.
- Οι μαθητές/τριες στέκονται σε κύκλο και αναφέρουν ένα συναίσθημα που σχετίζεται με το μάθημα και που τους έκανε να νιώσουν άβολα και ένα συναίσθημα που τους έκανε να νιώσουν ευχάριστα.

