

ΦΕΚ Β΄ 2321



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ  
ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

Να διατηρηθεί μέχρι  
Βαθμός ασφαλείας

ΕΝΙΑΙΟΣ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ  
Π/ΘΜΙΑΣ ΚΑΙ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ  
Δ/ΝΣΗ ΣΠΟΥΔΩΝ Π/ΘΜΙΑΣ ΚΑΙ Δ/ΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠ/ΣΗΣ  
ΤΜΗΜΑ Α΄

Μαρούσι 03-10-2011  
Αριθ. Πρωτ. 113726/Γ2  
Βαθμός Προτερ.

Ταχ. Δ/ση: Α. Παπανδρέου 37  
Τ.Κ.-Πόλη: 151 80 Μαρούσι  
Ιστοσελίδα: <http://www.minedu.gov.gr>  
Πληροφορίες: Κ. Παπαχρήστος  
Σ. Μερκούρης  
Τηλέφωνο : 210 3443284, 210 3442234

Α Π Ο Φ Α Σ Η

**ΘΕΜΑ: Έγκριση Προγραμμάτων Σπουδών Πρωτοβάθμιας & Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης για την Πιλοτική τους Εφαρμογή του διδακτικού πεδίου Σχολική και Κοινωνική Ζωή.**

Έχοντας υπόψη:

1. Τις διατάξεις του εδαφ. β της παραγράφου 3 του άρθρου 1 του Ν. 1566/85 (ΦΕΚ Α΄ 167).
2. Τις διατάξεις του εδαφ. α της παραγράφου 9 του άρθρου 3, του εδαφ. ε της παραγράφου 11 του άρθρου 4, του εδαφ. γ της παραγράφου 11 του άρθρου 5 και του εδαφ. γ της παραγράφου 2 του άρθρου 24 του Ν. 1566/85 (ΦΕΚ Α΄ 167), όπως τροποποιήθηκαν και ισχύουν με τις διατάξεις 1 και 2 του άρθρου 7 του Ν. 2525/97 (ΦΕΚ Α΄188) "Ενιαίο Λύκειο, πρόσβαση των αποφοίτων στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση, αξιολόγηση του εκπαιδευτικού έργου και άλλες διατάξεις".
3. Τις διατάξεις της παραγράφου 33 του άρθρου 20 του Ν. 3966/2011 (ΦΕΚ Α΄ 118).
4. Τις διατάξεις του άρθρου 90 του κώδικα Νομοθεσίας για την Κυβέρνηση και τα Κυβερνητικά όργανα που κυρώθηκε με το άρθρο πρώτο του Π.Δ. 63/2005 (ΦΕΚ Α΄ 98).
5. Την περίπτωση β, της παραγράφου 7, του άρθρου 13, του Π.Δ. 201/98 (ΦΕΚ 161, Τ. Α΄) «Οργάνωση και λειτουργία δημοτικών σχολείων».
6. Την 1120/Η/7-1-2010 (ΦΕΚ Β1) κοινή Απόφαση του Πρωθυπουργού και της Υπουργού Παιδείας, Δια Βίου Μάθησης και Θρησκευμάτων με θέμα: «Καθορισμός αρμοδιοτήτων των Υφυπουργών του Υπουργείου Παιδείας, Δια Βίου Μάθησης και Θρησκευμάτων».
7. Την εισήγηση του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου, όπως αυτή διατυπώθηκε με την αριθμ. 22/2011πράξη του Συντονιστικού Συμβουλίου του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου.
8. Την με αριθμ. 11279/28-7-2010 Απόφαση Ένταξης της Πράξης «ΝΕΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (Σχολείο 21ου αιώνα) – Νέο πρόγραμμα σπουδών» στους Άξονες Προτεραιότητας 1,2,3, -Οριζόντια Πράξη».
9. Τη με αριθμ. 14647/30-09-2010 Σύμφωνη Γνώμη ΕΥΔ για το σχέδιο «Απόφασης Υλοποίησης με ίδια μέσα του Π.Ι. για το Υποέργο 1 της Πράξης «ΝΕΟ ΣΧΟΛΕΙΟ (Σχολείο 21ου αιώνα) – Νέο πρόγραμμα σπουδών» στους Άξονες Προτεραιότητας 1,2,3, -Οριζόντια Πράξη», με κωδικό MIS 295450.
10. Το γεγονός ότι δεν έχει εκδοθεί Υπουργική Απόφαση σύμφωνα με την παράγραφο 33 του άρθρου 20 του Ν. 3966/2011 (ΦΕΚ Α΄ 118).
11. Το γεγονός ότι από την απόφαση αυτή δεν προκαλείται δαπάνη σε βάρος του κρατικού προϋπολογισμού.

## Αποφασίζουμε

Καθορίζουμε τα παρακάτω προγράμματα σπουδών Πρωτοβάθμιας & Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης (Δημοτικό και Γυμνάσιο) του διδακτικού πεδίου **Σχολική και Κοινωνική Ζωή** και συγκεκριμένα των μαθησιακών αντικειμένων:

1. Σχολική και Κοινωνική Ζωή (Δημοτικό και Γυμνάσιο)
2. Φυσική Αγωγή (Δημοτικό και Γυμνάσιο), ως εξής:

### Διδακτικό αντικείμενο: Σχολική και Κοινωνική Ζωή

#### Πρόγραμμα σπουδών Δημοτικού

##### Διδακτικό μαθησιακό αντικείμενο: Σχολική και Κοινωνική Ζωή

Η «Σχολική και Κοινωνική ζωή» (ΣΚΖ) συνιστά μια σημαντική καινοτομία του νέου Προγράμματος Σπουδών. Πρόκειται για ένα νέο γνωστικό αντικείμενο, το οποίο εισάγεται για πρώτη φορά στο πλαίσιο της υποχρεωτικής εκπαίδευσης. Η ΣΚΖ **δεν αποτελεί «μάθημα»** υπό τη συνήθη έννοια του όρου αλλά τομέα δράσεων και δραστηριοτήτων βασιζόμενων στη βιωματική προσέγγιση, την εργασία σε ομάδες, την ενεργό συμμετοχή των μαθητών αλλά και όλων των μελών της σχολικής κοινότητας.

Η σημαντική επίδραση που ασκεί στη σχολική επιτυχία και στη μάθηση ο συναισθηματικός και κοινωνικός τομέας ώθησε πολλά εκπαιδευτικά συστήματα διεθνώς στη συστηματική διδασκαλία των κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των παιδιών και την ένταξη της διδασκαλίας τους στο αναλυτικό πρόγραμμα των μαθημάτων, δημιουργώντας ένα αντίστοιχο "συναισθηματικό αναλυτικό πρόγραμμα" (emotional curriculum).

Με βάση την προσέγγιση αυτή, το σχολείο, εκτός από ακαδημαϊκές γνώσεις, η ΣΚΖ παρέχει δεξιότητες ζωής, οι οποίες –όπως έχει αποδειχθεί από τη διεθνή και ελληνική έρευνα και εμπειρία- όχι μόνο δεν είναι αυτονόητες και αναπτυξιακά προδιαγεγραμμένες αλλά μπορούν να «διδάσκονται» με συστηματικό τρόπο στο σχολείο, αποτελώντας μέρος του προγράμματος σπουδών ή/και διαπνέοντας όλα τα υπόλοιπα μαθησιακά αντικείμενα. Στόχοι αυτής της προσέγγισης είναι η ενίσχυση της θετικής ανάπτυξης των μαθητών σε όλους τους τομείς, η ενδυνάμωση της ψυχικής ανθεκτικότητας και ευεξίας των μελών της σχολικής κοινότητας, η βελτίωση της παιδαγωγικής σχέσης και της μαθησιακής διαδικασίας καθώς και η γενικότερη προσαρμογή των μαθητών στη σχολική ζωή και στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο. Οι τάξεις και γενικότερα το σχολείο μπορούν να γίνουν πλαίσια τα οποία λειτουργούν ως κοινότητες όπου ο καθένας συνεργάζεται, νοιάζεται και φροντίζει τον άλλο. Επιπλέον, έμφαση δίνεται στη σύνδεση του σχολείου με την ευρύτερη κοινότητα καθώς το σχολείο δεν θεωρείται αποκομμένο από την κοινωνική ζωή αλλά αποτελεί ζωντανό και αναπόσπαστο κομμάτι του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου, διευκολύνοντας, έτσι, τη μετάβαση των παιδιών από το σχολείο στην κοινωνία.

#### Σκοπός του ΠΣ

Οι γενικοί σκοποί του ΠΣ «Σχολική και Κοινωνική Ζωή» ενσωματώνουν τις βασικές αρχές του Νέου Σχολείου, καθώς και τα συμπεράσματα της διαβούλευσης σε ευρωπαϊκό επίπεδο σχετικά με τη βελτίωση των ικανοτήτων για τον 21<sup>ο</sup> αιώνα και την ευρωπαϊκή συνεργασία στον τομέα της εκπαίδευσης<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Ανακοίνωση της επιτροπής των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων SEC(2008)2177 και Σύσταση 2006/962/ΕΚ.

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, η «Σχολική και Κοινωνική Ζωή», επιχειρεί να συμβάλει:

- ✓ στην ολόπλευρη **θετική ανάπτυξη** των μαθητών και στην προαγωγή της **σωματικής και ψυχικής τους υγείας και ευεξίας**
- ✓ στην **καλλιέργεια ικανοτήτων και αξιών** που είναι απαραίτητες για μια επιτυχημένη ζωή στα σύγχρονα κοινωνικά δεδομένα
- ✓ στην ανάπτυξη κλίματος επικοινωνιακής **επικοινωνίας, συνεργατικότητας**, καλών σχέσεων στην ομάδα, αποδοχής και αξιοποίησης της **διαφορετικότητας**, ενθάρρυνσης της **δημιουργικότητας** και της **καινοτομίας**
- ✓ στην ανάπτυξη μιας διαφορετικής, ολιστικής προσέγγισης της μάθησης με χαρακτηριστικά την **κριτική σκέψη**, την **έρευνα**, την ενεργό **συμμετοχή** και την ανάληψη **προσωπικής ευθύνης και δράσης** των μαθητών για την κατάκτηση της γνώσης και των μαθησιακών στόχων
- ✓ στην πρόληψη φαινομένων όπως η **εγκατάλειψη του σχολείου**, ο **κοινωνικός αποκλεισμός** και οι **εκδηλώσεις βίας** στο σχολικό περιβάλλον
- ✓ στην ενίσχυση της **αίσθησης της κοινότητας** στο σχολικό περιβάλλον, η οποία προάγει τη μάθηση και τη **διασύνδεση** του σχολείου με τη ζωή της ευρύτερης κοινότητας.

#### **Μεθοδολογία**

Με δεδομένο το μεγάλο πλήθος των θεμάτων και των Προσδοκώμενων Μαθησιακών Αποτελεσμάτων που απαρτίζουν ένα ΠΣ που αφορά στην ψυχοκοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη και προσαρμογή των μαθητών, στην πιλοτική εφαρμογή έχουν δομηθεί τα ακόλουθα έξι Σχέδια Εργασίας (Σ.Ε.) για όλες τις τάξεις του Δημοτικού σχολείου (βλ. Οδηγό Εκπαιδευτικού):

- **Είμαστε μία ομάδα - Μαθαίνουμε τον εαυτό μας:** Το πρώτο Σ.Ε. αφορά τη δόμηση της ομάδας-τάξης και εστιάζει σε ζητήματα που αφορούν στην εικόνα των μαθητών για τον εαυτό τους όσο και στην εικόνα που σχηματίζουν οι «σημαντικοί άλλοι» για αυτούς, με στόχο την ενίσχυση της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησής τους.
- **Γινόμαστε καλύτεροι:** Το δεύτερο Σ.Ε. εστιάζει στην ενίσχυση των παιδιών στην διαδικασία αξιοποίησης των δυνατοτήτων και αντιμετώπισης των «αδυναμιών» τους. Επιπλέον, στοχεύει στην ανάπτυξη εσωτερικών δυνάμεων και στρατηγικών για τη διαχείριση δυσάρεστων συναισθημάτων και στρεσογόνων καταστάσεων της καθημερινής ζωής. Τέλος, δίνει έμφαση στην ενίσχυση δεξιοτήτων που συμβάλλουν στην ανάπτυξη υγιών διαπροσωπικών σχέσεων σε δυαδικό και ομαδικό επίπεδο.
- **Εμείς και οι άλλοι γύρω μας:** Το συγκεκριμένο Σ.Ε. επικεντρώνεται στις σχέσεις με τους άλλους. Ειδικότερα, στοχεύει στην ανάπτυξη δεξιοτήτων για τη βελτίωση της επικοινωνίας, την αποδοχή των ποικίλων διαστάσεων της διαφορετικότητας, τη διαχείριση των συγκρούσεων και τη συνειδητοποίηση και προάσπιση των προσωπικών ορίων στο πλαίσιο μίας ομάδας. Τέλος, στις μεγαλύτερες τάξεις δίνει έμφαση στις αξίες και διαδικασίες που διέπουν τις ενδοομαδικές και διομαδικές σχέσεις.
- **Διαχειρίζομαι τις συγκρούσεις μου – Βάζω όρια:** Το τέταρτο Σ.Ε. στοχεύει στην καλλιέργεια δεξιοτήτων για τη λειτουργική διαχείριση των συγκρούσεων των μαθητών μεταξύ τους. Στο δεύτερο ηλικιακό κύκλο ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στις εκδηλώσεις βίας και επιθετικότητας εντός και εκτός του σχολικού περιβάλλοντος και σε μορφές λειτουργικής αντίδρασης και αναζήτησης βοήθειας σε ανάλογες καταστάσεις.
- **Είμαστε κοινότητα:** Το συγκεκριμένο Σ.Ε. επικεντρώνεται στην ανάπτυξη της αίσθησης του «ανήκειν» στη σχολική κοινότητα, στοχεύοντας σε δεξιότητες που αφορούν στην ανάπτυξη της προσωπικής αίσθησης ευθύνης, στη συμμετοχή στη λήψη αποφάσεων και σε συλλογικές

δράσεις της τάξης και του σχολείου. Τέλος, έμφαση δίνεται στην αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου μέσα από δράσεις που συνδέουν το σχολείο με τη ζωή της ευρύτερης κοινότητας.

- **Φροντίζω τον εαυτό μου:** Το τελευταίο Σ.Ε. έχει ως στόχο την ενδυνάμωση των μαθητών στη λήψη αποφάσεων και την υιοθέτηση συμπεριφορών που αποβλέπουν στην προαγωγή της σωματικής υγείας και της ασφάλειάς τους. Ειδικότερα, επιχειρείται η ανάπτυξη στάσεων και δεξιοτήτων σωστής διατροφής, αποφυγής κινδύνων και ατυχημάτων, σωματικής υγιεινής και αποφυγής της χρήσης καπνού και αλκοόλ.

**Α. Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**  
**Υποενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩΝΤΑΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ»**

**Στόχοι της υποενότητας είναι:**

Οι μαθητές να είναι σε θέση, στη διάρκεια της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, να κατανοούν βασικά δομικά στοιχεία της επικοινωνίας, να αντιλαμβάνονται τη λεκτική και μη-λεκτική επικοινωνία και να γνωρίζουν διαστάσεις που κάνουν την επικοινωνία αποτελεσματικότερη όπως είναι η κατανόηση των ρόλων και η αποδοχή και δεσμευτική τήρηση κανόνων.

Για τους μαθητές στις μεγαλύτερες τάξεις του Δημοτικού επισημαίνονται οι διαφορές στην επικοινωνία σε διαφορετικούς χώρους και χρόνους, δηλαδή σε διαφορετικά πλαίσια, η διαφοροποίηση της άμεσης, πρόσωπο-με-πρόσωπο επικοινωνίας από την έμμεση-διαμεσολαβημένη επικοινωνία, καθώς και η διαπολιτισμική επικοινωνία.

Για τους μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης επιδιώκεται η κατανόηση της λειτουργίας της επικοινωνίας σε διαπροσωπικό, διομαδικό και πολιτισμικό επίπεδο και δίνεται έμφαση, σε επίπεδο κριτικής και αφηρημένης σκέψης που αφορά στην εφηβεία, στους κανόνες επικοινωνίας και στους κοινωνικούς ρόλους που αναπτύσσονται, καθώς και στους φραγμούς επικοινωνίας που καθιστούν την επικοινωνία δυσλειτουργική. Τέλος, οι μαθητές καλούνται να επεξεργαστούν τις ιδιαιτερότητες και τα νέα ζητήματα που προκύπτουν κατά την επικοινωνία σε εικονικά, δικτυακά περιβάλλοντα και εξοικειώνονται με την ανάγκη για καθορισμό του νοήματος του μέσου/των μέσων που επιλέγουν για επικοινωνία.

**Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**  
**Υποενότητα: ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩΝΤΑΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ, Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΛΕΚΤΙΚΗ ΚΑΙ ΜΗ ΛΕΚΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ</b>            ΠΜΑ: 1, 2, 3, 4, 5            {πώς επικοινωνώ με τους άλλους με λόγια}            {πώς επικοινωνώ χωρίς λόγια, δηλ. με το σώμα μου, με εκφράσεις του προσώπου, χειρονομίες}            {πώς συνδυάζω το σώμα μου και τα λόγια μου όταν θέλω να επικοινωνήσω με τους άλλους}            {πώς μπορώ να πω το ίδιο μήνυμα με πολλούς τρόπους, στο σπίτι, στην τάξη μου, στους φίλους μου}            ΠΜΑ 6            {πώς επικοινωνώ με το τηλέφωνο, με το fax, με τα σήματα στο δρόμο}  <b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ</b>            ΠΜΑ: 7            {βρίσκω ποιος στέλνει ένα μήνυμα και σε ποιον}            {βρίσκω τι «λέει» το μήνυμα}            ΠΜΑ:8            {παρακολουθώ το αποτέλεσμα της επικοινωνίας δηλ τι απαντάει ο δέκτης, πόσο σωστά καταλαβαίνει ο ένας τι λέει ο άλλος κλπ}            ΠΜΑ: 9            {μαθαίνω να «στέλνω» καθαρά το δικό</p>	<p>Οι μαθητές/τριες να μπορούν:            1. Να κατανοούν τα καθημερινά λεκτικά και μη λεκτικά μηνύματα όπως είναι ο χαιρετισμός, η άρνηση, η κατάφαση, το αίτημα για συνομιλία, η επιβράβευση, η ενθάρρυνση, μέσα στην οικογένεια και στην τάξη.            2. Να αναγνωρίζουν βασικά κανάλια της μη-λεκτικής επικοινωνίας            3. Να χρησιμοποιούν το σώμα τους για να επικοινωνήσουν με μη λεκτικό τρόπο δηλ. με τις εκφράσεις του προσώπου, το βλέμμα, τη στάση και τις κινήσεις του σώματος.            4. Να συνδυάσουν λεκτικούς και μη λεκτικούς τρόπους για να μεταδώσουν ένα μήνυμα.            5. Να αναγνωρίζουν ότι οι άνθρωποι μπορούν να επικοινωνούν με περισσότερους από έναν τρόπους.            6. Να αναγνωρίζουν και να αξιοποιούν τα διαφορετικά μέσα επικοινωνίας (τηλέφωνο, Η/Υ, βασικά οδικά σήματα)            7. Να αναγνωρίζουν τα</p>	<p><b>ΠΜΑ 2, 3</b>  <u>Παιχνίδι χωρίς λόγια:</u> Ο εκπαιδευτικός προβάλλει απόσπασμα από μια ταινία του βωβού κινηματογράφου και ζητά από τα παιδιά να περιγράψουν το νόημα. Η τάξη καταλήγει στο συμπέρασμα πως μπορούμε να επικοινωνούμε και χωρίς λόγια. Οι μαθητές αναζητούν παραδείγματα από την καθημερινή ζωή και σε ομάδες αναπαριστούν τους σωματικούς διαλόγους.  <b>ΠΜΑ 4, 5</b>            Οι μαθητές μαθαίνουν τη σημασία του συνδυασμού των λεκτικών και μη-λεκτικών μηνυμάτων της καθημερινής ζωής π.χ. βασικούς χαιρετισμούς με λόγια και χειρονομίες, χειρονομίες άρνησης και κατάφασης, ενθάρρυνσης, επιβράβευσης και επαίνου, συμβολισμούς της νίκης χωρίς λόγια ή της επιτυχίας κλπ.  <b>ΠΜΑ: 7, 8</b>  <u>Το γαϊτανάκι της επικοινωνίας:</u> Ο εκπαιδευτικός προβάλλει ένα μικρό απόσπασμα (πχ 1 λεπτού) από μια ταινία πχ με κινούμενα σχέδια ή αστερίξ κλπ και ζητά από τους μαθητές να βρουν :  <ul style="list-style-type: none"> <li>• ποιος «παίρνει μέρος» σε αυτό, πού και πότε συμβαίνει, δηλ να βρουν τους ήρωες της ιστορίας</li> <li>• να βρουν όσο γίνεται πιο πολλά από τα λεκτικά και από τα μη λεκτικά μηνύματα που ανταλλάσσονται</li> <li>• Πότε επικοινωνούν οι ήρωες ικανοποιητικά, με σαφήνεια και πότε όχι (παρεξηγήσεις, ίσως παρερμηνείες).</li> </ul> </p>	<p><u>Για ΠΜΑ 2, 3</u>            DVD με ταινία, Η/Υ projector και οθόνη προβολής             Παντομίμα μαθητών και εκπαιδευτικού   <u>Για ΠΜΑ 4, 5</u>            Κολλάζ με συλλογή από εικόνες που δείχνουν χειρονομίες, εκφράσεις προσώπου, συμβολικές εκφράσεις ή χειρονομίες   <u>Για ΠΜΑ 7, 8</u>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• DVD με ταινίες</li> <li>• Η/Υ</li> <li>• Projector και οθόνη προβολής</li> </ul> </p>

<p>μου μήνυμα στο σπίτι, στο σχολείο, στην παρέα μου}</p> <p><b>ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΑ ΑΠΟΔΕΧΟΜΑΙ ΚΑΙ ΝΑ ΤΗΡΩ ΚΑΝΟΝΕΣ</b></p> <p>ΠΜΑ: 10 {βρίσκω κανόνες που ισχύουν στην επικοινωνία μέσα στην τάξη, την οικογένεια, την παρέα, την πολυκατοικία}</p> <p>ΠΜΑ: 11 {δημιουργώ απλούς κανόνες επικοινωνίας για να επικοινωνώ καλύτερα στην τάξη, την οικογένεια, την παρέα, την πολυκατοικία }</p> <p><b>ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΡΟΛΟΥΣ</b></p> <p>ΠΜΑ: 12 {βρίσκω ρόλους στην καθημερινή ζωή, π.χ. μαθητής, αρχηγός της ομάδας, αδελφός}</p> <p>ΠΜΑ: 13 {πώς επικοινωνώ με τους άλλους μέσα από τον κοινωνικό ρόλο μου}</p>	<p>μηνύματα που ανταλλάσσονται</p> <p>8. Να αναγνωρίζουν τις συνέπειες ενός μηνύματος (επανατροφοδότηση της επικοινωνίας - feedback).</p> <p>9. Να επικοινωνούν με σαφήνεια και καθαρότητα ένα απλό μήνυμα.</p> <p>10. Να αναγνωρίζουν την ύπαρξη κανόνων στην επικοινωνία</p> <p>11. Να διατυπώνουν στοιχειώδεις κανόνες επικοινωνίας</p> <p>12. Να αναγνωρίζουν βασικούς κοινωνικούς ρόλους στο άμεσο περιβάλλον τους</p> <p>13. Να αναγνωρίζουν ότι οι κοινωνικοί ρόλοι (γονιός, δάσκαλος, μαθητής, αδελφός) επηρεάζουν τον τρόπο που επικοινωνούν οι άνθρωποι.</p>	<p><b>ΠΜΑ: 10, 11</b> <u>Το καπέλο των κανόνων:</u> Ο εκπαιδευτικός κρατά ένα καπέλο και ζητά από τους μαθητές να ρίξουν μέσα ο καθένας ή ανά ομάδες ένα χαρτάκι που θα αναφέρει με λόγια ή με ζωγραφιά ένα πράγμα/μια ιδέα/μια κατάσταση για το πώς θα ζούμε μαζί καλύτερα μέσα στην τάξη και ένα άλλο για το τι δεν μας αρέσει να συμβαίνει μέσα στην τάξη. Το υλικό μετατρέπεται από την ομάδα της τάξης σε κανόνες διατυπωμένους με θετικό τρόπο και γίνεται κολάζ από ζωγραφιές ή από κείμενο στους τοίχους της τάξης.</p> <p><b>ΠΜΑ: 12, 13</b> Ένα σενάριο που προσομοιώνεται με παιχνίδι ρόλων σε ζευγάρια με το δάσκαλο και ένα μαθητή/μία μαθήτρια, σε ποικιλία ρόλων μεταξύ ενήλικα και παιδιού, στην οικογένεια (άλλο μέλος της οικογένειας-παιδί), στην τάξη (εκπαιδευτικός-μαθητής), στην παρέα που παίζει, σε γείτονες που συναντώνται στο ασανσέρ ή στην πλατεία της γειτονιάς.</p>	<p><u>Για ΠΜΑ: 10, 11</u> Χαρτί, καπέλο, ξυλομπογιές, χαρτόνι.</p>
---	--	---	--

**Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**  
**Υποενότητα: ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩΝΤΑΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ, Β' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΛΕΚΤΙΚΗ ΚΑΙ ΜΗ- ΛΕΚΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ</b>            ΠΜΑ: 1            {πώς επικοινωνώ με τους άλλους με λόγια και πώς χωρίς λόγια, δηλ. με το σώμα μου, με εκφράσεις του προσώπου, με χειρονομίες}</p> <p>ΠΜΑ: 2            {πώς συνδυάζω το σώμα μου και τα λόγια μου όταν θέλω να επικοινωνήσω με τους άλλους}</p> <p>ΠΜΑ: 3            {πώς μπορώ να πω το ίδιο μήνυμα με πολλούς τρόπους, στο σπίτι, στην τάξη, στους φίλους μου}            {πώς επικοινωνούν οι άνθρωποι σε άλλους τόπους της γης}</p> <p><b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ</b>            ΠΜΑ: 4            {μαθαίνω να λέω τη γνώμη μου ακόμα κι αν δεν συμφωνούν μ' αυτήν οι περισσότεροι}</p> <p>ΠΜΑ: 5, 6            {πώς ακούω τον άλλον: σέβομαι τη γνώμη του, προσπαθώ να καταλάβω πώς σκέπτεται, πώς νιώθει -μπαίνω στη θέση του}</p> <p>ΠΜΑ: 7            {καταλαβαίνω τι θέλω και μπορώ,</p>	<p>Οι μαθητές/τριες να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αναγνωρίζουν πιο σύνθετα κανάλια μη-λεκτικής επικοινωνίας</li> <li>2. Να εμπλουτίσουν τους τρόπους που μπορούν να επικοινωνήσουν με μη λεκτικό τρόπο δηλ. με τις εκφράσεις του προσώπου, το βλέμμα, τη στάση και τις κινήσεις του σώματος, τη σωματική επαφή-άγγιγμα</li> <li>3. Να κατανοούν τη σημασία πιο πολύπλοκων καθημερινών λεκτικών και μη λεκτικών μηνυμάτων και το συνδυασμό τους, π.χ. άρνηση για συνέχιση της συζήτησης ή αίτημα για έναρξη νέας συνομιλίας, μέσα στην οικογένεια, στην τάξη, σε διαφορετικές κοινωνικές ομάδες και σε διαφορετικούς πολιτισμούς.</li> <li>4. Να διατυπώνουν μια προσωπική θέση και να την υποστηρίζουν, ακόμα κι αν δεν είναι σε συμφωνία με την «επικρατέστερη» άποψη της ομάδας</li> <li>5. Να αναγνωρίζουν ότι οι άνθρωποι μπορούν να έχουν διαφορετικές απόψεις/θέσεις για το ίδιο θέμα και να τις σέβονται όλες ακόμα κι αν είναι αντίθετες από τη δική τους.</li> <li>6. Να προσπαθούν να κατανοούν την «άλλη» άποψη όταν είναι διαφορετική, προσπαθώντας να μπουν στη θέση του</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ 1, 2</b>  <u>Παιχνίδια χωρίς λόγια:</u>            Οι μαθητές ανακαλύπτουν τη σημασία των μη λεκτικών μηνυμάτων της ευρύτερης κοινωνικής ζωής (χαιρετισμοί διαφόρων ειδών, χαιρετισμοί εθνών, συμβολισμοί κλπ)            Ο εκπαιδευτικός προβάλλει απόσπασμα από μια ταινία του βωβού κινηματογράφου και ζητά από τα παιδιά να περιγράψουν το νόημα. Η τάξη καταλήγει στο συμπέρασμα πως μπορούμε να επικοινωνούμε χωρίς λόγια. Οι μαθητές αναζητούν παραδείγματα από την καθημερινή ζωή και σε ομάδες αναπαριστούν την ιστορία μόνο με παντομίμα.</p> <p><b>ΠΜΑ 3</b>            Οι μαθητές μαθαίνουν τη σημασία του συνδυασμού των λεκτικών και μη-λεκτικών μηνυμάτων της καθημερινής ζωής στη δική μας χώρα και σε άλλες, μέσα από video, προβολή φωτογραφικού υλικού και παρουσιάσεις.</p> <p><b>ΠΜΑ 4, 5</b>            Σε μια ιστορία-σενάριο με ένα δίλημμα, οι μαθητές διατυπώνουν τη δική τους γνώμη για ένα από τα δύο σκέλη του διλήμματος</p> <p><b>ΠΜΑ 5, 6, 7</b>            Άσκηση στο παιχνίδι «πώς μπορεί με βλέπουν οι άλλοι» συγκριτικά με το «πώς βλέπω εγώ τον εαυτό μου» με κείμενο που ζητείται να γράψουν οι μαθητές ή με ζωγραφιά            Οι μαθητές γράφουν γράμμα σε κάποιον/κάποια που δεν γνωρίζουν καλά διατυπώνοντας την</p>	<p><u>Για ΠΜΑ 1</u>            DVD με ταινία, Η/Υ projector και οθόνη προβολής</p> <p><u>Για ΠΜΑ 1, 2</u>            Παντομίμα μαθητών και εκπαιδευτικού</p> <p><u>Για ΠΜΑ 3, 4</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Χαρτί</li> <li>• Μαρκαδόροι, χρώματα</li> <li>• Ψηφιακή φωτ.μηχανή</li> <li>• Εκτυπωτής</li> <li>• Κάμερα</li> <li>• Η/Υ</li> </ul> <p><u>Για ΠΜΑ 5, 6</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Χαρτί</li> <li>• Μολύβι</li> <li>• Ξυλομπογιές ή μαρκαδόροι</li> </ul>



<p>διατηρώ τη δική μου γνώμη και συνειδητά «δέχομαι» ή «αρνούμαι»}</p> <p><b>ΔΙΑΜΟΡΦΩΝΩ ΚΑΝΟΝΕΣ ΚΑΙ ΔΕΣΜΕΥΟΜΑΙ ΝΑ ΤΟΥΣ ΤΗΡΩ</b></p> <p>ΠΜΑ: 8,10</p> <p>{τι πρέπει να κάνω για να επικοινωνώ καλύτερα μέσα στο σπίτι, στο σχολείο, στο γήπεδο, στην αγορά?}</p> <p>ΠΜΑ: 9,10</p> <p>{τι πρέπει να κάνω για να επικοινωνώ καλύτερα με τους φίλους μου, με τους γονείς μου, με το δάσκαλο μου?}</p> <p>ΠΜΑ: 10,11</p> <p>{δημιουργώ κανόνες επικοινωνίας για να επικοινωνώ καλύτερα σε κάθε συγκεκριμένο πλαίσιο και δεσμεύομαι να τους τηρώ, νιώθω την ευθύνη.</p> <p><b>ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΡΟΛΟΥΣ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΑ</b></p> <p>ΠΜΑ: 12</p> <p>{ποιους ρόλους έχω στην καθημερινή ζωή μου σήμερα π.χ. μαθητής, αρχηγός της ποδοσφαιρικής ομάδας, αδελφός}</p> <p>{ποιοι ρόλοι μου θα σταματήσουν να ισχύουν στο μέλλον και ποιοι άλλοι θα εμφανιστούν στη ζωή μου}</p> <p>ΠΜΑ: 13</p> <p>{ποιους κανόνες εφαρμόζω ανάλογα με το ρόλο μου?}</p> <p>ΠΜΑ: 14</p> <p>{ πώς ο ρόλος μου με κάνει να συμπεριφέρομαι?}</p> <p>{πώς ο ρόλος με βοηθά να μπορώ να</p>	<p>άλλου.</p> <p>7.Να λένε εμπρόθετα «ναι» και «όχι» και να στηρίζουν τη θέση τους.</p> <p>8.Να βρίσκουν και να κατηγοριοποιούν τους κανόνες επικοινωνίας σε οικεία περιβάλλοντα, π.χ. στην τάξη, στο σχολείο, στο γήπεδο, στο σπίτι, στο λεωφορείο, στην αγορά, στο νοσοκομείο, στη γιορτή.</p> <p>9. Να βρίσκουν και να κατηγοριοποιούν τους κανόνες επικοινωνίας ανάλογα με το είδος των σχέσεων (φιλία, σχέση με τους γονείς, με το δάσκαλο, με τον προπονητή κλπ)</p> <p>10. Να διατυπώνουν απλούς κανόνες που διευκολύνουν την επικοινωνία στο δικό τους περιβάλλον (τάξη, οικογένεια, δωμάτιο)</p> <p>11. Να ασκούν αυτοέλεγχο και να αναλαμβάνουν την προσωπική ευθύνη για την τήρηση των κανόνων για τους οποίους έχουν συμφωνήσει ότι ισχύουν.</p> <p>12.Να αντιλαμβάνονται τους διαφορετικούς κοινωνικούς ρόλους που όλοι έχουμε ταυτόχρονα και το πώς αυτοί οι συνδυασμοί ρόλων αλλάζουν στη διάρκεια της ζωής.</p> <p>13. Να αντιλαμβάνονται ότι οι κοινωνικοί ρόλοι (πχ γονιός, δάσκαλος, μαθητής, αδελφός) επηρεάζουν τον τρόπο που επικοινωνούν οι άνθρωποι και υιοθετούν κανόνες.</p> <p>14. Να κατανοούν ότι οι κανόνες και οι</p>	<p>επιθυμία να γίνουν φίλοι καθώς και το πώς καταλαβαίνουν τη φιλία. Πρέπει να ληφθεί υπόψη ότι ο αποδέκτης του γράμματος μπορεί να καταλαβαίνει με διαφορετικό τρόπο τη φιλία.</p> <p>Αντιπαραθέσεις με θέματα που ευαισθητοποιούν και ενδιαφέρουν τα παιδιά (ανισότητα στη διαθέσιμη τροφή, στο νερό, στην εκπαίδευση, στο παιχνίδι, στην υγεία, κλπ μεταξύ ατόμων, ομάδων, λαών). Αγώνες επιχειρηματολογίας για τα θέματα αυτά όπου αναπτύσσονται και διατυπώνονται αντικρουόμενες απόψεις για τις αιτίες και τους τρόπους αντιμετώπισης.</p> <p><b>ΠΜΑ: 9, 10, 11</b></p> <p>Σε απόσπασμα βιβλίου που διαβάζεται στην τάξη ή σε αποσπάσματα ταινίας που προβάλλεται, γίνεται παρατήρηση προτύπων ηθικής συμπεριφοράς σε επικοινωνιακά συμβάντα και ενίσχυση των μηνυμάτων με αξιολογικό και κανονιστικό περιεχόμενο (καθήκοντα, αξίες, ηθικά ιδεώδη και αρχές).</p> <p><b>ΠΜΑ: 12, 13</b></p> <p>Προσομοίωση ρόλων μέσα από θεατρικό παιχνίδι. Συγγραφή των κειμένων από τους μαθητές (πχ Η μέρα ενός δασκάλου, ενός προπονητή, ενός παππού)</p> <p><b>ΠΜΑ: 14</b></p> <p>Σε απόσπασμα βιβλίου που έχουν προετοιμάσει από το σπίτι βρίσκουν το πρότυπό τους ή τον ήρωα που θαυμάζουν και ταυτίζονται (ποιος είναι, πώς φαίνεται, τι κάνει, γιατί θα ήθελαν να του μοιάσουν). Γίνεται συζήτηση για το πώς αυτά τα χαρακτηριστικά και οι ρόλοι που θαυμάζουν προδιαθέτουν τις δικές τους συμπεριφορές.</p> <p><b>ΠΜΑ 15</b></p>	<p><u>Για ΠΜΑ 9, 10, 11, 12, 13.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• DVD</li> <li>• Η/Υ</li> <li>• Projector και οθόνη προβολής</li> <li>• Λογοτεχνικά βιβλία</li> </ul>
---	--	---	---

<p>προβλέψω τη συμπεριφορά των ανθρώπων?}</p> <p>ΠΜΑ 15</p> <p>{πότε η επικοινωνία είναι άμεση (πρόσωπο-με- πρόσωπο) και πότε έμμεση, διαμεσολαβημένη (τηλεφωνική, ηλεκτρονική, μέσω διαδικτύου, μέσω συμβόλων στο δρόμο για τους πεζούς και τους οδηγούς οχημάτων, για τους επιβάτες μέσων μαζικής συγκοινωνίας-μετρό, λεωφορείο)}</p>	<p>ρόλοι μας ρυθμίζουν τη συμπεριφορά μας.</p> <p>15. Να αντιλαμβάνονται τη διαφορά ανάμεσα στην άμεση και στην έμμεση-διαμεσολαβημένη επικοινωνία.</p>	<p>Τα σύμβολα κυκλοφορίας των πεζών και των οδηγών ποδηλάτων, προβάλλονται σε φωτογραφικό υλικό στον υπολογιστή, και συζητούνται τα επικοινωνιακά μηνύματα που μεταφέρονται έμμεσα σε πεζούς και οδηγούς.</p> <p>Ο συνολικός χάρτης του μετρό της Αθήνας προβάλλεται από υπολογιστή σε οθόνη για το πώς απεικονίζει όλες τις πιθανές διαδρομές. Έμφαση στο πώς αυτά τα σύμβολα ενημερώνουν έμμεσα τους επιβάτες για τη συμπεριφορά τους ως επιβατών του μετρό.</p>	
---	---	--	--

### Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

#### Υποενότητα: ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: «ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΜΑΣ»

#### Στόχοι της υποενότητας είναι:

Οι μαθητές να α) αναγνωρίζουν και να αποδέχονται τα ευχάριστα και τα δυσάρεστα συναισθήματα και να αναλογίζονται πώς και πότε αυτά δημιουργούνται, β) να εκφράζουν τα συναισθήματα με διάφορους τρόπους σεβόμενοι τα συναισθήματα των άλλων, γ) να μαθαίνουν να κατανοούν την οπτική των άλλων αναγνωρίζοντας τα συναισθήματά τους, και δ) να συνδέουν τα συναισθήματα με τη συμπεριφορά τους και τις διαφορετικές αντιδράσεις τους, ιδίως στην περίπτωση των δυσάρεστων συναισθημάτων.

#### Επιμέρους στόχοι:

-[τι/πώς νιώθω, πότε νιώθω έτσι][πώς διαφοροποιείται η διάθεσή μου][νιώθω ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα][αποδέχομαι τα συναισθήματά μου][πώς διαφοροποιείται η συναισθηματική διάθεσή μου] [αντιλαμβάνομαι ότι οι άνθρωποι μπορεί να εκφράζουν ένα συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο από εμένα ή από άλλους] [αναγνωρίζω ότι η αλλαγή της έντασης ενός συναισθήματος επιδρά στην αλλαγή της διάθεσης, στο σώμα και γενικότερα στη συμπεριφορά μου][αντιλαμβάνομαι τη σημασία τού να εκφράζω λεκτικά τα συναισθήματά μου σε καθημερινές καταστάσεις][διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να χαίρονται , να στενοχωρούνται, να φοβούνται] [διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να νιώθουν ντροπή, θυμό, απόρριψη] [διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να νιώθουν άβολα, αμήχανα, ένοχα, προδομένοι, απομονωμένοι]

-[σε τι χρησιμεύει να μοιράζομαι τα συναισθήματά μου π.χ. ανακουφίζομαι, κατανοώ και ρυθμίζω καλύτερα τη συμπεριφορά μου, επικοινωνώ καλύτερα][αναγνωρίζω ότι η αλλαγή της έντασης ενός συναισθήματος επιδρά στην αλλαγή της διάθεσης, στο σώμα και

γενικότερα στη συμπεριφορά μου κλπ.][εκφράζω δυσάρεστα συναισθήματα χωρίς να πληγώνω άλλους][μαθαίνω στρατηγικές ρύθμισης της συμπεριφοράς μου όταν νιώθω δυσάρεστα συναισθήματα για να ηρεμώ και να ελέγχω τον εαυτό μου][αποδέχομαι το δυσάρεστο συναίσθημα, ρυθμίζω τη συμπεριφορά μου και τις πράξεις μου]

-[αναγνωρίζω τα συναισθήματα των άλλων][αντιλαμβάνομαι ότι οι άνθρωποι μπορεί να εκφράζουν ένα συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο από εμένα ή από άλλους] [μαθαίνω να ακούω τον άλλο και να καταλαβαίνω τι σκέφτεται και πώς νιώθει][μπορώ με τις πράξεις μου να κάνω τους άλλους να νιώθουν καλύτερα][αναλογίζομαι πώς επηρεάζονται οι άλλοι από τα συναισθήματα που εκφράζω]

### Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

#### Υποενότητα: «ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΜΑΣ», Α' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ-ΕΚΦΡΑΣΗ-ΑΠΟΔΟΧΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ</b> (ΠΜΑ 1.2.3) [τι/πώς νιώθω, πότε νιώθω έτσι ] [πώς διαφοροποιείται η διάθεσή μου] [νιώθω ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα] [αποδέχομαι τα συναισθήματά μου]</p> <p><b>ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ</b> (ΠΜΑ 4. 5) [σε τι χρησιμεύει να μοιράζομαι τα συναισθήματά μου π.χ ανακουφίζομαι, κατανοώ και ρυθμίζω καλύτερα τη συμπεριφορά μου, επικοινωνώ καλύτερα]</p> <p><b>ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 6) [αναγνωρίζω τα συναισθήματα των άλλων], [αντιλαμβάνομαι ότι οι</p>	<p>Να μπορούν τα παιδιά:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αναγνωρίζουν τα βασικά συναισθήματα (χαρά, λύπη, θαυμασμός, θυμός, φόβος, ενοχή, αδικία κ.ά)</li> <li>2. Να αναγνωρίζουν συναισθήματα που προκαλούνται από διαφορετικές καταστάσεις</li> <li>3. Να μπορούν να εκφράζουν και να αποδέχονται τα ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα</li> <li>4. Να μπορούν να αποδέχονται τα δυσάρεστα συναισθήματα ως χρήσιμα και φυσιολογικά</li> <li>5. Να μάθουν τα παιδιά για να αντιμετωπίζουν τα δυσάρεστα συναισθήματα</li> <li>6. Να αναγνωρίζουν τα παιδιά τα συναισθήματα των άλλων από τις εκφράσεις του προσώπου, τις</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «<b>Ταιριάζω συναισθήματα και πρόσωπα</b>» Οι μαθητές μέσα από οπτικά ερεθίσματα (π.χ. ζωγραφικούς πίνακες, σκηνές από κινούμενα σχέδια, μαριονέτες) καλούνται να αναγνωρίσουν τα βασικά συναισθήματα (λύπη, χαρά, θυμός κλπ). Σε ένα δεύτερο επίπεδο συνδυάζουν φωνήματα (προφορικά) με συναισθήματα και μαθαίνουν σταδιακά καινούριο λεξιλόγιο. [ΠΜΑ: 1, 2]</li> <li>2. «<b>Πες μου....τι νιώθω</b>» Ζητούμε από τους μαθητές μέσα από παντομίμα να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα των συμμαθητών τους. Θα μπορούσε να συμπληρωθεί η δραστηριότητα με κολάζ φωτογραφιών από περιοδικά προσώπων που εκφράζουν διαφορετικά συναισθήματα ή με πρόσωπα που ζωγραφίζουν τα ίδια τα παιδιά. [ΠΜΑ: 1,2,5,6]</li> <li>3. «<b>Τι θα κάνω..... με αυτό που νιώθω</b>» Ο εκπαιδευτικός με ερέθισμα ένα παραμύθι ή μία ιστορία (ακόμα και κουκλοθέατρο) προτρέπει τους μαθητές να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Εικόνες, πίνακες ζωγραφικής με πρόσωπα που εκφράζουν και ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα, σκηνές από ταινίες που απευθύνονται στη συγκεκριμένη ηλικιακή ομάδα</li> <li>2. Για το κολάζ μπορεί να χρησιμοποιηθούν έντυπα, περιοδικά, εικόνες.</li> <li>3. Παραμύθια κλασικά</li> </ol>

<p>άνθρωποι μπορεί να εκφράζουν ένα συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο από εμένα ή από άλλους] [διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να χαίρονται , να στενοχωρούνται, να φοβούνται]</p>	<p>χειρονομίες, τις κινήσεις, τη στάση του σώματος και άλλα στοιχεία της μη λεκτικής επικοινωνίας</p>	<p>των ηρώων. Αφού εκφραστούν τα παιδιά επικεντρώνεται η συζήτηση στα δυσάρεστα συναισθήματα και τα παιδιά αναφέρουν με ποιους τρόπους μπορεί να ανακουφίζονται τα ίδια τα παιδιά όταν τα βιώνουν αυτά τα συναισθήματα. <b>ΠΜΑ: 1,2,3,4,6</b></p>	<p>εικονογραφημένα, ιστορίες, κουκλοθέατρο με θέμα ένα δυσάρεστο περιστατικό στην τάξη κ.ά</p>
---	---	---	--

**Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**

**Υποενότητα: «ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΜΑΣ», Β' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ-ΕΚΦΡΑΣΗ-ΑΠΟΔΟΧΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ</b> (ΠΜΑ 1.2.3) [τι/πώς νιώθω, πότε νιώθω έτσι] [πώς διαφοροποιείται η διάθεσή μου] [νιώθω ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα] [αποδέχομαι τα συναισθήματα μου] [πώς διαφοροποιείται η συναισθηματική διάθεσή μου π.χ. η αγωνία που νιώθω στην αρχή και στο τέλος ενός διαγωνίσματος] [αντιλαμβάνομαι ότι οι άνθρωποι μπορεί να εκφράζουν ένα συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο από εμένα ή από άλλους], [αναγνωρίζω ότι η αλλαγή της έντασης ενός συναισθήματος επιδρά στην αλλαγή της διάθεσης,</p>	<p>1. Να εμπλουτιστεί το λεξιλόγιο των μαθητών με έννοιες ευχάριστων και δυσάρεστων συναισθημάτων (π.χ. άγχος, θλίψη, ενθουσιασμός, απόγνωση κ.ά) 2. Να αναγνωρίζουν τα παιδιά τόσο τα δικά τους συναισθήματα όσο και τα συναισθήματα των άλλων μέσα από τους διαφορετικούς τρόπους έκφρασής τους 3. Να κατανοούν τα παιδιά ότι τόσο τα ευχάριστα όσο και τα δυσάρεστα συναισθήματα μπορούν να εκφραστούν σε διαφορετικό βαθμό έντασης 4. Να ασκηθούν οι μαθητές στην έκφραση των δυσάρεστων συναισθημάτων με εναλλακτικούς και λειτουργικούς τρόπους χωρίς να πληγώνουν τους άλλους (π.χ. είναι επιτρεπτό να θυμώνω, αλλά χρειάζεται να ρυθμίζω τη συμπεριφορά μου δηλαδή δε χτυπάω τους άλλους,</p>	<p>1. <b>«Αισθάνομαι...μέσα από τη μουσική»</b> Οι μαθητές ευαισθητοποιούνται μέσα από ένα μουσικό απόσπασμα κατά προτίμηση χωρίς λόγια π.χ. κλασική μουσική και καλούνται να κατονομάσουν το συναίσθημα/συναισθήματα που νιώθουν. Στη συνέχεια ακούγοντας το ίδιο μουσικό κομμάτι καλούνται να χρωματίσουν ...τα συναισθήματά τους και να τα αποτυπώσουν σε ελεύθερη ζωγραφική. Συζητούμε στην τάξη τους τρόπους με τους οποίους αναδύονται τα ποικίλα συναισθήματα και τον προσωπικό τρόπο έκφρασής τους για τον κάθε μαθητή [<b>ΠΜΑ: 1,2,5</b>].</p> <p>2. <b>«Καρτέλες...συναισθημάτων»</b> Οι μαθητές επιλέγουν από έναν αριθμό καρτελών με συναισθήματα (ευχάριστα-δυσάρεστα) τη δική τους καρτέλα. Ανάλογα με το συναίσθημα που επιλέγουν καλούνται να αναφέρουν καταστάσεις που μπορεί να συνδέονται τα συγκεκριμένα συναισθήματα (π.χ.</p>	<p>1. Μουσικά κομμάτια, σύνεργα ζωγραφικής ή εναλλακτικά και άλλα υλικά τέχνης π.χ. πηλός</p> <p>2. Αυτοσχέδιες καρτέλες συναισθημάτων που μπορούν να συνοδεύονται από την εικόνα ενός προσώπου που εκφράζει το συγκεκριμένο συναίσθημα. Στο τέλος της δραστηριότητας τα</p>

<p>στο σώμα και γενικότερα στη συμπεριφορά μου]</p> <p><b>ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ</b> (ΠΜΑ 4 )</p> <p>[σε τι χρησιμεύει να μοιράζομαι τα συναισθήματά μου π.χ ανακουφίζομαι, κατανοώ και ρυθμίζω καλύτερα τη συμπεριφορά μου, επικοινωνώ καλύτερα], [εκφράζω δυσάρεστα συναισθήματα χωρίς να πληγώνω άλλους]</p> <p><b>ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 5. 6)</p> <p>[αναγνωρίζω τα συναισθήματα των άλλων], [αντιλαμβάνομαι ότι οι άνθρωποι μπορεί εκφράζουν ένα συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο από εμένα ή από άλλους]</p> <p>[Διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να νιώθουν ντροπή, θυμό, απόρριψη]</p>	<p>προσέχω τον τρόπο που μιλώ κλπ)</p> <p>5. Να κατανοούν οι μαθητές την οπτική των άλλων και τα συναισθήματα που μπορούν να νιώθουν σε συγκεκριμένες περιστάσεις.</p> <p>6. Να αντιλαμβάνονται οι μαθητές ότι ο καθένας μας εκφράζει με διαφορετικό τρόπο τα ποικίλα συναισθήματα που νιώθει σε μία κατάσταση. Επίσης, η έκφραση των συναισθημάτων συνδέεται με τον τρόπο που συμπεριφερόμαστε.</p>	<p>η χαρά συνδέεται με την κατάσταση «με καλεί ένας συμμαθητής μου στο πάρτυ του») Μάλιστα, οι μαθητές μπορούν να αναφέρουν δύο περιπτώσεις όπου ένιωσαν για παράδειγμα χαρούμενοι και πολύ χαρούμενοι, ή αγχωμένοι και πολύ αγχωμένοι, δηλαδή το ίδιο συναίσθημα σε διαφορετικό βαθμό έντασης. Τέλος, μπορούν να συζητήσουν αν εντόπισαν αλλαγές στο σώμα τους ανάλογα με την ένταση του συναισθήματος και πώς μπορεί να επηρέασε άλλα πρόσωπα. Επιπλέον, μπορούν να δουν αν οι συμμαθητές τους μπορεί να ένιωσαν το ίδιο ή διαφορετικό συναίσθημα στην κατάσταση που εκφράζει ο μαθητής <b>[ΠΜΑ: 3,4,5,6]</b></p>	<p>πρόσωπα-συναισθήματα μπορούν να αναρτηθούν στην τάξη σε μορφή ενός κολάζ προκειμένου οι μαθητές να εμπεδώσουν τόσο το λεξιλόγιο, αλλά και να διευκολυνθούν στην αναγνώριση και την έκφραση των συναισθημάτων τους στη καθημερινότητά του σχολείου</p>
---	--	---	--

## Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

### Υποενότητα: «ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΑΣ»

**Στόχοι της υποενότητας** είναι: η συνειδητοποίηση της προσωπικής, κοινωνικής και ιδανικής ταυτότητας, η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και η κινητοποίηση που αποσκοπεί στην απόκτηση επιθυμητών δεξιοτήτων/ικανοτήτων και στην υπέρβαση δυσκολιών ή αποτυχιών. Πιο συγκεκριμένα, τα παιδιά

- Σκέφτονται, συζητούν και παρουσιάζουν τον εαυτό τους, αναγνωρίζοντας κύρια στοιχεία και διαστάσεις της ταυτότητάς τους.
- Συνειδητοποιούν ότι ανήκουν σε ομάδες και ότι ένα μέρος του εαυτού τους καθορίζεται από την υπαγωγή τους σε αυτές, κάτι που συνεπάγεται προσωπική ευθύνη, οριοθέτηση, δικαιώματα και υποχρεώσεις.
- Αντιλαμβάνονται/αποδέχονται/αξιοποιούν τη μοναδικότητά τους ως άτομα καθώς και αυτή των άλλων ανθρώπων. Μαθαίνουν να αξιολογούν τον εαυτό τους, να θέτουν στόχους και να υιοθετούν τρόπους αυτοβελτίωσης.

Μέσα από όλα τα παραπάνω, ενισχύουν την αυτοεκτίμησή τους, τον αυτοσεβασμό και την αίσθηση της προσωπικής τους αξίας.

[πώς βλέπω τον εαυτό μου, πώς πιστεύω ότι με βλέπουν οι άλλοι, πώς θα ήθελα να είμαι/γίνω, τι μπορώ να κάνω τώρα που παλαιότερα δεν μπορούσα]

[σε τι μοιάζω, σε τι διαφέρω με τους άλλους] [κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός]

[ανήκω σε ομάδες, πολλά από τα στοιχεία που με χαρακτηρίζουν προέρχονται από την οικογένειά μου, ή/και τις ομάδες στις οποίες ανήκω, ένα μέρος του εαυτού μου καθορίζεται από τις ομάδες μου, στις ομάδες έχω δικαιώματα και υποχρεώσεις, αποδέχομαι τη διαφορετικότητα]

[Αξίζω, έχω θετικά στοιχεία, αξιοποιώ τις δυνατότητές μου, αποκτώ γνώσεις και προσπαθώ να βελτιώνομαι σε θέματα που μου αρέσουν, αναγνωρίζω δυνατότητες και αδυναμίες μου (δεξιότητες, ικανότητες, στοιχεία του χαρακτήρα), αναγνωρίζω βασικές επιθυμίες, ανάγκες, προτιμήσεις, ενδιαφέροντά μου, προσπαθώ να αντιμετωπίζω τις αδυναμίες μου και να γίνομαι καλύτερος, αναλαμβάνω πρωτοβουλίες στην τάξη, αποκτώ κοινωνική υπευθυνότητα, συμμετέχω σε δραστηριότητες που μου αρέσουν, συνειδητοποιώ τι θα μπορώ να κάνω στο μέλλον που τώρα δεν μπορώ, ποιοι και πώς με επηρεάζουν θετικά ή/και αρνητικά]

**Θεματική Ενότητα: Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**  
**Υποενότητα: «ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΑΣ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ</b> [πώς βλέπω τον εαυτό μου] [σε τι μοιάζω, σε τι διαφέρω με τους άλλους] [κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός] [τι μπορώ να κάνω τώρα που παλαιότερα δεν μπορούσα] <b>ΠΜΑ:</b> 1, 2, 3, 4</p> <p><b>ΙΔΑΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ</b> [πώς θα ήθελα να είμαι] <b>ΠΜΑ:</b> 5</p> <p><b>ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΙΚΟΝΑ</b> [πώς πιστεύω ότι με βλέπουν οι άλλοι] <b>ΠΜΑ:</b> 6</p> <p><b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ-ΥΠΑΓΩΓΗ ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ</b> [ανήκω σε ομάδες, π.χ. οικογένεια, σχολείο, παρέα, αθλητικός σύλλογος κλπ,] [πολλά από τα στοιχεία που με χαρακτηρίζουν προέρχονται από την οικογένειά μου ή /και τις ομάδες στις οποίες ανήκω] [ αποδέχομαι τη διαφορετικότητα] [στις ομάδες έχω δικαιώματα και υποχρεώσεις] <b>ΠΜΑ:</b> 7, 8, 9</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να περιγράφουν την εξωτερική τους εμφάνιση.</li> <li>2. Να αναγνωρίζουν βασικές επιθυμίες, ανάγκες, προτιμήσεις, ενδιαφέροντα.</li> <li>3. Να αναγνωρίζουν στοιχεία τους που μένουν σταθερά ή εξελίσσονται θετικά στο χρόνο.</li> <li>4. Να αναγνωρίζουν ομοιότητες και διαφορές με τους άλλους και ότι κάθε άνθρωπος είναι ξεχωριστός και μοναδικός</li> <li>5. Να αναγνωρίζουν στοιχεία που θα ήθελαν να αποκτήσουν, να αλλάξουν ή να βελτιώσουν στον εαυτό τους.</li> <li>6. Να αναγνωρίζουν την άποψη των άλλων για εκείνα</li> <li>7. Να αναγνωρίζουν διάφορα είδη ομάδων (σχολικές, αθλητικές, εργασιακές, επαγγελματικές, φιλικές κλπ) στις οποίες ανήκουν.</li> <li>8. Να αναγνωρίζουν ότι ένα μέρος του εαυτού μας καθορίζεται από το οικογενειακό και κοινωνικό μας περιβάλλον.</li> <li>9. Να αναγνωρίζουν βασικούς κανόνες, δικαιώματα και υποχρεώσεις τους στο πλαίσιο της τάξης τους και της οικογένειάς τους και βάσει αυτών να προσπαθούν να οριοθετούν τον εαυτό και τη συμπεριφορά τους.</li> <li>10. Να υιοθετούν τρόπους και στρατηγικές αυτοβελτίωσης (π.χ. περισσότερη προσπάθεια,</li> </ol>	<p><b>(1). «Αυτοπαρουσίαση» (προσεγγίζει ΠΜΑ 1, 2, 4, 5, 6, 10 )</b> Τα παιδιά της τάξης κάθονται σε κύκλο. Δίνουμε στο πρώτο παιδί ένα συμβολικό αντικείμενο (π.χ. σκήπτρο, καπέλο, αρκουδάκι). Το παιδί αυτό πρέπει να πει λίγα λόγια για τον εαυτό του (εξωτερική εμφάνιση, επιθυμίες, ενδιαφέροντα, ικανότητες κ.α.). Μετά δίνει το αντικείμενο στο επόμενο παιδί κ.ο.κ. Στη συνέχεια ο κύκλος ξαναρχίζει αλλά το κάθε παιδί πρέπει να πει δυο λόγια για το επόμενο στη σειρά παιδί κ.ο.κ. Στη δραστηριότητα αυτή τα παιδιά επεξεργάζονται συγχρόνως τις διαστάσεις «είμαι ο εαυτός μου» και «ζούμε μαζί». Στο τέλος της δραστηριότητας και ανάλογα εάν το μάθημα διαρκέσει μία ή δύο διδακτικές ώρες ακολουθεί συζήτηση με τα παιδιά σχετικά με τα συναισθήματα που ένιωσαν και τις σκέψεις που περνούσαν από το μυαλό τους κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας.</p> <p><b>2. Ζωγραφίζω τον εαυτό μου.</b> Οι μαθητές ζωγραφίζουν τον εαυτό τους σε χαρτί, χαρτόνια ή άλλο υλικό. Μπορούν προηγουμένως να παρατηρήσουν τον εαυτό τους σε έναν καθρέφτη ή σε μια φωτογραφία που έχουν φέρει από το σπίτι. Στη συνέχεια αναρτούν τις ζωγραφιές σε έναν τοίχο και εντοπίζουν ομοιότητες και διαφορές.</p>	<p>Ένα συμβολικό αντικείμενο (π.χ. σκήπτρο, καπέλο, αρκουδάκι)</p> <p>Υλικά ζωγραφικής / κατασκευών (χαρτόνια, ψαλίδια κ.α.)</p>

<p><b>ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ: ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ-ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΔΥΣΚΟΛΙΩΝ/ ΑΠΟΤΥΧΙΩΝ-ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ</b> [Αξίζω, έχω θετικά στοιχεία], [αξιοποιώ τις δυνατότητές μου, αποκτώ γνώσεις και προσπαθώ να βελτιώνομαι σε θέματα που μου αρέσουν π.χ. ζωγραφική, αθλητισμός, κατασκευές, μουσική κλπ ] [προσπαθώ να αντιμετωπίζω τις αδυναμίες μου, να γίνομαι καλύτερος] [αναλαμβάνω πρωτοβουλίες στην τάξη] [συμμετέχω σε δραστηριότητες που μου αρέσουν] [τι θα μπορώ να κάνω στο μέλλον που τώρα δεν μπορώ] <b>ΠΜΑ:</b> 5, 10, 11, 12</p>	<p>εξάσκηση, ανάληψη ευθύνης στις ομάδες που ανήκουν , αναζήτηση βοήθειας κλπ) <b>11.</b> Να εκφράζουν με ασφάλεια και τη γνώμη, τα συναισθήματα και τις επιθυμίες τους μέσα στην ομάδα. <b>12.</b> Να αναπτύξουν αίσθημα προσωπικής αξίας, αυτοσεβασμού και αυτοεκτίμησης</p>	<p><b>(προσεγγίζει ΠΜΑ: 1, 4, 12)</b> <b>3. Ο ξεχωριστός μου εαυτός.</b> Οι μαθητές χωρίζονται σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες 3-4 ατόμων. Κάθε μαθητής γράφει 1-2 <b>θετικά</b> χαρακτηριστικά για τον εαυτό του αλλά και για τους υπόλοιπους μαθητές της ομάδας του. Στο τέλος, για κάθε μαθητή συγκεντρώνονται οι περιγραφές των άλλων αλλά και του ίδιου, δημιουργώντας έτσι το ατομικό του προφίλ. <b>(προσεγγίζει ΠΜΑ: 1, 4, 6, 11, 12)</b> <b>4. Καθρέφτη καθρεφτάκι μου...</b> Οι μαθητές ζωγραφίζουν σε χαρτί ή κατασκευάζουν με χαρτόνι έναν καθρέφτη «μαγικό», ο οποίος δείχνει το μέλλον... Εκεί οι μαθητές γράφουν (ή ζωγραφίζουν) τον εαυτό τους όπως τον φαντάζονται στο μέλλον, τι θα ήθελαν να πετύχουν, να αλλάξουν ή να βελτιώσουν, σε ποιον θα ήθελαν να μοιάζουν ως προς το χαρακτήρα, τη συμπεριφορά κ.ά. <b>(προσεγγίζει ΠΜΑ: 2, 3, 5, 11, 12)</b></p>	<p>Χαρτιά &amp; μολύβια</p> <p>Υλικά ζωγραφικής / κατασκευών (χαρτόνια, ψαλίδια κ.α.)</p>
--	--	---	---

**Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**  
**Υποενότητα: «ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΑΣ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ</b> [πώς βλέπω τον εαυτό μου] [σε τι μοιάζω, σε τι διαφέρω με τους άλλους] [κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός]</p>	<p><b>1.</b> Να αναγνωρίζουν δυνατότητες και αδυναμίες τους (δεξιότητες, ικανότητες, στοιχεία του χαρακτήρα) καθώς και βασικές επιθυμίες, ανάγκες, προτιμήσεις , ενδιαφέροντά τους</p>	<p><b>1. «Αν ήμουν ...τι θα ήμουν;» (Π.Μ.Α. 1, 2, 4, 8)</b> Δίνουμε στα παιδιά να συμπληρώσουν φύλλο εργασίας με ημιτελείς προτάσεις του τύπου - Αν ήμουν ζώο θα ήμουν... - Αν ήμουν δέντρο θα ήμουν...</p>	<p>Φύλλο εργασίας με προτάσεις σε ημιτελές σχήμα του τύπου «Αν ήμουν... τι θα ήμουν»</p>



<p>[τι μπορώ να κάνω τώρα που παλαιότερα δεν μπορούσα]</p> <p><b>ΠΜΑ: 1, 2</b></p> <p><b>ΙΔΑΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ</b> [πώς θα ήθελα να είμαι]</p> <p><b>ΠΜΑ: 3</b></p> <p><b>ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΙΚΟΝΑ</b> [πώς πιστεύω ότι με βλέπουν οι άλλοι]</p> <p><b>ΠΜΑ: 4</b></p> <p><b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ-ΥΠΑΓΩΓΗ ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ</b> [πολλά από τα στοιχεία που με χαρακτηρίζουν προέρχονται από την οικογένεια μου ή/ και τις ομάδες στις οποίες ανήκω] [στις ομάδες έχω δικαιώματα και υποχρεώσεις]</p> <p><b>ΠΜΑ: 5, 6</b></p> <p><b>ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ: ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ-ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ</b></p> <p><b>ΔΥΣΚΟΛΙΩΝ/ΑΠΟΤΥΧΙΩΝ-ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ</b> [Αξίζω, έχω θετικά στοιχεία] [αξιοποιώ τις δυνατότητές μου, αποκτώ γνώσεις και προσπαθώ να βελτιώνομαι σε θέματα που μου αρέσουν π.χ. ζωγραφική, αθλητισμός, κατασκευές, μουσική κλπ], [προσπαθώ να αντιμετωπίσω τις αδυναμίες μου], [αναλαμβάνω πρωτοβουλίες στην τάξη], [συμμετέχω σε δραστηριότητες που μου αρέσουν]</p> <p><b>ΠΜΑ: 7, 8</b></p>	<p><b>2.</b> Να αναγνωρίζουν στοιχεία τους που μένουν σταθερά ή εξελίσσονται θετικά στο χρόνο (στον τρόπο που σκέφτονται και νιώθουν καθώς και στον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρονται/επικοινωνούν στις κοινωνικές και διαπροσωπικές τους σχέσεις).</p> <p><b>3.</b> Να εντοπίζουν στοιχεία που θα ήθελαν να αποκτήσουν/αλλάξουν/ βελτιώσουν (σε επίπεδο γνωστικο/μαθησιακό, κοινωνικό, διαπροσωπικό).</p> <p><b>4.</b> Να κατανοούν ότι διαφορετικά άτομα μπορεί να μας βλέπουν με διαφορετικό τρόπο ή να βλέπουν διαφορετικές πλευρές του εαυτού μας και να προσπαθούν να εξετάζουν κριτικά και αυτοκριτικά αυτές τις απόψεις των άλλων.</p> <p><b>5.</b> Να αναγνωρίζουν ότι ένα μέρος του εαυτού μας καθορίζεται από το οικογενειακό και κοινωνικό μας περιβάλλον.</p> <p><b>6.</b> Να μπορούν να διεκδικούν τα δικαιώματά τους και να υπερασπίζονται την άποψή τους χωρίς να παραβιάζουν τα δικαιώματα των άλλων.</p> <p><b>7.</b> Να αναγνωρίζουν την αξία τους ως άτομα εντοπίζοντας θετικές πλευρές της προσωπικότητάς τους.</p> <p><b>8.</b> Να υιοθετούν τρόπους και στρατηγικές αυτοβελτίωσης (π.χ. περισσότερη προσπάθεια, εξάσκηση, ανάληψη ευθύνης στις ομάδες που ανήκουν , αναζήτηση βοήθειας κλπ)</p>	<p>- Αν ήμουν άθλημα θα ήμουν... - Αν ήμουν μέσο συγκοινωνίας θα ήμουν... - Αν ήμουν τραγούδι θα ήμουν... Αφού τα παιδιά συμπληρώσουν το φύλλο εργασίας συγκεντρώνουμε τα χαρτιά και διαβάζουμε μια –δυο προτάσεις από το καθένα. Για κάθε πρόταση που διαβάζουμε τα παιδιά προσπαθούν να υποθέσουν ποιος μαθητής περιγράφεται κάθε φορά. Στη συνέχεια συζητούμε με τα παιδιά θέματα όπως: - Πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι να μιλήσουμε για τον εαυτό μας; - Πόσο γνωρίζουμε τον εαυτό μας; - Γιατί είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τα θετικά και τα αρνητικά μας; - Πόσο ταιριάζει η εικόνα που έχουμε για τον εαυτό μας με αυτή που έχουν σημαντικοί άλλοι για εμάς; - Πώς νιώθουμε και τι σκεφτόμαστε όταν οι άλλοι έχουν πολύ διαφορετική εικόνα για εμάς από εμάς; <b>2. «Είμαστε μοναδικοί» (Π.Μ.Α. 1, 2, 4, 8)</b> Προβάλλουμε με διαφανοσκόπιο ή βιντεοπροβολέα (ή απλά δείχνουμε φωτογραφίες) χρωματιστές εικόνες από, ζώα, ηλιοβασιλέματα, λουλούδια, πουλιά, δέντρα, κλπ. Ζητούμε από τα παιδιά να συμφωνήσουν σχετικά με τις ωραιότερες σε κάθε κατηγορία. Στη συνέχεια συζητάμε με τα παιδιά: - αν ήταν εύκολο να συμφωνήσουν στις συγκρίσεις και γιατί -πώς νιώθουμε όταν μας συγκρίνουν με άλλους ή</p>	<p>-Διαφανοσκόπιο ή Βιντεοπροβολέας -Χρωματιστές εικόνες από, ζώα, ηλιοβασιλέματα, λουλούδια, πουλιά, δέντρα, κλπ]</p>
---	---	--	--

		<p>όταν εμείς συγκρινόμαστε με άλλους με συχνό αποτέλεσμα να προσπαθούμε να γίνουμε κάτι που δεν είμαστε, και να χάνουμε την αυτοεκτίμησή μας.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- τη σημασία τού να αναγνωρίζουμε τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και δυνατότητες του καθένα.</li></ul> <p><b>3. «Δυνατότητες και αδυναμίες» (Π.Μ.Α. 1, 2, 3, 7,8)</b></p> <p>Δίνουμε σε κάθε παιδί μια λευκή κόλλα Α4 και ζητάμε να τη χωρίσουν κάθετα με μια γραμμή· τη μια στήλη την ονομάζουν «Οι δυνατότητές μου» και την άλλη «Οι αδυναμίες μου» και συμπληρώνουν ανάλογα τις στήλες αυτές. Μαζεύουμε τις κόλλες και διαβάζουμε ανώνυμα και τυχαία τις δυνατότητες και αδυναμίες διαφόρων παιδιών.</p> <p>Στη συνέχεια συζητάμε με τα παιδιά:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-ποια στήλη δυσκολεύτηκαν περισσότερο να συμπληρώσουν και γιατί</li><li>-σε ποιες στήλες γράφτηκαν τα περισσότερα χαρακτηριστικά και πιθανές ερμηνείες.</li><li>- γιατί είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε τις δυνατότητες και τις αδυναμίες μας.</li></ul>	Λευκές κόλλες Α4
--	--	--	------------------

## Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

### Υποενότητα: «ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ»

**Στόχοι της υποενότητας είναι** η κατανόηση της έννοιας του άγχους και των επιπτώσεών του στο ανθρώπινο σώμα, καθώς και η συνειδητοποίηση της φυσιολογικότητάς τους, η αναγνώριση και ο προσδιορισμός των συμπεριφορών που συνήθως υιοθετούμε όταν ερχόμαστε αντιμέτωποι με αγχογόνα γεγονότα και η διαφορετικότητα στον τρόπο που αξιολογούνται οι καταστάσεις από τον καθένα ως αγχογόνες ή μη, η γνωριμία με λειτουργικούς τρόπους διαχείρισης και αντιμετώπισης αγχογόνων καταστάσεων και η υιοθέτησή τους στην καθημερινότητά μας, καθώς και η δυνατότητα αναγνώρισης και αξιολόγησης καταστάσεων που απαιτούν την αναζήτηση βοήθειας από τρίτους όταν αυτές ξεπερνούν τα όρια και τις δυνάμεις μας.

Πιο συγκεκριμένα οι μαθητές:

-Κατανοούν την έννοια του άγχους και της φυσιολογικότητάς του

-Συνειδητοποιούν τη σχέση του άγχους με σωματικές αντιδράσεις που αποτελούν ουσιαστικά αυθόρμητες αντιδράσεις άμυνας του σώματος απέναντι στο άγχος

-Αξιολογούν και καταγράφουν το προσωπικό τους ρεπερτόριο συμπεριφορών και αντιδράσεων απέναντι σε αγχογόνες καταστάσεις

-Γνωρίζουν και καλούνται να γενικεύσουν στην καθημερινότητά τους πιο λειτουργικούς τρόπους διαχείρισης του άγχους

-Συνειδητοποιούν την ύπαρξη καταστάσεων που για την αντιμετώπισή τους απαιτούνται δυνατότητες και μέσα τα οποία μπορεί να μην διαθέτουμε.

(Νιώθω άγχος όταν με τιμωρούν, όταν πρέπει να υποστηρίξω τις απόψεις μου ή να μιλήσω μπροστά σε πολύ κόσμο, όταν πέφτουν δυνατές βροντές, όταν είμαι μόνος μου στο σπίτι...)

(Όταν νιώθω άγχος με καταλαμβάνει φόβος, παγώνω, ζητάω πάντα κάποιον να μου δώσει μια λύση...)

(Θα αντιμετωπίσω καλύτερα το άγχος μου εάν ξέρω τι ακριβώς συμβαίνει, εάν προσπαθήσω να ηρεμήσω μετρώντας μέχρι το δέκα, εάν καταλάβω τι ακριβώς συμβαίνει και δεν βγάζω γρήγορα συμπεράσματα, εάν είμαι προετοιμασμένος για μια δύσκολη εργασία...)

(Καλό είναι να ζητήσω τη βοήθεια κάποιου που γνωρίζει καλύτερα όταν νιώθω ότι αυτό που αντιμετωπίζω δεν μπορώ να το λύσω μόνος μου γιατί απαιτεί δυνάμεις και δεξιότητες που δεν διαθέτω...)

**Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**  
**Υποενότητα: «ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ</b>            Τι είναι άγχος; Πότε νιώθω άγχος; Νιώθουμε όλοι το ίδιο σε δύσκολες καταστάσεις;) <b>ΠΜΑ 1</b></p> <p><b>ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ</b>            (Το σώμα μας αντιδρά σε καταστάσεις πίεσης και φόβου. Είναι φυσιολογικές οι σωματικές αντιδράσεις) <b>ΠΜΑ 2</b></p> <p><b>ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΑΓΧΟΓΟΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ</b>            (Πώς αντιδρούμε σε καταστάσεις που νιώθουμε ότι ξεπερνούν τις δυνάμεις μας; Δεν αντιμετωπίζουμε όλοι με τον ίδιο τρόπο μια αγχογόνο κατάσταση. Τι μπορούμε να κάνουμε ώστε να διαχειριστούμε με πιο λειτουργικό τρόπο μια κατάσταση που μας αγχώνει;) <b>ΠΜΑ 3, 4</b></p> <p><b>ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΟΡΙΩΝ ΚΑΙ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΩΝ</b>            (Αξιολογούμε τα μέσα και τις συμπεριφορές που διαθέτουμε, καθώς και την κατάσταση που πρέπει να διαχειριστούμε. Αναζητούμε βοήθεια όταν αυτή ξεπερνάει τις δυνάμεις μας) <b>(ΠΜΑ 5)</b></p>	<p>1. Να γνωρίσουν οι μαθητές την έννοια του άγχους / και να μπορούν να αναφέρουν καταστάσεις που τους προκαλούν άγχος</p> <p>2. Να κατανοήσουν ότι ορισμένα συμπτώματα στο σώμα, όπως πόνος στο στομάχι, πονοκέφαλος κλπ., εμφανίζονται σε όλους όταν βιώνουν καταστάσεις άγχους</p> <p>3. Να μπορούν να αναγνωρίζουν και να αναφέρουν τους τρόπους που υιοθετούν για να αντιμετωπίσουν καταστάσεις που προκαλούν άγχος.</p> <p>4. Να μπορούν να αναγνωρίζουν και να υιοθετούν συμπεριφορές που συμβάλλουν στην καλύτερη διαχείριση αγχογόνων καταστάσεων</p> <p>5. Να κατανοήσουν τη δυνατότητα αναζήτησης βοήθειας όταν νιώθουν ότι οι δυνάμεις και τα όρια τους δεν τους επιτρέπουν να αντιμετωπίσουν μια αγχογόνο κατάσταση</p>	<p><b>ΦΟΒΑΜΑΙ ΟΤΑΝ...</b>            Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο και ξεκινάει το πρώτο αναφέροντας τι τον φοβίζει αρχίζοντας με τη φράση...            Φοβάμαι όταν.....<b>(ΠΜΑ1)</b></p> <p><b>ΑΑΑ, Γ΄ΑΥΤΟ...!</b>            Έχοντας σχεδιάσει δυο παιδικά σώματα σε χαρτόνι (σε φυσικό μέγεθος), ένα αγόρι και ένα κορίτσι, ζητούμε από τους μαθητές να υποδείξουν πάνω στα χάρτινα σώματα μέρη του σώματος όπου νιώθουν να επηρεάζονται όταν αισθάνονται άγχος. Ο εκπαιδευτικός σημειώνει με ένα μαρκαδόρο το μέρος που κάθε φορά υποδεικνύεται. <b>(ΠΜΑ 2)</b></p> <p><b>ΟΙ ΔΙΚΕΣ ΜΟΥ ΛΥΣΕΙΣ</b>            Διαβάζουμε στα παιδιά μέρη από γνωστά παραμύθια όπου ο ήρωας είναι αντιμέτωπος με μια δύσκολη κατάσταση. Ζητούμε από τα παιδιά να αναφέρουν τι θα έκαναν στη θέση του <b>(ΠΜΑ 3)</b></p> <p><b>ΠΙΟ ΚΑΛΑ ΕΤΣΙ...</b>            Παρουσιάζουμε στα παιδιά με τη μορφή εικόνων μια κατάσταση όπου θα πρέπει να αναφέρουν λύσεις που θα είναι λειτουργικές. Που θα μπορέσουν, δηλ. να βοηθήσουν τον ήρωα να αντιμετωπίσει την κατάσταση πιο αποτελεσματικά <b>(ΠΜΑ 4)</b></p> <p><b>ΠΟΔΗΛΑΤΟ ΜΕ ΒΟΗΘΗΤΙΚΕΣ</b>            Με μια σειρά πιθανών σεναρίων με τίτλο ΤΙ ΘΑ ΓΙΝΟΤΑΝ ΑΝ... παρουσιάζουμε στα παιδιά καταστάσεις που απαιτείται η παρέμβαση τρίτων για αποτελεσματικότερη διαχείριση <b>(ΠΜΑ 5)</b></p>	<p>Φιγούρες δύο παιδικών σωμάτων από χαρτί, μαρκαδόρος</p> <p>Παραμύθια</p> <p>Εικόνες με καταστάσεις άγχους</p> <p>Σενάρια με αγχογόνες καταστάσεις</p>

## Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

## Υποενότητα: «ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ.</b> Τι είναι άγχος; Πότε νιώθω άγχος; Ποια συναισθήματα κινητοποιούνται όταν αντιμετωπίζουμε μια αγχογόνο κατάσταση; Νιώθουμε όλοι το ίδιο σε δύσκολες καταστάσεις; <b>(ΠΜΑ 1)</b></p> <p><b>ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ.</b> Το σώμα μας αντιδρά σε καταστάσεις πίεσης και φόβου. Είναι φυσιολογικές οι σωματικές αντιδράσεις <b>(ΠΜΑ 1)</b></p> <p><b>ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΑΓΧΟΓΟΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ.</b> Πώς αντιδρούμε σε καταστάσεις που μας προκαλούν άγχος; Δεν αντιμετωπίζουμε όλοι με τον ίδιο τρόπο μια αγχογόνο κατάσταση <b>(ΠΜΑ 2,3)</b></p> <p><b>ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΑΓΧΟΓΟΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ.</b> Αξιολογούμε μια κατάσταση που μας προκαλεί άγχος. Προσδιορίζουμε τα μέσα και τις συμπεριφορές που μπορούμε να τη διαχειριστούμε καλύτερα <b>(ΠΜΑ 4)</b></p> <p><b>ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΟΡΙΩΝ ΚΑΙ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΩΝ.</b> Αξιολογούμε τα μέσα και τις συμπεριφορές που διαθέτουμε. Αξιολογούμε την κατάσταση που πρέπει να διαχειριστούμε. Αναζητούμε βοήθεια όταν αυτή ξεπερνάει τις δυνατότητές μας) <b>(ΠΜΑ5)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να μπορούν να περιγράψουν και να εξηγούν τι σημαίνει άγχος και να το συνδέουν με συναισθήματα που βιώνουν και τις αλλαγές που επιφέρει στο σώμα μας</li> <li>2. Να αναγνωρίζουν τις καταστάσεις που τους προκαλούν άγχος και να μπορούν να αναφέρουν προσωπικές τους εμπειρίες από καταστάσεις που τους προκάλεσαν ή τους προκαλούν άγχος</li> <li>3. Να αναγνωρίζουν πότε αισθάνονται λιγότερο και πότε περισσότερο άγχος και να αναφέρουν πώς αντιμετωπίζουν το άγχος σε κάθε περίπτωση</li> <li>4. Να αναφέρουν και να υιοθετούν συμπεριφορές που συμβάλλουν στη λειτουργική διαχείριση μιας αγχογόνου κατάστασης.</li> <li>5. Να αναζητούν βοήθεια σε περιπτώσεις που οι συνθήκες απαιτούν δεξιότητες που ξεπερνούν τα όρια και τις δυνατότητές μας.</li> </ol>	<p><b>ΚΛΙΜΑΚΕΣ.</b> Δίνουμε στους μαθητές ατομικά φύλλα όπου καταγράφονται 10 αγχογόνες καταστάσεις (πχ. διαγώνισμα στο σχολείο, τσακωμός με ένα φίλο, τιμωρία από γονείς...) Οι μαθητές θα πρέπει να βάλουν σε σειρά τις καταστάσεις αυτές ξεκινώντας από αυτή που τους κάνει να νιώθουν πιο δύσκολα. <b>(ΠΜΑ 1, 2)</b></p> <p><b>ΕΝΑΝ ΠΑΤΡΟ...</b> Η τάξη έχει το ρόλο του γιατρού και αναφέρει σε ένα «συνέδριο» τις αλλαγές που παρατηρούνται στο ανθρώπινο σώμα κάθε φορά που κάποιος νιώθει άγχος <b>(ΠΜΑ 1)</b></p> <p><b>ΠΙΟ ΕΥΚΟΛΑ.</b> Σε ομάδες των 4-5 ατόμων τα παιδιά καλούνται να καταγράψουν σε μια ιστορία τους τρόπους με τους οποίους αντιμετωπίζουν μια αγχογόνο κατάσταση που θα τους δοθεί σε μορφή σεναρίου. Θα πρέπει να καταγραφούν οι αντιδράσεις όλων των μελών. Οι ιστορίες παρουσιάζονται στην υπόλοιπη τάξη. Ακολουθεί συζήτηση σχετικά με τη διαφορετικότητα και τις συμπεριφορές που αναφέρθηκαν <b>(ΠΜΑ 2,3,4)</b></p> <p><b>ΘΕΛΩ ΒΟΗΘΕΙΑ.</b> Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες α) αστυνομία, β) Ασθενοφόρα, γ) Πυροσβεστική δ) Ενήλικες. Κάθε ομάδα ανάλογα με το ρόλο της θα πρέπει να καταγράψει σε ποιες περιπτώσεις καταφεύγουμε σε αυτές τις υπηρεσίες-ομάδες <b>(ΠΜΑ 5)</b></p>	<p>Φύλλα με αγχογόνες καταστάσεις</p> <p>Χαρτιά, μολύβια</p>

**Β. Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»**  
**Υποενότητα: «ΟΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΜΑΣ»**

**Σκοπός της υποενότητας** είναι η καλλιέργεια δεξιοτήτων που βοηθούν τα παιδιά να επιτυγχάνουν θετικά αποτελέσματα σε κοινωνικό επίπεδο, να δημιουργούν και να διατηρούν υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις και να αναπτύσσουν αξίες και στάσεις που προάγουν την κοινωνική ευαισθησία και υπευθυνότητα. Ειδικότερα, η ενότητα έχει ως στόχους:

- ✦ Τη συνειδητοποίηση της αναγκαιότητας ορισμένων κοινωνικών συμβάσεων για την αρμονική λειτουργία των ομάδων και την επίτευξη κοινών στόχων. *[Για ποιο λόγο είναι σημαντικές αυτές οι δεξιότητες; Πώς θα ήταν οι σχέσεις μας με τους άλλους και η ζωή μας χωρίς αυτές;]*
- ✦ Την αναγνώριση βασικών κοινωνικών δεξιοτήτων *[Ποιες είναι οι δεξιότητες αυτές;]*
- ✦ Την υιοθέτηση των δεξιοτήτων αυτών στις διαπροσωπικές σχέσεις σε διαφορετικά πλαίσια και καταστάσεις *[Μαθαίνω να είμαι ευγενικός, να συνεργάζομαι, να διεκδικώ κλπ. Μαθαίνω να χρησιμοποιώ τις κατάλληλες συμπεριφορές με διαφορετικά άτομα, ομάδες ή καταστάσεις]*

**Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»**  
**Υποενότητα: «ΟΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΜΑΣ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ ΤΩΝ Κ.Δ. [ΠΜΑ: 1]</b>            [Γιατί είναι σημαντικές οι κοινωνικές δεξιότητες; Πώς θα ήταν οι σχέσεις και η ζωή μας χωρίς αυτές;]</p> <p><b>ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ [ΠΜΑ: 2,3, 4]</b>            [λέω ευχαριστώ, παρακαλώ, συγνώμη, κάνω φιλοφρονήσεις, βοηθώ τους άλλους, προσκαλώ κάποιον να κάνουμε κάτι μαζί, ξεκινάω έναν διάλογο, ξέρω τι πρέπει να κάνω για να τα ξαναβρω με ένα φίλο/η που τσακώθηκα κ.α.]</p> <p><b>ΚΑΝΟΝΕΣ ΚΑΙ ΟΡΙΑ [ΠΜΑ: 1, 3, 4, 5]</b>            [ακολουθώ οδηγίες και κανόνες, μοιράζομαι, περιμένω τη σειρά μου, ζητάω άδεια όταν απαιτείται]</p> <p><b>ΔΙΕΚΔΙΚΗΣΗ [ΠΜΑ: 3, 6]</b>            [ζητάω το λόγο, λέω τη γνώμη μου / τα συναισθήματά μου όταν αδικούμαι, λέω «όχι» όταν κάτι δε μου αρέσει, συμμετέχω ενεργά σε παιχνίδια ή δραστηριότητες, εκφράζω κάποιες ανάγκες μου και να προσπαθώ να τις καλύψω χωρίς να ξεπερνώ τα όρια των άλλων, ξέρω πώς να υποστηρίξω τον εαυτό μου και να διεκδικώ τα δικαιώματά μου όταν αυτά παραβιάζονται]</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές /τριες τη σημασία των κοινωνικών δεξιοτήτων στην καθημερινή μας ζωή</li> <li>2. Να γνωρίσουν τις βασικές κοινωνικές δεξιότητες</li> <li>3. Να υιοθετούν τρόπους ευγένειας</li> <li>4. Να διατηρούν καλές σχέσεις και να συνεργάζονται αρμονικά με τους άλλους.</li> <li>5. Να ακολουθούν κοινωνικές συμβάσεις, όρια και υποχρεώσεις σε διάφορα πλαίσια.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να διεκδικούν με κατάλληλο τρόπο και να υπερασπίζονται τον εαυτό και τα δικαιώματά τους</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Μια πόλη χωρίς κοινωνικές δεξιότητες.</b> Οι μαθητές φαντάζονται την ύπαρξη μιας πόλης, στην οποία οι κάτοικοι δεν έχουν καθόλου κοινωνικές δεξιότητες και προσπαθούν να περιγράψουν πώς είναι η ζωή και οι σχέσεις των κατοίκων της. Δίνουν ένα χαρακτηριστικό όνομα στην πόλη αυτή και κάνουν προσομοιώσεις σκηνών της καθημερινότητας της πόλης αυτής. Τέλος, συζητούν τις συνέπειες της έλλειψης δεξιοτήτων στη ζωή και τις σχέσεις των ανθρώπων <b>(ΠΜΑ: 1, 2)</b></li> <li>2. <b>Η εφημερίδα της επιτυχίας.</b> Η τάξη χωρίζεται σε ομάδες. Κάθε ομάδα συζητά και καταγράφει (με τη συμμετοχή όλων των παιδιών) δεξιότητες και συμπεριφορές που μας βοηθούν να έχουμε καλύτερες σχέσεις και να συνεργαζόμαστε με τους άλλους αρμονικά. Οι προτάσεις όλων των μαθητών γράφονται στην «εφημερίδα της επιτυχίας» και μοιράζονται σε όλο το σχολείο. Οι μαθητές μπορούν να γίνουν δημοσιογράφοι και να γράψουν ό,τι άλλο θέλουν στην εφημερίδα τους σχετικά με το θέμα αυτό (συνεντεύξεις, σκίτσα κλπ) <b>(ΠΜΑ: 1, 2, 4, 5, 6)</b></li> </ol>	<p>Χαρτιά, μολύβια</p> <p>Χαρτιά, υλικά ζωγραφικής, κόλλα, ψαλίδια, χρώματα</p>

## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΟΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΜΑΣ», Β' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ ΤΩΝ Κ.Δ. [ΠΜΑ: 1]</b> [Γιατί είναι σημαντικές οι κοινωνικές δεξιότητες; Πώς θα ήταν οι σχέσεις μας και η ζωή μας χωρίς αυτές;]</p> <p><b>ΕΥΓΕΝΕΙΑ-ΑΡΧΗ ΓΝΩΡΙΜΙΑΣ [ΠΜΑ: 2, 3, 4]</b> [χαιρετάω, συστήνομαι, γνωρίζομαι με κάποιον, λέω ευχαριστώ, παρακαλώ, συγνώμη κ.α.]</p> <p><b>ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ [ΠΜΑ: 2, 3, 4, 5]</b> [κάνω φιλοφρονήσεις, βοηθώ τους άλλους, προσκαλώ κάποιον να κάνουμε κάτι μαζί, ξεκινάω έναν διάλογο, ξέρω τι πρέπει να κάνω για να τα ξαναβρώ με ένα φίλο/η που τσακώθηκα, ζητώ βοήθεια κ.α.]</p> <p><b>ΚΑΝΟΝΕΣ ΚΑΙ ΟΡΙΑ [ΠΜΑ: 1, 4, 5]</b> [ακολουθώ οδηγίες και κανόνες, μοιράζομαι, περιμένω τη σειρά μου, ζητάω άδεια όταν απαιτείται κ.α.]</p> <p><b>ΔΙΕΚΔΙΚΗΣΗ [ΠΜΑ: 4, 7]</b> [ζητάω το λόγο, λέω τη γνώμη μου / τα συναισθήματά μου όταν αδικούμαι, λέω «όχι» όταν κάτι δε μου αρέσει, συμμετέχω ενεργά σε παιχνίδια ή δραστηριότητες, ξέρω τι πρέπει να κάνω ή να μην κάνω για να ενταχθώ σε ένα παιχνίδι ή μια δραστηριότητα]</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές /τριες τη σημασία των κοινωνικών δεξιοτήτων στην καθημερινή μας ζωή</li> <li>2. Να γνωρίσουν βασικές κοινωνικές δεξιότητες</li> <li>3. Να υιοθετούν τρόπους ευγένειας</li> <li>4. Να διατηρούν καλές σχέσεις και να συνεργάζονται αρμονικά με τους άλλους</li> <li>5. Να συνειδητοποιήσουν την αξία της φιλίας, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές που τη διέπουν</li> <li>6. Να μπορούν να ακολουθούν κοινωνικές συμβάσεις, όρια και υποχρεώσεις σε διάφορα πλαίσια</li> <li>7. Να διεκδικούν με κατάλληλο τρόπο και να υπερασπίζονται τον εαυτό και τα δικαιώματά τους</li> </ol>	<p><b>1. Θέλει τρόπο, όχι κόπο...</b> Κοινή δραστηριότητα (π.χ. παιχνίδι) που προσπαθούν τα παιδιά να κάνουν / να παίξουν αφενός χωρίς κανόνες και οργάνωση και αφετέρου με συντονισμό και λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες και τα δικαιώματα των άλλων <b>(προσεγγίζει ΠΜΑ 1, 2, 4)</b></p> <p><b>2. Μπες στον κύκλο...</b> Δραστηριότητα π.χ. παιχνίδι ρόλων με στόχο τη συμμετοχή σε ομάδες με ισότιμο τρόπο. Πώς απευθύνομαι στους άλλους; Πώς λέω τη γνώμη μου; <b>(προσεγγίζει ΠΜΑ: 2, 3, 4, 6, 7)</b></p> <p><b>3. Ποιος είναι φίλος μου;</b> Δραστηριότητα (π.χ. σενάρια, διλήμματα ή παιχνίδι ρόλων) για τα κριτήρια επιλογής και διατήρησης μιας φιλίας. Ποια συναισθήματα και συμπεριφορές διατηρούν και δυναμώνουν μια φιλία; <b>(προσεγγίζει ΠΜΑ: 5)</b></p>	<p>Ομαδικό παιχνίδι π.χ. επιτραπέζιο, κρυφτό κλπ ή κοινή δραστηριότητα όπως κολλάζ, κατασκευή, ομαδική εργασία</p>



### Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

#### Υποενότητα: «ΔΙΑΧΕΙΡΙΖΟΜΑΙ ΤΙΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΙΣ – ΒΑΖΩ ΟΡΙΑ»

**Στόχοι της υποενότητας είναι:** να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές τους λόγους για τους οποίους προκαλείται μια σύγκρουση, τους τρόπους με τους οποίους εκφράζεται (λεκτικά, με χειροδικία, με υποτιμητικά σχόλια, με ηλεκτρονικά μέσα κλπ), αλλά και τα συναισθήματα που οδηγούν σε συγκρούσεις αλλά και εκείνα που προκαλούνται από αυτή. Η σημασία της διαπραγμάτευσης, της συνεργασίας και της ενσυναίσθησης αποτελούν έννοιες τις οποίες καλούνται οι μαθητές να κατανοήσουν και να γενικεύσουν στην καθημερινότητά τους ως συμπεριφορές λειτουργικών τρόπων επίλυσης συγκρούσεων. Η κατανόηση των συνεπειών επιθετικών μορφών συμπεριφοράς στις ανθρώπινες σχέσεις, ο τρόπος αντιμετώπισης επιθετικών μορφών συμπεριφοράς και η αναποτελεσματικότητα της υιοθέτησης τους σε καταστάσεις σύγκρουσης, αποτελεί έναν άλλο σημαντικό στόχο. Η περιγραφή της έννοιας και των μορφών εκφοβισμού, ο ρόλος των «θεατών», οι τρόποι αντίδρασης και η αναζήτηση βοήθειας είναι ένας ακόμα στόχος, ο οποίος αφορά κυρίως τη Β' και Γ' ηλικιακή ομάδα.

Πιο συγκεκριμένα οι μαθητές:

- Αναγνωρίζουν τους λόγους των συγκρούσεων και των αναγκών που καλύπτονται από αυτές
- Συνειδητοποιούν τους τρόπους με τους οποίους συγκρούμαστε
- Γνωρίζουν λειτουργικούς τρόπους επίλυσης συγκρούσεων
- Αναγνωρίζουν, κατανοούν και αποδέχονται τα συναισθήματα που εμπλέκονται στις συγκρούσεις
- Γνωρίζουν τη σημασία της ενσυναίσθησης στην επίλυση μιας σύγκρουσης καθώς και της συνεργασίας
- Αξιολογούν και προσδιορίζουν την σημασία της επιθετικότητας και τον τρόπο που επηρεάζει τις ανθρώπινες σχέσεις
- Γνωρίζουν τρόπους αντιμετώπισης φαινομένων επιθετικότητας
- Γνωρίζουν την έννοια του Εκφοβισμού καθώς και την σημασία του «θεατή»
- Συνειδητοποιούν την σημασία αντίδρασης σε φαινόμενα εκφοβισμού είτε από τη θέση του «θύματος» είτε από τη θέση του «θεατή»
- Συνειδητοποιούν τη σημασία της αναζήτησης βοήθειας όταν αντιλαμβάνονται περιστατικά όπου διακυβεύεται η ασφάλειά τους ή κάποιου συμμαθητή / φίλου (σωματική ή ψυχολογική κάποιου)
- (Οι συγκρούσεις με τους άλλους γίνονται όταν μας παίρνουν κάτι που μας ανήκει, όταν μας υποτιμούν, όταν μας κάνουν κακή κριτική, όταν μας αποκλείουν από ομάδες και παρέες)
- (Όταν κάποιος μας αδικεί, νιώθουμε θυμό, όταν μας αγνοεί απογοήτευση)
- (Κατανοώντας και λαμβάνοντας υπόψη τη θέση και τα συναισθήματα του άλλου ο θυμός μετριάζεται και εκλογικεύεται, δίνοντας χώρο στη λογική για λύσεις και προτάσεις χωρίς ένταση)
- (Η βία προκαλεί βία και εντείνει δεν επιλύει θέματα και προβλήματα)
- (Η πραγματική ισχύς είναι στη διαπραγματευτική δυνατότητα, στη συνεργασία και στην κατανόηση του άλλου. Η βία δεν είναι «μαγκιά»)
- (Όταν βλέπω κάποιο συμμαθητή / συμμαθήτριά μου να είναι θύμα εκφοβισμού το αναφέρω. Αυτό δεν με κάνει καρφί αλλά υπεύθυνο για την ασφάλεια των συνανθρώπων μου (σωματική και ψυχολογική)

## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΔΙΑΧΕΙΡΙΖΟΜΑΙ ΤΙΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΙΣ – ΒΑΖΩ ΟΡΙΑ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (Π.Μ.Α.)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΟΙ ΛΟΓΟΙ ΜΙΑΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΗΣ</b>            Η αναγνώριση και κατανόηση των λόγων για τους οποίους διαπληκτιζόμαστε με κάποιον (όταν μας προσβάλλουν, όταν τίθεται θέμα αμφισβήτησης της ιδιοκτησίας αντικειμένων, όταν μας υποτιμούν, όταν μας αποκλείουν...) <b>(ΠΜΑ 1)</b> (ΠΟΤΕ ΤΣΑΚΩΝΟΜΑΙ; Πχ. όταν με κοροϊδεύουν, όταν δεν θέλουν να με παίξουν, όταν μου μιλούν άσχημα, όταν παίρνουν κάτι που είναι δικό μου...)</p> <p><b>ΠΩΣ ΕΚΦΡΑΖΟΥΜΕ ΤΗΝ ΑΝΤΙΠΑΡΑΘΕΣΗ ΜΑΣ</b>            Η περιγραφή και συνειδητοποίηση των συμπεριφορών που υιοθετούνται προκειμένου να διεκδικήσουμε κάποια πράγματα (υλικά ή ηθικά): με τα λόγια, με πράξεις, ... Αναφορά των κοινωνικά αποδεκτών συμπεριφορών αντιπαράθεσης επισημαίνοντας ότι αυτό που κρίνεται είναι ο τρόπος που εκφράζονται <b>(ΠΜΑ2,3)</b> [ΟΤΑΝ ΤΣΑΚΩΝΟΜΑΣΤΕ ΜΕ ΚΑΠΟΙΟΝ: Πχ. Φωνάζουμε, μιλούμε άσχημα, χτυπάμε, πετάμε πράγματα, κλαίμε, κοροϊδεύουμε..] [Ξέρω λόγια ή χειρονομίες που μπορούν να κάνουν μια σύγκρουση να λυθεί] [Διαπραγματεύομαι τις συγκρούσεις μου με τρόπο που ούτε εγώ ούτε ο άλλος να νιώθουμε χαμένοι]</p> <p><b>ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ</b>            Η αναφορά, αναγνώριση και αποδοχή των συναισθημάτων που νιώθουν τα άτομα που εμπλέκονται σε μια σύγκρουση <b>(ΠΜΑ 4)</b> (ΤΙ ΝΙΩΘΩ ΟΤΑΝ ΤΣΑΚΩΝΟΜΑΙ ΜΕ ΚΑΠΟΙΟΝ; Θυμώνω, Στεναχωριέμαι, Φοβάμαι)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να μπορούν οι μαθητές να αναγνωρίζουν τους λόγους που προκαλούν τις συγκρούσεις (προσβολή, αποκλεισμός, διεκδίκηση ιδιοκτησίας...)</li> <li>2. Να συνειδητοποιήσουν τις συμπεριφορές που υιοθετούνται όταν ερχόμαστε σε αντιπαράθεση με κάποιον (λεκτικοί χαρακτηρισμοί, κατηγορίες, φωνές κλπ)</li> <li>3. Να κατανοήσουν ότι η διεκδίκηση και ο θυμός δεν είναι κατακριτέα. Ο τρόπος με τον οποίο εκφράζουμε το θυμό μας ή διεκδικούμε κάτι, θα πρέπει να είναι κοινωνικά αποδεκτός</li> <li>4. Να μπορούν να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα που συνοδεύουν μια σύγκρουση και να γνωρίζουν ότι όλοι σε μια σύγκρουση αισθάνονται θυμό, ή φόβο ή θλίψη ή αδικία...</li> <li>5. Να γνωρίσουν την αξία της συνεργασίας, και να κατανοήσουν τις αρχές που τη διέπουν (κατανόηση, αλληλοβοήθεια,) για την επίτευξη ενός στόχου αλλά και για την επίλυση μιας διαφοράς (μοιραζόμαστε τα πράγματά μας, δεν αποδίδουμε χαρακτηρισμούς που υποτιμούν τους άλλους, οι φωνές και η επιθετικότητα δεν μας</li> </ol>	<p>A. <b>Παραμύθια αλήθειας:</b> Ανατρέχοντας σε παραμύθια και ιστορίες όπου υπάρχει σύγκρουση μεταξύ των ηρώων οι μαθητές αναφέρουν τους λόγους που κάθε μέρος αυτής διαπληκτίζεται με τον άλλο <b>(ΠΜΑ 1&amp;2)</b></p> <p>B. <b>Θεατρικές ...συγκρούσεις:</b> Παρουσιάζουμε στους μαθητές σε κουκλοθέατρο μια ιστορία όπου οι ήρωες διαπληκτίζονται εκφράζοντας το θυμό τους με διαφορετικούς τρόπους. Οι μαθητές θα έχουν μια κόκκινη κάρτα που θα την χρησιμοποιούν όταν «κρίνουν» ότι μια συμπεριφορά δεν είναι σωστή <b>(ΠΜΑ 3)</b></p> <p>Γ. <b>Η πλαστελίνη μιλάει:</b> Χωρίζουμε τους μαθητές σε τρεις ομάδες. Ο μαθητής κάθε ομάδας θα πρέπει να αναπαραστήσει με την πλαστελίνη ένα συναίσθημα που υπάρχει σε περίπτωση σύγκρουσης. Η πρώτη ομάδα «ΟΤΑΝ ΜΑΣ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΚΑΤΙ ΔΙΚΟ ΜΑΣ», η δεύτερη «ΟΤΑΝ ΜΑΣ ΚΟΡΟΪΔΕΥΟΥΝ» και η τρίτη «ΟΤΑΝ ΔΕΝ ΜΑΣ ΠΑΙΖΟΥΝ» Επισημαίνουμε ότι σε μια σύγκρουση και τα δυο μέρη έχουν το δικό τους «δίκιο» <b>(ΠΜΑ 4)</b></p> <p>Δ. <b>Όλα για όλους:</b> Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες. Κατά προτίμηση δύο. Η κάθε ομάδα θα πάρει το δικό της χαρτί (μεγάλων διαστάσεων</p>	<p>Παραμύθια</p> <p>Κούκλες κουκλοθέατρου</p> <p>Πλαστελίνες</p> <p>Χαρτόνια, μαρκαδόροι, κόλλες γλασέ,</p>

<p><b>ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΟΙ ΤΡΟΠΟΙ «ΣΥΓΚΡΟΥΣΗΣ»</b> Κατανόηση των βασικών αρχών που διέπουν τη συνεργασία. Εκμάθηση και υιοθέτηση λειτουργικών τρόπων διεκδίκησης <b>(ΠΜΑ5)</b> [ΜΙΑ ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ ΕΧΕΙ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΟΤΑΝ: Συζητούμε τη διαφορά μας, Ακούμε ο ένας τα «αιτήματα» του άλλου, Προσπαθούμε να κατανοήσουμε πώς νιώθει ο άλλος, Προσπαθούμε να βρούμε μια δίκαιη λύση για όλα τα εμπλεκόμενα μέλη }</p> <p><b>ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΑΙΣΘΗΣΗΣ ΤΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ</b> Το σχολείο είναι ένα περιβάλλον που μας προστατεύει και μας φροντίζει, όπως θα πρέπει να το φροντίζουμε και να το προστατεύουμε και εμείς <b>(ΠΜΑ6)</b> [ΠΟΤΕ ΝΙΩΘΩ ΑΣΦΑΛΗΣ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΟΥ; Όταν νιώθω ότι κάποιος δυνατότερος δεν θα προσπαθήσει να με ενοχλήσει. Όταν μπορώ να ζητήσω βοήθεια από τους δασκάλους ή τους συμμαθητές μου. Όταν φροντίζω το σχολείο που με φροντίζει και με προστατεύει</p>	<p>βοηθούν...)</p> <p>6. Να αναγνωρίζουν και να αποδέχονται ένα σύστημα κανόνων</p> <p>7. Να κατανοήσουν τα παιδιά ότι συμμετέχουν και τα ίδια στη δημιουργία ενός ασφαλούς κι ευχάριστου σχολικού περιβάλλοντος, με τη συμπεριφορά τους.</p>	<p>κατάλληλο για ομαδική δουλειά). Η πρώτη ομάδα (την ονοματίζουμε Α ή όπως αλλιώς θέλουμε) παίρνει κάποια υλικά, αλλά όχι όλα όσα χρειάζεται. Η δεύτερη ομάδα (ομάδα Β ή αλλιώς) παίρνει άλλου είδους υλικά, διαφορετικά από την πρώτη. Οι ομάδες θα πρέπει να συνεργαστούν και να διαπραγματευτούν, ώστε να μοιραστούν σωστά τα υλικά τους και να καταφέρουν να ολοκληρώσουν την εργασία τους. <b>(ΠΜΑ5)</b></p> <p>Ε. <b>Ένα σχολικό... κάστρο:</b> Σε μεγάλο χαρτόνι όπου υπάρχει το περίγραμμα μόνο ενός Κάστρου, οι μαθητές καλούνται να προσθέτουν με ζωγραφική ή κολλάζ τα στοιχεία- αντικείμενα που κάνουν το σχολείο πιο ευχάριστο και πιο ασφαλές <b>(ΠΜΑ 6,7)</b></p>	<p>σελοτέϊπ κλπ.</p> <p>Μεγάλο Χαρτόνι, μαρκαδόροι, ψαλίδια κλπ.</p>
---	---	---	--

## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΔΙΑΧΕΙΡΙΖΟΜΑΙ ΤΙΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΙΣ – ΒΑΖΩ ΟΡΙΑ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (Π.Μ.Α.)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΟΙ ΛΟΓΟΙ ΜΙΑΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΗΣ</b> Αναγνώριση των ψυχολογικών αναγκών και των συναισθημάτων που οδηγούν σε συγκρούσεις. <b>(ΠΜΑ 1, 2)</b> (ΠΟΤΕ ΤΣΑΚΩΝΟΜΑΙ; Πχ. Τσακώνομαι όταν με κοροϊδεύουν, όταν δεν θέλουν να με παίξουν, όταν μου μιλούν άσχημα, όταν παίρνουν κάτι που είναι δικό μου..)</p> <p><b>ΤΥΠΟΙ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ ΣΤΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ</b> Αναγνώριση των τριών βασικών τύπων αντίδρασης σε μια σύγκρουση (επιθετικός, παθητικός, αυτοϋποστηρικτικός) και προώθηση του αυτοϋποστηρικτικού τύπου <b>(ΠΜΑ 3, 4)</b> [ΟΤΑΝ ΤΣΑΚΩΝΟΜΑΙ ΠΟΙΟ ΒΑΣΙΚΟ ΤΥΠΟ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ ΥΙΟΘΕΤΩ: Α) τον επιθετικό όπου το μόνο που θέλω είναι να πετύχω αυτό που ζητάω αδιαφορώντας για το άλλο μέλος, Β) τον παθητικό όπου πάντα υποχωρώ μπροστά στις απαιτήσεις και διεκδικήσεις των άλλων, Γ) τον αυτοϋποστηρικτικό όπου αυτό που επιθυμώ είναι και τα δύο εμπλεκόμενα μέλη να καταλήξουμε σε μια δίκαιη λύση χωρίς να παραβλέπονται τα αιτήματα και τα δικαιώματα των άλλων. Λέω στον άλλο πώς νιώθω, Προσπαθώ να καταλάβω τι ζητάει και να καταλάβει και εκείνος τι ζητάω εγώ, δεν φωνάζω, δεν χτυπάω. Εκφράζω με λόγια αυτό που θέλω και αυτό που νιώθω.. Δεν μιλάω άσχημα αλλά... έξυπνα]</p> <p><b>ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ</b> Η έννοια της επιθετικότητας και οι επιπτώσεις της στις ανθρώπινες σχέσεις. Τρόποι αντίδρασης όταν κάποιος ή κάποιος μας επιτίθενται (με λεκτική ή σωματική επιθετικότητα) <b>(ΠΜΑ 5, 6)</b> [ΠΩΣ Η ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΑΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ; Η επιθετικότητα είναι μια μορφή άσκησης εξουσίας. Η επιθετική συμπεριφορά δεν δίνει ποτέ λύσεις,</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αναγνωρίζουν τι τους οδήγησε συγκρουστούν, με κάποιον (φίλο, συμμαθητή...) Να κατανοήσουν ποιές ανάγκες προσπαθούμε να «υπερασπιστούμε» μέσα από μια σύγκρουση...</li> <li>2. Να μπορούν να μιλούν για τον εαυτό τους, τη θέση τους μέσα στη σχολική ομάδα. Πχ. Με ποιο τρόπο η δική τους συμπεριφορά μπορεί να γίνει ενοχλητική ή προκλητική.</li> <li>3. Να μπορούν να διακρίνουν τους τρεις βασικούς τύπους αντίδρασης στη σύγκρουσή. Να προσδιορίσουν σε ποιο τύπο ανήκουν και να προσπαθήσουν να υιοθετήσουν τα στοιχεία του αυτοϋποστηρικτικού τύπου</li> <li>4. Να αναγνωρίζουν και να αποδέχονται τα συναισθήματα των άλλων, ιδιαίτερα όταν βιώνουν μια κατάσταση σύγκρουσης, και να συνειδητοποιήσουν τη σημασία του ενδιαφέροντος για τον άλλο και για τις δυσκολίες του</li> <li>5. Να κατανοήσουν ότι οι επιθετικές συμπεριφορές (όπως και αν εκδηλώνονται) είναι πράξεις μη αποδεκτές. Πολλές φορές είναι ένδειξης αδυναμίας και όχι ισχύος, με αρνητικές επιπτώσεις και συνέπειες και για το άτομο και για εκείνον που τη δέχεται</li> </ol>	<p><b>Α. Παραμύθια για συγκρούσεις:</b> Οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες. Κάθε ομάδα θα πρέπει να φτιάξει μια ιστορία στην οποία να προσπαθήσουν να φαίνονται ο βασικότεροι – κατά τη γνώμη τους- λόγοι για τους οποίους προκαλούνται οι συγκρούσεις <b>(ΠΜΑ 1 &amp; 2)</b></p> <p><b>Β. Αφίσες για... άλλους:</b> παρουσιάζονται στα παιδιά σενάρια/ ιστορίες σύγκρουσης μεταξύ συνομηλίκων. Σε κάθε σενάριο υπάρχει ένας από τους τρεις τύπους αντίδρασης. Τα παιδιά κατασκευάζουν αφίσες στις οποίες καταγράφονται τα συναισθήματα που νιώθουν οι συνομηλικοί τους σε κάθε μια από τις 3 περιπτώσεις <b>(ΠΜΑ3)</b></p> <p><b>Γ. Η ιστορία διδάσκει:</b> Χωρίζουμε τους μαθητές σε τρεις ομάδες. Σε κάθε ομάδα δίνουμε ένα γεγονός της ιστορίας όπου ασκήθηκε βία (πόλεμος, χειροδικία, ψυχολογική βία). Κάθε ομάδα θα πρέπει να αναφέρει στην υπόλοιπη τάξη το γεγονός, το αποτέλεσμα και τι διαφορετικό θα μπορούσε να είχε γίνει <b>(ΠΜΑ 4 &amp; 5)</b></p> <p><b>Δ. Ο Δεκάλογος της ΕΙΡΗΝΗΣ</b> Χωρίζουμε την τάξη σε δύο ομάδες. Κάθε μια θα πρέπει να καταγράψει,</p>	<p>Χαρτόνια, μαρκαδόροι</p> <p>Πληροφορίες σχετικά με ιστορικά γεγονότα</p> <p>Φύλλα χαρτί</p>

<p>απλά δημιουργεί επιπλέον δυσκολίες. Αν εκφραζόμαστε με βία, θα εισπράξουμε ...βία. Όταν μου επιτίθενται λέω πώς νιώθω, εκφράζω την άρνησή μου σε παρόμοιες πράξεις εις βάρος μου, αναφέρω το γεγονός]</p> <p><b>ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ</b></p> <p>Τι είναι «Εκφοβισμός»; Ποιά είναι η διαφορά του εκφοβισμού από το πείραγμα. Με ποιο τρόπο κάποιος μπορεί να εκφοβίσει κάποιον (άμεσα με πείραγμα , χειροδικία κλπ, ή έμμεσα , ηλεκτρονικός εκφοβισμός...). Τι μπορεί να κάνει κάποιος που είναι θύμα εκφοβισμού ή «θεατής» ενός τέτοιου συμβάντος <b>(ΠΜΑ 7, 8)</b> [ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ; Είναι μια επιθετική πράξη η οποία έχει σα στόχο να βλάψει (σωματικά ή και ψυχολογικά) κάποιον και επαναλαμβάνεται συστηματικά . Ο Εκφοβισμός γίνεται ή με χειροδικία, είτε με διάδοση φημών για κάποιον, είτε με αφαίρεση προσωπικών αντικειμένων είτε με έκθεση ψευδών φημών και εικόνων στο διαδίκτυο ή σε μορφή SMS). Η αντίδραση στον εκφοβισμό «Δεν μου αρέσει αυτό που συμβαίνει» «Μην με πειράξετε ξανά».. καθώς και η συμβολή των θεατών στην αποτροπή ή στην συνέχεια μιας τέτοιας κατάστασης]</p> <p><b>ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ</b></p> <p>Η κατανόηση της σοβαρότητας μιας κατάστασης στην οποία κάποιος είναι δέκτης κάποιας μορφής επιθετικότητας και η αναζήτηση βοήθειας όταν τίθενται θέματα ασφάλειας ατόμων. Διαφοροποίηση της έννοιας «καρφώνω» από την έννοια βοηθώ με υπευθυνότητα <b>(ΠΜΑ 9, 10)</b> [ΠΟΤΕ ΖΗΤΑΩ ΒΟΗΘΕΙΑ; Όταν είμαι αντιμέτωπος με μια κατάσταση που δεν μπορώ να ελέγξω. Όταν απειλείται η ασφάλεια μου ή ασφάλεια κάποιου άλλου. Η αναζήτηση βοήθειας είναι ένδειξη υπευθυνότητας και όχι αδυναμίας. Όταν αναφέρω ένα γεγονός όπου απειλείται η ασφάλεια μου ή κάποιου άλλου δεν «καρφώνω» αλλά προστατεύω]</p>	<p>6. Να γνωρίζουν τρόπους αντίδρασης όταν δέχονται λεκτική ή σωματική επιθετικότητα.</p> <p>7. Να γνωρίζουν τι σημαίνει εκφοβισμός και με ποιές μορφές εκδηλώνεται (έμμεσος- άμεσος)</p> <p>8. Να γνωρίζουν τι μπορούν να κάνουν για να αντιδράσουν είτε ως «θύματα» είτε ως «θεατές»</p> <p>9. Να συνειδητοποιήσουν τους λόγους που επιβάλλουν την αναζήτηση βοήθειας και την αναφορά σε κάποιον άλλο (ενήλικο ή συνομήλικο) ενός συμβάντος, στο οποίο κάποιος είναι δέκτης επιθετικής συμπεριφοράς,. Να κατανοήσουν τη διαφορά της έννοιας «καρφώνω» από την έννοια «βοηθάω». «Καρφώνω» κάποιον όταν θέλω να τον βλάψω</p> <p>10. Να νιώθουν ασφάλεια να αναφέρουν περιστατικά στα οποία διακυβεύεται η σωματική ή συναισθηματική τους ασφάλεια ή κάποιου συμμαθητή /τριας τους</p>	<p>από ένα πιθανό σενάριο άσκησης επιθετικότητας, πέντε κοινωνικά αποδεκτές αντιδράσεις του ατόμου που δέχεται την «επίθεση». Καθώς και πέντε εναλλακτικές συμπεριφορές του ατόμου που «επιτίθεται». Ακολουθεί συζήτηση σχετικά με την αποτελεσματικότητα των προτάσεων <b>(ΠΜΑ 5)</b></p> <p><b>Ε. Διλήμματα</b></p> <p>Οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες. Κάθε ομάδα έχει ένα σενάριο όπου κάποιος μαθητής ή μαθητές είναι μάρτυρες μιας επιθετικής πράξης προς κάποιο άλλο παιδί. Κάθε ομάδα θα πρέπει να αναφέρει τι προτείνει να κάνει <i>(Καλό είναι να μην δίνονται οι αναμενόμενες λύσεις στο σενάριο. Επίσης προτείνεται η δραστηριότητα να προηγηθεί για να αποτελέσει ερέθισμα για συζήτηση)</i> <b>(ΠΜΑ 6 &amp; 7)</b></p>	<p>Σενάρια με περιστατικά επιθετικότητας</p>
--	--	--	--

**Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»**  
**Υποενότητα: «ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ»**

**Στόχοι της υποενότητας είναι:** Για την Α΄ ηλικιακή ομάδα, στόχος είναι οι μαθητές να κατανοήσουν τις έννοιες της «ταυτότητας» και της «διαφορετικότητας» σε πολλαπλά επίπεδα – όπως σε θέματα χαρακτηριστικών εμφάνισης και συμπεριφοράς, σε θέματα ικανοτήτων, δεξιοτήτων και ειδικών ταλέντων ή αναπηριών και μειονεξιών, στο οικογενειακό, κοινωνικό και πολιτισμικό επίπεδο. Για τη Β΄ ηλικιακή ομάδα πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης του Δημοτικού σχολείου, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο να αναγνωρίζουν οι μαθητές τα αρνητικά στερεότυπα και τις προκαταλήψεις, τον τρόπο που δημιουργούνται και τη δύναμή τους. Συγκεκριμένα, επιδιώκεται να κατανοήσουν την έννοια των αρνητικών στερεοτυπικών αντιλήψεων σχετικά με άτομα και κοινωνικές ομάδες που έχουν «διαφορετικά» χαρακτηριστικά (εμφάνιση, εξαιρετικές ικανότητες και ταλέντα, αναπηρίες, διαφορετικές μορφές οικογένειας, εθνοπολιτισμική καταγωγή κα.). Έμφαση δίνεται στο να μάθουν να αποδέχονται και να σέβονται τη διαφορετικότητα σε όλα τα επίπεδα, επισημαίνοντας τις επιπτώσεις των αρνητικών στερεοτυπικών αντιλήψεων και των προκαταλήψεων στις αντιλήψεις και στη συμπεριφορά μας προς άτομα, ομάδες και πολιτισμούς διαφορετικούς από το δικό μας. Στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, επιδιώκεται οι μαθητές να κατανοήσουν τη διαφορετικότητα κυρίως στην κοινωνική συμπεριφορά, σε διαφορετικά πλαίσια διαβίωσης και σε ομάδες –κοινωνικές και εθνοπολιτισμικές- και να αναστοχαστούν τα πλεονεκτήματα επιλογής συμπεριφορών με κριτήριο το κοινό καλό, τη συνεργασία και την αλληλεγγύη.

**Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»**  
**Υποενότητα: «ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

<b>ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ</b>	<b>ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)</b>	<b>ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b>	<b>ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ</b>
<b>ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ &amp; ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ</b> ΠΜΑ 1, 3 [«Μπορώ να περιγράψω τον εαυτό μου με λέξεις ..... αναγνωρίζω κάποια προτερήματα και ικανότητές μου, κάποια δυσάρεστα χαρακτηριστικά στο χαρακτήρα μου», «όλοι είμαστε όμοιοι σε κάποια πράγματα και διαφορετικοί σε πολλά άλλα», «είμαστε μοναδικοί», «μπορώ να αλλάξω κάποια στοιχεία από τον	1. Να μπορούν να περιγράψουν τον εαυτό τους με κάποια θετικά και κάποια δυσάρεστα χαρακτηριστικά, καθώς και τους άλλους με τους οποίους σχετίζονται (γονείς, συμμαθητές, δασκάλα) εντοπίζοντας ομοιότητες και διαφορές με τον εαυτό τους. 2. Να αξιοποιούν τη διαφορετικότητα σε κάθε τομέα του φυσικού και του κοινωνικού περιβάλλοντος (στην πανίδα και χλωρίδα του πλανήτη, στην ποικιλία	<u>ΠΜΑ 1, 3</u> Οι μαθητές ζωγραφίζουν με χρώματα τον εαυτό τους και κάποια συγκεκριμένα χαρακτηριστικά της εμφάνισης και του χαρακτήρα τους, στη συνέχεια επαναλαμβάνουν το ίδιο για κάποια παιδιά από την τάξη τους (π.χ. τον/την διπλανή μαθήτριά στο θρανίο) και αποδίδουν χρωματικά κάποια χαρακτηριστικά τους-μόνιμα και μεταβαλλόμενα. <u>ΠΜΑ 2</u> Οι μαθητές ζωγραφίζουν με χρώματα την ποικιλότητα της πανίδας και της χλωρίδας πάνω στη	ΠΜΑ 1,2, 3 Ξυλομπογιές, μαρκαδόροι

<p>εαυτό μου ,αλλά δεν μπορώ να αλλάξω κάποια άλλα»].</p> <p><b>ΠΜΑ 2</b> [«κανένα από τα ζώα (από τα φυτά) δεν είναι όμοιο με κάποιο άλλο», «όλα τα διαφορετικά ζώα και φυτά κάνουν την ομορφιά του πλανήτη μας», «μοναδικοί και διαφορετικοί μεταξύ τους άνθρωποι υπάρχουν σε όλες τις κοινωνίες του πλανήτη»].</p> <p><b>ΑΠΟΔΟΧΗ ΤΗΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ-ΕΠΙΠΕΔΑ ΑΤΟΜΟΥ &amp; ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ</b></p> <p><b>ΠΜΑ 3, 4</b> [«μοιάζω και διαφέρω από τα αδέρφια μου σε...», «μοιάζω και διαφέρω από τους συμμαθητές μου στο ύψος, βάρος, χόμπυ, προτιμήσεις, χαρακτήρα, εμφάνιση σώματος...», «με τους φίλους μου ή με τα παιδιά της γειτονιάς μου μοιάζω και διαφέρω στα εξής...»]</p> <p><b>ΠΜΑ 5</b> [«η οικογένειά σου και η οικογένειά μου μπορεί να μην είναι όμοιες, είναι όμως και για τους/τις δυο μας πολύ αγαπημένες»]</p> <p><b>ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ</b></p> <p><b>ΠΜΑ 6, 7</b> [«το ότι διαφέρουμε δεν είναι λόγος να μην κάνουμε παρέα, μπορούμε να είμαστε φίλοι» «οι διαφορές που</p>	<p>των ανθρώπων στις κοινωνίες)</p> <p>3. Να αποδέχονται τη διαφορετικότητα των άλλων παιδιών που συναντούν μέσα στις διαφορετικές ομάδες στις οποίες ανήκουν (οικογένεια, σχολική τάξη, γειτονιά)</p> <p>4. Να κατανοήσουν ότι η επιλογή των φίλων μας δεν πρέπει να βασίζεται αποκλειστικά στην ομοιότητα ως προς μόνιμα ή/και μεταβαλλόμενα χαρακτηριστικά, αλλά μπορεί να περιλαμβάνει παιδιά που μπορεί να είναι λίγο ή πολύ διαφορετικά από τον εαυτό μας (διαφορά βαθμού και χαρακτηριστικών).</p> <p>5. Να κατανοήσουν ότι και οι οικογένειες διαφέρουν, ότι υπάρχουν όμοιοι αλλά και διαφορετικοί τύποι ή μορφές οικογενειών</p> <p>6. Να αναγνωρίζουν και να κατανοούν τη διαφορετικότητα των άλλων παιδιών ως προς την κοινωνική προέλευση, την εθνικότητα και τη θρησκεία.</p> <p>7. Να κατανοήσουν ότι η διαφορετικότητα στη φύση και στους ανθρώπους μας διδάσκει πολλά και φέρνει ποικιλία στη ζωή μας.</p>	<p>γήινη σφαίρα, και αντίστοιχα την ποικιλότητα των ανθρώπων των κοινωνιών του πλανήτη»]</p> <p><b>ΠΜΑ 3, 4</b> Οι μαθητές συζητούν σε μικρές ομάδες για τους φίλους που έχουν έξω από το σχολείο π.χ, στη γειτονιά, στην παιδική χαρά, στις καλοκαιρινές διακοπές · εντοπίζουν ομοιότητες και διαφορές μαζί τους.</p> <p><b>ΠΜΑ 5</b> Οι μαθητές ζωγραφίζουν σε ζευγάρια την οικογένειά τους σε κοινό χαρτόνι και το κολλούν στον τοίχο. Ακολουθεί συζήτηση για τα μέλη της οικογένειας που μπορεί να είναι σε διαφορετικό αριθμό και με διαφορετικούς ρόλους (π.χ. οικογένεια με δύο γονείς, με ένα γονέα μητέρα ή πατέρα και άλλα συγγενικά πρόσωπα-γιαγιά, παππού, θείο κλπ.). Οι σχέσεις αγάπης και στοργής υπάρχουν σε όλες τις διαφορετικές μορφές οικογενειών,</p> <p><b>ΠΜΑ 6, 7</b> Κολλάζ με εικόνες παιδιών που μπορούν να αναγνωρίσουν ως πιθανούς φίλους τους ή γείτονες ή συμμαθητές, που μοιάζουν και διαφέρουν ως προς μεταβαλλόμενα χαρακτηριστικά της εμφάνισης (σωματική διάπλαση, ρούχα) και μόνιμα χαρακτηριστικά ( χρώμα του δέρματος, χρώμα μαλλιών και ματιών, φωνή). Σε συζήτηση μετά το κολλάζ, συζητούνται τα διαφορετικά χαρακτηριστικά που έχουν τα παιδιά των εικόνων ως ποικιλία και πλούτος. Στη συνέχεια δίνεται έμφαση στα κοινά χαρακτηριστικά τους.</p>	<p><b>ΠΜΑ 5</b> Ξυλομπογιές, μαρκαδόροι</p> <p><b>ΠΜΑ 7</b> Χαρτόνι, μολύβι, ξυλομπογιές Συλλογή εικόνων- φωτογραφιών, κόλλα</p>
--	--	--	--

<p>έχουμε με τους φίλους μας δίνουν ποικιλία στη ζωή μας]  <b>ΠΜΑ 8</b>          [«Είμαι διαφορετικός όπως είσαι και εσύ», «και οι δυο είμαστε διαφορετικοί, και αυτό δεν μας εμποδίζει να είμαστε φίλοι, αγαπημένοι συμμαθητές, αγαπημένοι γείτονες]</p>			
---	--	--	--

**Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»**

**Υποενότητα: «ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

<b>ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ</b>	<b>ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ</b>	<b>ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b>	<b>ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ</b>
<p><b>ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ</b>  <b>ΠΜΑ 1</b>          [είμαι και εγώ μοναδικός, όπως είμαστε όλοι», διαφέρουμε σε μερικά χαρακτηριστικά μεταξύ μας τα παιδιά της ηλικίας μου αλλά έχουμε και πολλά όμοια χαρακτηριστικά»]  <b>ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΛΛΑΓΗ</b>  <b>ΠΜΑ 2</b>          [«τι ήμουν και δεν είμαι γιατί άλλαξα», «πώς μπορώ να αποκτήσω νέες συνήθειες που θα κάνουν τη ζωή μου καλύτερη...», «κάτι που δεν αρέσει στον εαυτό μου μπορούμε να το αλλάξουμε αν προσπαθήσουμε», «ανακαλύπτω τα δυνατά μου σημεία και αυτά που μπορώ να</p>	<p>1. Να αναγνωρίζουν οι μαθητές βασικά εσωτερικά στοιχεία της προσωπικότητας, προτιμήσεις και ενδιαφέροντα, δυνατότητες και αδυναμίες, ως βασικά στοιχεία της μοναδικής ταυτότητάς τους, καθώς και διαφορετικά στοιχεία των άλλων παιδιών και να ανακαλύπτουν θετικά στοιχεία στα διαφορετικά χαρακτηριστικά των άλλων.          2. Να αναγνωρίζουν κάποια κυρίαρχα εσωτερικά στοιχεία τους και τη σταθερότητά τους στο χρόνο και άλλα πιο ευμετάβλητα που άλλαξαν με το χρόνο, κατανοώντας ότι μπορούν να αποφασίσουν τι θα μπορούσαν να αλλάξουν στον εαυτό τους που τους/τις δυσκολεύει ή δυσκολεύει τους άλλους</p>	<p><u>ΠΜΑ 1</u>          Συζητούν σε ζευγάρια. Κάθε μέλος του ζευγαριού εντοπίζει για τον εαυτό του/της στοιχεία χαρακτήρα, συμπεριφοράς και τα εκφράζει. Γράφουν και τα δύο άτομα του ζευγαριού τα κοινά και τα διαφορετικά χαρακτηριστικά. Συζητούν στην τάξη ποια χαρακτηριστικά παρατήρησαν ως κοινά και ποια ως διαφορετικά, πώς ο καθένας μας είναι μοναδικός, συγκριτικά με τους υπόλοιπους.  <u>ΠΜΑ 2</u>          Συζητούν σε μικρές ομάδες για συνήθειες και συμπεριφορές που είχαν στο παρελθόν και δεν τις έχουν πλέον γιατί τις άλλαξαν, καθώς και για άλλες που θα ήθελαν να αλλάξουν στο μέλλον.  <u>ΠΜΑ 1, 3</u>          Εντοπισμός και απαρίθμηση σε δύο λίστες των διαφορετικών ενδιαφερόντων των δύο φύλων π.χ., ως προς τις συνήθειες της καθημερινότητας, το ενδιαφέρον για τον αθλητισμό, τις ριψοκίνδυνες δραστηριότητες, το ρίσκο, τις</p>	<p><b>ΠΜΑ 1</b>          Στυλό και χαρτί</p> <p><b>ΠΜΑ 1, 3</b>          Στυλό και χαρτί</p>



<p>βελτιώσω].</p> <p><b>ΑΠΟΔΟΧΗ ΤΗΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΑΤΟΜΙΚΟ &amp; ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ</b></p> <p>ΠΜΑ 3</p> <p>[«ψάχνω να βρω τα θετικά στοιχεία του άλλου», «όλοι μαζί μπορούμε να είμαστε αγαπημένοι κι ας διαφέρουμε»]</p> <p>ΠΜΑ 4</p> <p>[«οι οικογένειές μας είναι διαφορετικές, και το ίδιο σημαντικές και αγαπημένες», «οι οικογένειες των συμμαθητών μου και η δική μου δεν είναι όμοιες, άλλες έχουν δύο γονείς και άλλες έναν, άλλες έχουν παππού και/ή γιαγιά, και άλλες έχουν αδέρφια από διαφορετικούς γονείς», « όλες μπορούν να ζουν αρμονικά και με αγάπη]</p> <p>ΠΜΑ 5</p> <p>«Είμαι διαφορετικός όπως και εσύ», «και οι δυο είμαστε διαφορετικοί και βλέπουμε τα πράγματα από διαφορετική οπτική γωνία», και αυτό δεν μας εμποδίζει να είμαστε φίλοι, να συνεργαζόμαστε, να είμαστε αλληλέγγυοι»]</p> <p><b>ΑΠΟΔΟΧΗ ΤΗΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ -ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ</b></p> <p>ΠΜΑ 6, 7</p> <p>[«με τους συμμαθητές /τις συμμαθήτριές μου έχουμε</p>	<p>γύρω τους.</p> <p>3. Να κατανοήσουν ότι το διαφορετικό ορίζεται με βάση τα δικά μας χαρακτηριστικά, τα οποία πολλές φορές τα αντιλαμβάνομαστε ως «φυσιολογικά» και, επομένως τα χαρακτηριστικά των άλλων ως «μη φυσιολογικά».</p> <p>4. Να συνειδητοποιήσουν ότι συναντώνται στις κοινωνίες μας διαφορετικοί τύποι –μορφές οικογενειών που είναι το ίδιο σημαντικές και αγαπημένες από τα μέλη τους.</p> <p>5. Να κατανοήσουν την ανάγκη όλων μας να έχουμε μία ταυτότητα- ατομική, κοινωνική, εθνική (national) και εθνοτική (ethnic) που ωστόσο διαφέρει από των άλλων. Οι διαφορές αυτές, όπως και οι διαφορές ως προς την κοινωνική προέλευση, την εθνικότητα και τη θρησκεία δεν εμποδίζουν την αγάπη προς τους άλλους.</p> <p>6. Να κατανοούν και να αποδέχονται τη διαφορετικότητα των άλλων παιδιών με κινητικές, σωματικές, αισθητηριακές και μαθησιακές δυσκολίες.</p> <p>7. Να αναγνωρίζουν και να αποδέχονται τη διαφορετικότητα των άλλων παιδιών με εξαιρετικές ικανότητες στα σχολικά μαθήματα, και/ή σε ειδικούς τομείς όπως στη μουσική, στον αθλητισμό, στη ζωγραφική κλπ.</p> <p>8. Να αναγνωρίσουν ότι τα παιδιά με πολύ υψηλές ικανότητες μπορεί να ανησυχούν όταν αποκαλύπτονται οι</p>	<p>πρωτοβουλίες κλπ. Συζήτηση για την αποδοχή των διαφορών που εμπλουτίζουν την οπτική που βλέπουμε το ίδιο θέμα και δεν εμποδίζουν τα συναισθήματα αποδοχής, αγάπης και αλληλεγγύης προς το άλλο φύλο.</p> <p>ΠΜΑ 4, 5</p> <p>Η ίδια δραστηριότητα μπορεί να πραγματοποιηθεί με θέμα παιδιά που προέρχονται από οικογένεια με δύο γονείς και με ένα γονέα. Η ίδια δραστηριότητα μπορεί να πραγματοποιηθεί με θέμα παιδιά από δύο εθνοπολιτισμικές ομάδες, ή δύο θρησκευτικές ομάδες.</p> <p><u>ΠΜΑ 4</u></p> <p>Ο/η εκπαιδευτικός διαβάζει απόσπασμα λογοτεχνικού κειμένου που περιγράφει μια οικογενειακή σκηνή ή δράση που αφορά στη μέση τυπική οικογένεια δύο γονέων. Στη συνέχεια την ξαναδιαβάζει, έχοντάς την αναδιαμορφώσει με μονογονεϊκή οικογένεια μητέρας, θείου και παιδιών. Συζητάει για τα συναισθήματα μεταξύ των μελών των δύο οικογενειών δίνοντας έμφαση στην αγάπη και στοργή που τα συνδέει. (Εναλλακτικά, δίνεται και η μορφή οικογένειας με έναν από τους δύο γονείς να ταξιδεύει κάθε εβδομάδα εκτός της πόλης που μένει η οικογένεια (οικογένεια διπλής σταδιοδρομίας)</p> <p><u>ΠΜΑ 5</u></p> <p>Κολλάζ σε χαρτόνι με σκηνές καθημερινές από διαφορετικές θρησκευτικές τελετουργίες και διαφορετικές εθνικές δραστηριότητες (τοπίο άλλης γεωγραφικής περιοχής, διαφορετικά εθνικά σύμβολα, εθνική παρέλαση) που να βοηθούν τα παιδιά να ανακαλύψουν τη στοιχεία της δικής τους εθνικής και εθνοτικής τους ταυτότητας που είναι αδιαπραγμάτευτα και τους κάνουν ξεχωριστούς Το ίδιο ισχύει για τα άτομα που έχουν άλλα στοιχεία ταυτότητας, τα οποία σεβόμαστε.</p> <p><u>ΠΜΑ 6-9</u></p> <p>Δίνεται διλημματική κατάσταση όπου τα παιδιά θα πρέπει</p>	<p><u>ΠΜΑ 5</u></p>
--	--	---	---------------------

<p>διαφορετικές δυσκολίες και αδύναμα σημεία, και το αποδέχομαι», «έχουμε με τους συμμαθητές /τις συμμαθήτριές μου διαφορετικές ικανότητες και δυνατά σημεία και το αποδέχομαι»]</p> <p>ΠΜΑ 8, 9</p> <p>[«να δείξω τις ικανότητές μου ή να τις αποκρύψω;», «πώς θα σκέπτονται οι άλλοι για εμένα;», «θα με θέλουν για φίλο/φίλη τους;», «διαλέγω τους φίλους μου με κατανόηση και αποδοχή των ικανοτήτων και των αδυναμιών τους»]</p> <p><b>ΑΡΝΗΤΙΚΑ ΣΤΕΡΕΟΤΥΠΑ ΚΑΙ ΠΡΟΚΑΤΑΛΗΨΕΙΣ</b></p> <p>ΠΜΑ 10, 11</p> <p>[«Δεν είσαι όπως πίστευα...», «πίστευα πως είχες μονάχα αρνητικά χαρακτηριστικά και έκανα λάθος», «εντοπίζω τα στερεότυπα στην καθημερινότητά μου και προσπαθώ να τα αποφύγω»]</p> <p>ΠΜΑ 12, 13</p> <p>[«δεν ακούω, δεν παραδέχομαι χωρίς να σκεφτώ τις απλοποιημένες εικόνες για το πώς είναι οι άλλοι και ποια «ελαττώματα» έχουν, αλλά περιμένω να κρίνω μόνος/μόνη μου», «σκέπτομαι και κρίνω τις πληροφορίες που έχω πριν βιαστώ να πιστέψω στο θυμό και στα</p>	<p>ικανότητές τους και φοβούνται μήπως δεν γίνουν αποδεκτοί/ές από τα υπόλοιπα παιδιά.</p> <p>9. Να κατανοήσουν ότι η επιλογή των φίλων μας σημαίνει αποδοχή των ικανοτήτων τους χωρίς κριτική.</p> <p>10. Να συνειδητοποιήσουν ότι όλα τα παιδιά της ηλικίας τους χρησιμοποιούν στο λόγο τους στερεότυπα, ότι όλοι μας υιοθετούμε στερεότυπα και προκαταλήψεις στη ζωή μας.</p> <p>11. Να κατανοήσουν τη λειτουργία των αρνητικών στερεοτύπων και τις επιπτώσεις τους στις διαπροσωπικές μας σχέσεις.</p> <p>12. Να αποφεύγουν την άκριτη παραδοχή στερεοτυπικών αντιλήψεων (που αναγνωρίζουν στους άλλους, κυρίως αρνητικά χαρακτηριστικά και ελάχιστα θετικά), ενώ στον εαυτό μας και/ή στους φίλους μας μόνο θετικά χαρακτηριστικά, π.χ. για Ρομά/για αλλοδαπούς συμμαθητές / συμμαθήτριές μας.</p> <p>13. Να αποφεύγουν την άκριτη παραδοχή προκαταλήψεων που μας φορτώνουν μόνο με αρνητικά συναισθήματα για τους άλλους και μας πείθουν ότι έχουν <u>μόνο</u> αρνητικά χαρακτηριστικά π.χ. για παιδιά με δυσκολίες στη μάθηση, με κινητικές δυσκολίες, ή με εξαιρετικές ικανότητες και ταλέντα.</p> <p>14. Να ευαισθητοποιηθούν στο να</p>	<p>να εργαστούν για το κάθε σκέλος του διλήμματος. Θα προτείνουν τις διαφορετικές προσεγγίσεις που δείχνουν ότι και οι δύο οπτικές γωνίες έχουν πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα.</p> <p><u>ΠΜΑ 6</u></p> <p>Δίνεται στους μαθητές της τάξης, σε ομάδες, απόσπασμα από λογοτεχνικό κείμενο. Μέσα από το κείμενο τίθεται προβληματισμός για καταστάσεις όπου οι περιορισμένες ικανότητες απαιτούν αποδοχή και σεβασμό, αλλά όχι οίκτο, καθώς συνειδητοποιούν ότι μαζί με τις αδυναμίες /περιορισμένες ικανότητες/ δυσκολίες υπάρχουν κάποιες ικανότητες που μπορούν να αναπτυχθούν περισσότερο.</p> <p>Συζήτηση για τη «ζωγραφική του δρόμου» που, αν και δεν έχει την καλλιτεχνική σημασία –βαρύτητα ενός έργου τέχνης, μεταφέρει μηνύματα με άλλον τρόπο...κάθε μορφή καλλιτεχνικής δημιουργικότητας περιέχει κάτι καλό, αρκεί να μπορούμε να το δούμε ... Καλλιτέχνες με σωματικές αναπηρίες εκθέτουν τα έργα ζωγραφικής τους.</p> <p><u>ΠΜΑ 7, 8, 9, 15</u></p> <p>Συζητώντας σε ζευγάρια ή ομαδικά, συμφωνούν να περιγράψουν ένα παιδί που γνώρισαν/που γνωρίζουν τώρα με εξαιρετικές ικανότητες στο σχολείο ή σε κάποιο τομέα (αθλητικό, καλλιτεχνικό, επιστημονικό κ.ά). Παρουσιάζουν στην τάξη τις γραπτές περιγραφές τους. Συζητούν ότι, αν και με τους άλλους έχουμε διαφορετικές, παρά όμοιες υψηλές δυνατότητες και ικανότητες (π.χ. άλλος συνθέτει ένα κείμενο ικανοποιητικότερα, άλλος ζωγραφίζει πιο ωραία, άλλος είναι «μουσικό αυτί...»), ωστόσο όλοι μαζί μπορούμε να συνυπάρχουμε με ένα κοινό σκοπό που προάγει όλη την ομάδα όπου ανήκουμε.</p> <p><u>ΠΜΑ 10, 11, 12</u></p> <p>Προβολή video με προκαταλήψεις εις βάρος μειονοτικών ομάδων ή μεμονωμένων ατόμων με διαφορετικότητα.</p> <p>Συζητώντας μετά την προβολή, οι μαθητές ανακαλύπτουν</p>	<p>Χαρτόνι, εικόνες από περιοδικό τύπο ή φωτογραφίες και/ή υλικό από διαδίκτυο εκτυπωμένο.</p> <p><u>ΠΜΑ 6</u></p> <p>Λογοτεχνικό κείμενο και Η/Υ για προβολή ή προβολή φωτογραφιών με θέμα graffiti's. Συγκέντρωση σχετικού πληροφοριακού υλικού από διαδίκτυο.</p> <p>Κάρτες ευχών που εικονίζουν πίνακες καλλιτεχνών με αναπηρίες.</p> <p><u>ΠΜΑ 7-9, 15</u></p> <p>Διλημματικές καταστάσεις Vake (<a href="http://hs1.ried.at/">http://hs1.ried.at/</a>): Πακέτο διλημματικών καταστάσεων,</p>
---	---	---	--

<p>αρνητικά σχόλια των άλλων για τους συμμαθητές/τις συμμαθήτριές μου] ΠΜΑ 14, 15 [βρίσκω επιχειρήματα, ακούω τα επιχειρήματα των άλλων και τα αξιολογώ, δρω αφού σκεφτώ και κρίνω μόνος/μόνη μου, μαθαίνω να εκφράζομαι αποφεύγοντας αρνητικά στερεότυπα και προκαταλήψεις].</p>	<p>προτείνουν εναλλακτικούς τρόπους έκφρασης, αντικαθιστώντας στο λόγο τους τις αρνητικές στερεοτυπικές εκφράσεις 15. Να κατανοήσουν τα πλεονεκτήματα από τη διαφορετικότητα μεταξύ των μελών της οποιασδήποτε ομάδας, την αλληλοσυμπλήρωση και την προσφορά του κάθε μέλους ανάλογα με τις δυνατότητες, ικανότητες και τις ανάγκες του.</p>	<p>ότι δίπλα σε κάθε αρνητικό στερεότυπο και προκατάληψη για τους άλλους υπάρχουν πολλά άλλα θετικά χαρακτηριστικά που δεν τα βλέπουμε, τα ξεχνούμε και παρασυρόμαστε από αρνητικά συναισθήματα. <u>ΠΜΑ 13, 14</u> Διαβάζουμε απόσπασμα λογοτεχνικού κειμένου που περιλαμβάνει αρνητικά στερεότυπα και προκαταλήψεις για τους άλλους. Τα παιδιά μαθαίνουν να επισημαίνουν στο λόγο τότε κάποιος μιλάει με προκατάληψη και προτείνουν διαφορετικούς τρόπους έκφρασης, απαλλαγμένους από στερεοτυπικά στοιχεία και προκαταλήψεις.</p>	<p>Salzburg University  <u>ΠΜΑ 10-12</u> Video, Η/Υ, οθόνη προβολής και ηχεία</p>
---	--	---	---

### Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

#### Υποενότητα: «ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ»

**Στόχοι της υποενότητας είναι:** Οι μαθητές να είναι σε θέση, στη διάρκεια της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, να εντοπίσουν τις αξίες που ισχύουν στο κοινωνικό πλαίσιο όπου μεγαλώνουν, τους κανόνες που υιοθετούνται, καθώς και να διακρίνουν ποιες αξίες και κανόνες επιλέγουμε να υπηρετούμε, ώστε οι κοινωνικές συμπεριφορές μας να συμβάλουν στη συνεργασία και στην αλληλεγγύη. Σε κοινωνικές συνθήκες ανταγωνισμού που επιτρέπουν την ανάδυση ατομικιστικών αξιών, να συνειδητοποιήσουν ότι αρχές δικαιοσύνης και αξιοκρατίας είναι καλό να διέπουν τις διεργασίες στην ομάδα. Ειδικότερα για τους μαθητές στις μεγαλύτερες τάξεις του δημοτικού επισημαίνονται οι έννοιες της εσω-ομάδας («οι δικοί μου άνθρωποι», «οι άνθρωποι στους οποίους στηρίζομαι, εμπιστεύομαι») και της εξω-ομάδας («οι άλλοι, οι διαφορετικοί κλπ τους οποίους δεν εμπιστεύομαι και νιώθω δυσάρεστα συναισθήματα»), καθώς και οι θετικές συνέπειες στις ενδοομαδικές και διομαδικές σχέσεις από την υιοθέτηση θετικά προσανατολισμένων κοινωνικών συμπεριφορών όπως είναι η αλληλεγγύη και ο αλτρουισμός. Για τους μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης δίνεται επιπλέον έμφαση σε θέματα αναφορικά με την προτεραιότητα που δίνουμε σε κάποιες από τις αξίες και στη διαφοροποίηση των αξιών στις διαπροσωπικές και διομαδικές σχέσεις, καθώς και στα κοινωνικά αξιώματα και συμβατικούς κανόνες που υιοθετούμε. Τέλος, οι μαθητές καλούνται να επεξεργαστούν τους κεντρικούς άξονες διαμόρφωσης μιας σχέσης φιλίας, τις αξίες και συμπεριφορές που τη διέπουν και να επισημάνουν τις παραμέτρους της φιλίας ανάμεσα στα δύο φύλα.

## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΟΜΑΔΕΣ</b> (ΠΜΑ 1) [«στην ομάδα/στις ομάδες που συμμετέχω μπορώ να λέω τη γνώμη μου, να μιλάω για τα συναισθήματά μου, για τις επιθυμίες μου, για τις αξίες μου» (ΠΜΑ 2) Οι αξίες μου είναι : «σέβομαι τους άλλους», «προσφέρω βοήθεια όταν κάποιος χρειάζεται», «δεν στεναχωρώ τους φίλους μου», κλπ Αυτές τις αξίες παραδέχονται τα περισσότερα παιδιά της τάξης μου, οι γονείς μου, η δασκάλα μου.] [«Νιώθουμε ευχαρίστηση εμείς και οι δικοί μας άνθρωποι όταν ακολουθούμε τις αξίες μας, δηλ. όταν είμαι δίκαιος με τους άλλους, όταν βοηθώ τους συμμαθητές μου, όταν προστατεύω το περιβάλλον] <b>ΣΥΝΥΠΑΡΧΟΝΤΑΣ</b> <b>ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ: ΑΤΟΜΙΚΟΤΗΤΑ-ΣΥΛΛΟΓΙΚΟΤΗΤΑ</b> ΠΜΑ 3 [επιλέγω να βοηθάω τους άλλους, να συμμετέχω σε ομαδικές δραστηριότητες στην τάξη, «παραδέχομαι αξίες που αφορούν κυρίως <u>τον εαυτό μου</u>, όπως:» «είμαι υπεύθυνος για το σωματίδιο των παιχνιδιών μου στην τάξη, για το διάβασμα μου στο σπίτι» (για Α και Β δημοτικού). Επίσης, « πιστεύω σε αξίες που <u>αφορούν</u></p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να εκφράζουν τη γνώμη τους και τα συναισθήματά τους στην ομάδα/στις ομάδες που συμμετέχουν.</li> <li>2. Να κατανοήσουν ότι όλοι ακολουθούμε αξίες στη ζωή μας, δηλαδή απόψεις που σέβονται τα περισσότερα μέλη της κοινωνίας όπου ζούμε. Ακολουθώντας τις αξίες μας νιώθουμε θετικά συναισθήματα, δίνουμε ικανοποίηση στους δικούς μας ανθρώπους (<u>εσω-ομάδα</u>).</li> <li>3. Από την ποικιλία των διαφορετικών συμπεριφορών να μάθουν να επιλέγουν εκείνες τις συμπεριφορές που αντιστοιχούν στο καλό της ομάδας</li> <li>4. Να επισημάνουν ότι η αλληλεγγύη και η συνεργασία μεταξύ των μελών βοηθούν στην πρόοδο της ομάδας (θετικά προσανατολισμένες κοινωνικές συμπεριφορές).</li> <li>5. Να μπορούν να αναγνωρίσουν ανάμεσα σε διαφορετικές συμπεριφορές κάποια επιτυχημένα πρότυπα συμπεριφοράς, να τα επιλέξουν και να τα μιμηθούν.</li> <li>6. Να κατανοούν την ανάγκη ύπαρξης κανόνων στην ομάδα και την προσωπική μας ευθύνη να τηρούμε τους κανόνες αυτούς.</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ 1</b> Τα παιδιά σε ομάδες ζωγραφίζουν την ομάδα / τις ομάδες στις οποίες συμμετέχουν. Συζήτηση για το: «Ποιες είναι οι ομάδες που ανήκω; Πώς βοηθάω τις ομάδες αυτές; Πώς νιώθω όταν είμαι στις ομάδες αυτές;»] <b>ΠΜΑ 2, 3</b> Σενάριο με νήπιο που ζητάει από τη μητέρα του να πάρουν στο σπίτι ένα εγκαταλειμμένο μικρό σκυλί, γιατί πιστεύει ότι «αγαπούμε τα ζώα και πρέπει να τα φροντίζουμε». Συζήτηση σε μικρές ομάδες για το πόσο νοιαζόμαστε για τα απροστάτευτα ζώα και πόσο χαιρόμαστε όταν τα βοηθάμε, τα προστατεύουμε. Συζήτηση και για τη φροντίδα των ζώων που μπορεί να μην βρίσκονται κοντά μας αλλά κινδυνεύουν από τη μόλυνση και ρύπανση του περιβάλλοντος πχ «προστατεύσουμε» τη φώκια, τη φάλαινα, τον ασιατικό ελέφαντα κλπ. <u>Κολλάζ</u> με εικόνες ζώων που κινδυνεύουν να εξαφανιστούν. <b>ΠΜΑ 4, 5</b> Κολλάζ από εικόνες με εμφανή συλλογικότητα μέσα στην τάξη, συμπεριφορές φροντίδας και αλληλεγγύης παιδιών νηπιακής ηλικίας προς άλλα παιδιά στο σχολείο ή προς ενηλίκους που έχουν ανάγκη/ χρειάζονται βοήθεια. <b>ΠΜΑ 5</b> Παρουσίαση σεναρίου με ηθικές πράξεις παιδιών προς συνομήλικα παιδιά που χρειάστηκαν βοήθεια. Έμφαση στην ενίσχυση των ηθικών πράξεων των</p>	<p>ΠΜΑ 1 Χαρτόνι, ξυλομπογιές, μαρκαδόροι  <u>ΠΜΑ 2, 3</u>  Κολλάζ με φωτογραφικό υλικό από περιοδικό τύπο.</p>

<p>κυρίως στους άλλους γύρω μου», όπως: νοιάζομαι και φροντίζω τα αδέρφια μου, τους φίλους μου», « φροντίζω να διατηρείται καθαρή η τάξη μου».</p> <p><b>ΣΥΝΥΠΑΡΧΟΝΤΑΣ</b>  <b>ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ: ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗ &amp; ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ</b>  ΠΜΑ 4  [«νοιάζομαι για τους συμμαθητές/τις συμμαθήτριές μου «προσπαθώ να είμαι δίκαιος/η με τους άλλους, παραδέχομαι τα λάθη μου», «βοηθώ τους συμμαθητές μου/τις συμμαθήτριές μου όταν χρειάζεται», «Αγαπώ το περιβάλλον και το προστατεύω από τα σκουπίδια φροντίζοντας για το κοινό καλό»].</p> <p><b>ΣΥΝΥΠΑΡΧΟΝΤΑΣ</b>  <b>ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ: ΑΛΤΡΟΥΙΣΜΟΣ</b>  ΠΜΑ 5  [όταν «νοιάζομαι για τους άλλους» και τους προσφέρω τη βοήθειά μου η ομάδα μου λειτουργεί καλύτερα κι εγώ νιώθω όμορφα]</p> <p><b>ΣΥΝΥΠΑΡΧΟΝΤΑΣ</b>  <b>ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ:</b>  <b>ΤΗΡΗΣΗ ΚΑΝΟΝΩΝ</b>  ΠΜΑ 6  [«όλοι ακολουθούμε κάποιους κανόνες σε κάθε ομάδα που συμμετέχουμε», «δεν τήρησα κάποιον κανόνα και είμαι υπεύθυνος/η για αυτό].</p>		<p>παιδιών, παρατήρηση τω προτύπων ηθικής συμπεριφοράς και συζήτηση για το πώς μπορούμε να τα μιμηθούμε και στη δική μας ζωή.</p> <p><b>ΠΜΑ 6</b>  Κολλάζ με κανόνες, που αποδίδονται με ζωγραφιές των παιδιών και εικόνες από το διαδίκτυο ·άλλοι αφορούν στην οικογένεια, άλλοι στην τάξη και άλλοι στη σχολική μονάδα.</p> <p>Σενάριο με τη μητέρα/τον πατέρα που ζητάει από παιδί 5-6 ετών να κάνει μία δουλειά στο σπίτι, κάποια άλλη δουλειά στον κήπο και κάποια μικρά καθήκοντα σε κοντινά προς το σπίτι καταστήματα. Συζήτηση για κανόνες που αποδεχόμαστε στην οικογένεια. Επίσης για κανόνες που τηρούμε στην τάξη μας (πχ «διατηρώ καθαρό το θρανίο μου», «δεν χτυπάω το συμμαθητή μου/τη συμμαθήτριά μου για να λύσω τις διαφορές μου μαζί του» κλπ). Συνειδητοποίηση για το πόσο θετικά νιώθουμε όταν τους υλοποιούμε. Συζήτηση για το πόσο είναι απαραίτητο να υπάρχουν κανόνες στις ομάδες, πόση ευθύνη έχει ο καθένας μας για την τήρησή τους και πόση ευθύνη έχει ένας καλός αρχηγός (ηγέτης) για την ομάδα του.</p>	<p><u>ΠΜΑ 6</u></p> <p>Χαρτόνι και ξυλομπογιές, μαρκαδόρους και εικόνες από τον περιοδικό τύπο</p>
---	--	--	--

## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΣΥΛΛΟΓΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΣΤΙΣ ΕΣΩ-ΟΜΑΔΕΣ (ΕΝΔΟΟΜΑΔΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ)</b> (ΠΜΑ 1) [«Ποιες αξίες έχω;» Πολλές από τις αξίες μου είναι κοινές με των συμμαθητών μου στην τάξη μου», «Συμφωνούμε στις αξίες της αλληλεγγύης, αλληλοκατανόησης και συνεργασίας»]</p> <p>(ΠΜΑ 2) [«Με κάποια παιδιά της τάξης μπορώ να συνεργαστώ καλύτερα, διαπιστώνοντας ότι έχουμε τις ίδιες αξίες», «Όταν δεν έχουμε τις ίδιες αξίες μέσα στην ομάδα, σέβομαι τις αξίες των άλλων», «συμπεριφέρομαι συνεργατικά σημαίνει συμπεριφέρομαι στηρίζοντας τον άλλο, συμβάλλοντας όσο μπορώ σε ένα κοινό σκοπό, δεν ανταγωνίζομαι τον καλό μου φίλο/φίλη, «τού/τής συμπαραστέκομαι όταν έχει δυσκολίες», «τον/την βοηθάω σε δυσκολίες στα μαθήματα».</p> <p>ΠΜΑ 3, 4 [«σε όποια ομάδα ανήκω -εθνική, κοινωνική, οικογενειακή, σχολική- προσφέρω ό,τι καλύτερο μπορώ, καταβάλλω κάθε προσπάθεια για το κοινό καλό και για τον εαυτό μου»]</p>	<p>1. Να κατανοήσουν τις αξίες συνεργασίας και αλληλεγγύης που είναι συλλογικές αξίες και να τις διαχωρίσουν από τις ατομικιστικές αξίες, στο πλαίσιο του σχολείου (π.χ. νοιάζομαι για την επιτυχία μου, να πείσω τους άλλους για την άποψή μου).</p> <p>2. Να επισημάνουν ότι με τα μέλη της εσω-ομάδας δεν έχουμε συμπεριφορές ανταγωνισμού, αλλά αντίθετα συμπεριφορές συνεργασίας και αλληλεγγύης. Οι θετικά προσανατολισμένες κοινωνικές συμπεριφορές (αλληλεγγύη, συναισθηματική στήριξη, αλτρουισμός, δηλαδή η προσφορά χωρίς όρους μέσα από την επιθυμία για μεγιστοποίηση της ευημερίας/ευτυχίας των άλλων), προάγουν τις σχέσεις μας μέσα στην ομάδα και επιφέρουν θετικά συναισθήματα.</p> <p>3. Να κατανοήσουν ότι συνθήκες ανταγωνισμού συναντώνται σε κάθε κοινωνία μεταξύ διαφορετικών ομάδων, σε πολλούς τομείς της κοινωνικής ζωής (εκπαίδευση, επαγγελματική κατάρτιση, εργασία). Σημασία έχει να προκρίνονται εκείνοι που προσπαθούν με όλες τους τις δυνάμεις και τις ικανότητες-δεξιότητες.</p> <p>4. Να κατανοήσουν ότι στις ομάδες όπου ανήκω καταβάλλω τη μέγιστη δυνατή</p>	<p><b>ΠΜΑ 1, 2</b> Συζήτηση σε μικρές ομάδες, με αφορμή κάποιο απόσπασμα λογοτεχνικού κειμένου, ότι ανήκουμε όλοι σε ομάδες και ότι αυτό είναι σημαντικό για όλους μας. Ότι είναι απαραίτητο να υπάρχουν κοινές αξίες στις ομάδες και ότι σε κάθε ομάδα μπορεί να υπάρχουν και κάποιες διαφορετικές αξίες τις οποίες σεβόμαστε. Όλοι μας αναλαμβάνουμε ρόλους μέσα στην κάθε ομάδα όπου ανήκουμε και προσπαθούμε να συνεισφέρουμε στην καλύτερη λειτουργία της. Πώς ο αρχηγός (ηγέτης) σε μια ομάδα όπου ανήκω μπορεί να εμπνέει αξίες και ιδανικά στα μέλη της ομάδας</p> <p><b>ΠΜΑ 3</b> Σενάριο με αθλητές και/ή αθλητικές ομάδες που ανταγωνίζονται, στο πλαίσιο ενός θεσμού, ποιος θα βγει πρώτος σε κάποιο αγώνισμα δρόμου, σε εθνικούς ή ολυμπιακούς αγώνες. Προκρίνεται αυτός που αξίζει, δηλ. που έχει προπονηθεί περισσότερο, έχει πιο γρήγορα πόδια, έχει ψυχραιμία στη διάρκεια των αγώνων κλπ. Συζήτηση για το πώς διαφέρει ο ανταγωνισμός στον αθλητισμό από ανταγωνισμό που ξεσπάει ανάμεσα σε φίλους που παίζουν μαζί, για καθημερινά θέματα όπως ποιος είναι πιο γρήγορος από τους άλλους, πιο καλός μαθητής/καλή μαθήτρια, πιο έξυπνος/η, πιο όμορφος/η κλπ ώστε να δημιουργούνται προβλήματα στη σχέση τους και να διαμορφώνει δυσάρεστο κλίμα στο παιχνίδι τους ή στη σχολική τάξη. Βρίσκουμε ομάδες όπου είναι εμφανής η</p>	<p>ΠΜΑ 1</p> <p>Χαρτί και στυλό</p>

<p><b>ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΣΤΙΣ ΕΣΩ-ΟΜΑΔΕΣ ΚΑΙ ΣΤΙΣ ΕΞΩ-ΟΜΑΔΕΣ (ΔΙΟΜΑΔΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ)</b></p> <p>ΠΜΑ 5</p> <p>[«καταλαβαίνω ότι σε κάθε κοινωνία συνυπάρχουν αξίες συνεργασίας και αλληλεγγύης, με συνθήκες ανταγωνισμού», « υπάρχουν παγκόσμιοι θεσμοί που προκρίνουν τις αξίες συνεργασίας και αλληλεγγύης, πχ UNICEF, ΟΗΕ», «καταλαβαίνω πότε μεροληπτώ υπέρ της δικής μου ομάδας (εθνοπολιτισμικής ή άλλης) και εις βάρος άλλων» «αντιλαμβάνομαι τις αρνητικές συνέπειες των μεροληπτικών μου προδιαθέσεων].</p>	<p>προσπάθεια να συνεισφέρω στους σκοπούς της ομάδας (<u>Συμπεριφορές κοινωνικής προσπάθειας ≠ κοινωνικής αδράνειας</u>)</p> <p>5. Να κατανοήσουν ότι έχουμε την τάση να πιστεύουμε ότι η δική μας ομάδα (π.χ. εθνοπολιτισμική και ο συνεπαγόμενος «εθνοκεντρισμός»), έχει μόνο θετικά χαρακτηριστικά, «είναι η καλύτερη» και «οι άλλες έχουν κυρίως αρνητικά χαρακτηριστικά, πράγμα που μας κάνει να μεροληπτούμε εις βάρος των άλλων ομάδων και υπέρ της δικής μας, με αποτέλεσμα επιβλαβείς συνέπειες στις σχέσεις μας με τις άλλες ομάδες</p>	<p>συνθήκη ανταγωνισμού και όχι συνεργασίας (διαγωνισμοί και παιχνίδια γνώσεων στην τηλεόραση, διαγωνισμοί εμφάνισης-ομορφιάς, διαγωνισμοί τραγουδιού, επιτευγμάτων σε τηλεπαιχνίδια κ.ά.).</p> <p>Συζητούμε για τα κριτήρια που καθορίζουν τον καλύτερο-το νικητή, όταν αυτό συμβαίνει σε τοπικό/εθνικό/παγκόσμιο επίπεδο π.χ. οι Ολυμπιακοί αγώνες όπου διαγωνίζονται εθνικές ομάδες, οι συνεδριάσεις του ΟΗΕ με αλληλέγγυες και ανταγωνιστικές σχέσεις μεταξύ χωρών.</p> <p><b>ΠΜΑ 4</b></p> <p>Συζητούν στην τάξη για το πόσο και πώς οι λαοί της Άπω Ανατολής πιστεύουν και υπηρετούν κάθε ομάδα όπου ανήκουν, ξεπερνώντας τον εαυτό τους για το καλό της ομάδας και την υλοποίηση των σκοπών της.</p> <p><b>ΠΜΑ 5</b></p> <p>Συζήτηση στην τάξη σε ζευγάρια για τις δεξιότητες συμπεριφοράς που έχει κάθε μέλος του ζευγαριού και/ή μπορεί να καλλιεργήσει για το σεβασμό των αξιών, των συνηθειών, της εθνοπολιτισμικής καταγωγής των άλλων. Κάθε ζευγάρι αποφασίζει να καταγράψει τα κύρια σημεία μιας από τα αφηγήσεις του ζευγαριού, κάποιες εικόνες, τις σκέψεις και τα συναισθήματα.</p>	
---	---	--	--

**Γ. Θεματική Ενότητα: «ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ»***Σκοπός και γενικοί στόχοι*

Σκοπός της ενότητας είναι η ενδυνάμωση των μαθητών στην προσπάθειά τους να μπορούν αυτόνομα και υπεύθυνα να παίρνουν αποφάσεις που προστατεύουν την υγεία και την ασφάλειά τους.

Στόχοι της ενότητας είναι η παροχή στους μαθητές ευκαιριών ανάπτυξης δεξιοτήτων και διαμόρφωσης κριτικής στάσης ώστε να μπορούν να φροντίζουν και να διατηρούν τον εαυτό τους υγιή και ασφαλή. Να αναπτύξουν συνήθειες σωστής διατροφής, δεξιότητες αποφυγής κινδύνων και ατυχημάτων, σωστής σωματικής υγιεινής και να καλλιεργήσουν στάσεις και συμπεριφορές αναφορικά με την αποφυγή του καπνού και τη χρήση του αλκοόλ.

*Υποενότητες*

Η ύλη της ενότητας έχει οργανωθεί σε τέσσερις υποενότητες: *Διατροφή, Πρόληψη ατυχημάτων και πρώτες βοήθειες, Σωματική υγιεινή, Καπνός και αλκοόλ.*

<b>Υποενότητες</b>	<b>Σκοποί</b>
Διατροφή	Σκοπός της υποενότητας είναι να επισημάνει τη σχέση μεταξύ της διατροφής και της καλής υγείας, να παράσχει στους μαθητές γνώσεις και να συμβάλλει στη διαμόρφωση στάσεων που απαιτούνται για δια βίου συνετές διατροφικές επιλογές.
Πρόληψη ατυχημάτων και πρώτες βοήθειες	Σκοπός της υποενότητας είναι να ενημερώσει, να ευαισθητοποιήσει και να καλλιεργήσει στάσεις και συμπεριφορές στους μαθητές σε θέματα που αφορούν τρόπους πρόληψης ατυχημάτων, αναζήτησης και παροχής βοήθειας σε περιστατικά ατυχημάτων, αλλά και να καλλιεργήσει δεξιότητες κυκλοφοριακής αγωγής.
Σωματική υγιεινή	Σκοπός της υποενότητας είναι να ενημερώσει, να ευαισθητοποιήσει, αλλά και να ενισχύσει τις ικανότητες των μαθητών να φροντίζουν αποτελεσματικά τη σωματική τους υγιεινή.
Καπνός και αλκοόλ	Σκοπός της υποενότητας είναι να ενημερώσει και να ευαισθητοποιήσει τους μαθητές σχετικά με τις συνέπειες της χρήσης του καπνού και του αλκοόλ, αλλά και να καλλιεργήσει στάσεις και συμπεριφορές αναφορικά με τη χρήση των ουσιών αυτών



**Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ**  
**Υποενότητα: «ΔΙΑΤΡΟΦΗ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΔΙΑΤΡΟΦΗ: ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ</b>  <b>ΠΜΑ: 1,2</b>  [Τι είναι η τροφή;], [Οι ομάδες των τροφών και πως συμβάλλουν στην ανάπτυξή μου], [Δοκιμάζω νέες γεύσεις]  <b>ΠΜΑ: 3</b>  [Βασικά και ενδιάμεσα γεύματα], [Η σημασία του πρωινού]  <b>ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ</b>  <b>ΠΜΑ:4</b>  [Πώς διατρέφομαι καθημερινά, δηλ. τι τρώω και τι πίνω;]  <b>ΠΜΑ:5</b>  [Πώς διατρέφονται καθημερινά τα μέλη της οικογενείας μου και οι φίλοι μου;]  <b>Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ</b>  <b>ΠΜΑ: 6</b>  [Συμμετέχω στην προετοιμασία φαγητού]  <b>ΠΜΑ: 7</b>  [Παραδοσιακές συνταγές]  <b>ΠΜΑ: 8</b>  [Τα εορταστικά γεύματα ]  <b>ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΤΗΣ ΤΡΟΦΗΣ</b>  <b>ΠΜΑ: 9</b>  [Τα τρόφιμα φτιάχνονται από φυτικές και ζωικές πρώτες ύλες]  <b>ΠΜΑ: 10</b>  [Ορισμένα τρόφιμα είναι βιομηχανικά κατασκευασμένα]  <b>ΠΜΑ: 11</b></p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να ομαδοποιούν τις διάφορες τροφές ανάλογα με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά τους</li> <li>2. Να αντιλαμβάνονται ότι η κατανάλωση ποικιλίας τροφών είναι απαραίτητη για την υγιή ανάπτυξη</li> <li>3. Να αναγνωρίζουν τη σημασία των ημερήσιων γευμάτων</li> <li>4. Να αναγνωρίζουν τις διατροφικές τους προτιμήσεις και να μπορούν να περιγράψουν αυτά που τρώνε και αυτά που πίνουν</li> <li>5. Να προσδιορίζουν τις διατροφικές συνήθειες των μελών της οικογένειας ή των φίλων τους</li> <li>6. Να συμμετέχουν στην προετοιμασία γευμάτων</li> <li>7. Να αναγνωρίζουν πώς η τροφή σχετίζεται με τον πολιτισμό μας και με τις κοινωνικές μας συνήθειες</li> <li>8. Να αναγνωρίζουν τη διαφορά μεταξύ της καθημερινής διατροφής και αυτής των ειδικών εκδηλώσεων όπως οι εορταστικές εκδηλώσεις.</li> <li>9. Να αναγνωρίζουν την φυτική ή ζωική προέλευση των τροφίμων</li> <li>10. Να αναγνωρίζουν τα βιομηχανικά κατασκευασμένα τρόφιμα</li> <li>11. Να αναγνωρίζουν διάφορα</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ: 1</b>  Οι μαθητές, χωρισμένοι σε ομάδες φτιάχνουν κολάζ με τις ομάδες τροφίμων (φρούτα, λαχανικά κ.λπ.) με αποκόμματα εντύπων ή διαφημιστικών φυλλαδίων  <b>ΠΜΑ: 2, 3, 6</b>  Οι μαθητές παρασκευάζουν διάφορα γεύματα και δοκιμάζουν στην τάξη νέες γεύσεις.  <b>ΠΜΑ: 3</b>  Οι μαθητές ετοιμάζουν το πρωινό τους στην τάξη και συζητούν γι' αυτό.  <b>ΠΜΑ: 4,5</b>  Οι μαθητές συζητούν για τις τροφές που τους αρέσουν και εκείνες που δεν τους αρέσουν. Στη συνέχεια συγκρίνουν τις επιλογές τους με εκείνες των άλλων. Στο τέλος συζητούν για τις διατροφικές τους επιλογές.  <b>ΠΜΑ: 7</b>  Οι μαθητές φέρνουν στην τάξη συνταγές της γιαγιάς και τις συζητούν  <b>ΠΜΑ: 8</b>  Οι μαθητές ετοιμάζουν ένα πάρτι στο σχολείο και φέρνουν τρόφιμα που συνήθως τρώνε σε τέτοιες εκδηλώσεις, συζητούν για τα χαρακτηριστικά των τροφών αυτών. Τα συγκρίνουν με την καθημερινή τους διατροφή στο σπίτι.</p>	<p><b>Σχολικά Εγχειρίδια:</b>  Κείμενα από τα σχολικά εγχειρίδια: π.χ. των Μαθηματικών, της Γλώσσας, της Μελέτης Περιβάλλοντος</p> <p><b>-Υλικό ΥΠΕΠΘ:</b>  Εκπ/κα πακέτα με έντυπο υλικό βιντεοκασέτες, CD-ROM, Slides  <i>Τίτλοι:</i>  - Διατροφή-Διατροφικές Συνήθειες  -Καρδιαγγειακά Νοσήματα Φυσική Άσκηση</p> <p><b>-Λογισμικό πρόγραμμα Πανεπιστημίου Κρήτης:</b>  Διατροφή και Υγεία</p>

<p>[Πού παράγονται και πού πωλούνται τα τρόφιμα;]  <b>ΠΜΑ: 12</b> [Σε ποιες συνθήκες μπορεί να χαλάσουν τα φαγητά;]</p>	<p>καταστήματα παραγωγής και πώλησης διατροφικών προϊόντων  12. να κατανοούν ότι τα τρόφιμα αλλοιώνονται αν δεν συντηρηθούν σωστά</p>	<p><b>ΠΜΑ: 9</b>  «Από το σιτάρι στο ψωμί»  «Από το γάλα στο γιαούρτι»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Λεκτικά παιχνίδια, παιχνίδια μίμησης, κατασκευή ιστοριών, με την χρησιμοποίηση λέξεων που έχουν σχέση με: α. την επεξεργασία του σιταριού (λίχνισμα, κοσκίνισμα, άλεσμα, ζύμωμα), β. τη μετατροπή του γάλακτος σε γιαούρτι (μύκητες, ζύμωση, κ.ά.).</li> <li>• Επίσκεψη σε ένα αρτοποιείο, τυροκομείο.</li> </ul> <p><b>ΠΜΑ: 10</b>  Οι μαθητές κατασκευάζουν κολάζ με βιομηχανικά κατασκευασμένα τρόφιμα χρησιμοποιώντας εικόνες από διαφημιστικά έντυπα.</p> <p><b>ΠΜΑ: 11</b>  Οι μαθητές ζωγραφίζουν το κατάστημα του φούρναρη, του κρεωπώλη, του μανάβη κ.α.</p> <p><b>ΠΜΑ: 12</b>  «Τα τρόφιμα χαλάνε»: Οι μαθητές αρχικά ελέγχουν τις ημερομηνίες λήξης διαφόρων τροφίμων και στη συνέχεια τα αποθηκεύουν σε διαφορετικές συνθήκες (εντός ή εκτός ψυγείου). Μετά την πάροδο κάποιου χρόνου ελέγχουν την κατάστασή των τροφίμων και παρατηρούν τις διαφορές.</p>	
---	---	--	--

**Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ**  
**Υποενότητα: «ΔΙΑΤΡΟΦΗ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΔΙΑΤΡΟΦΗ: ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ</b>  <b>ΠΜΑ:1</b>            [Δεν είναι όλες οι τροφές ίδιες: τα θρεπτικά συστατικά των τροφών και η κατηγοριοποίηση τους]            [ Ο ρόλος των θρεπτικών συστατικών στον οργανισμό]  <b>ΠΜΑ: 2, 3</b>            [Η πυραμίδα της διατροφής]  <b>ΠΜΑ: 4</b>            [Το αυξημένο σωματικό λίπος: αίτια και συνέπειες]</p> <p><b>ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ</b>  <b>ΠΜΑ: 5,6, 7,8</b>            [Είμαστε ότι τρώμε]            [Αξιολογώ τις διατροφικές μου συνήθειες]</p> <p><b>Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ</b>  <b>ΠΜΑ: 8</b>            [Τρόποι διατροφής σε διαφορετικές περιοχές της Ελλάδας]  <b>ΠΜΑ:9</b>            [Οι διατροφικές συνήθειες από την αρχαία στην σύγχρονη εποχή]  <b>ΠΜΑ: 10</b>            [Συσχετισμός θρησκευτικών εορτών με</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>να αναγνωρίζουν τα θρεπτικά συστατικά των διαφόρων τροφών και την επίδρασή τους στην υγεία και τη σωματική ανάπτυξη</li> <li>να αναγνωρίζουν ότι άλλες τροφές έχουν υψηλή και άλλες χαμηλή διατροφική αξία για τον οργανισμό τους</li> <li>να κάνουν επιλογές τροφών με βάση την αντίληψη ότι η υγιεινή διατροφή αποτελείται από μια ποικιλία και ισόρροπη επιλογή τροφών και ποτών</li> <li>να κατανοούν ότι η κακή διατροφή και η έλλειψη σωματικής άσκησης έχει αρνητική επίδραση στον ανθρώπινο οργανισμό π.χ. αύξηση του σωματικού βάρους, καρδιαγγειακά προβλήματα κ.α.</li> <li>να δοκιμάζουν νέες γεύσεις και να κάνουν νέες διατροφικές επιλογές</li> <li>να αντιλαμβάνονται την προσωπική τους ευθύνη στις διατροφικές τους επιλογές</li> <li>να αναγνωρίζουν τους λόγους για τους οποίους ακολουθούν συγκεκριμένες διατροφικές συνήθειες</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ: 1</b>            Οι μαθητές σκέπτονται μία-δύο αγαπημένες τους τροφές και συζητούν στην τάξη, πρώτα σε дуάδες και μετά σε τετράδες, τα θρεπτικά τους συστατικά και τι προσφέρουν στον οργανισμό τους οι τροφές αυτές. Φτιάχνουν πίνακες τροφίμων ανάλογα με τα θρεπτικά τους συστατικά.  <b>ΠΜΑ: 1, 2, 3, 4, 6, 7</b>  <i>«Πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής»:</i>            Οι μαθητές φτιάχνουν με φωτογραφίες από περιοδικά ή διαφημιστικά έντυπα την «Πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής». Συζητούν στην τάξη τον ρόλο της στις διατροφικές μας επιλογές.  <b>ΠΜΑ: 5</b>            Οι μαθητές φέρνουν στην τάξη και δοκιμάζουν διάφορες τροφές  <b>ΠΜΑ: 6, 7</b>            Οι μαθητές καταγράφουν τις διατροφικές τους προτιμήσεις και τις συζητούν στην τάξη. Προσπαθούν να εξηγήσουν τους λόγους για τους οποίους έχουν κάνει τις συγκεκριμένες επιλογές.  <b>ΠΜΑ: 8,10</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>Οι μαθητές φέρνουν στην τάξη συνταγές από διάφορα μέρη της Ελλάδας</li> </ul> </p>	<p><b>Σχολικά Εγχειρίδια:</b>            Κείμενα από τα σχολικά εγχειρίδια: π.χ. των Μαθηματικών, της Γλώσσας, της Μελέτης Περιβάλλοντος</p> <p><b>-Υλικό ΥΠΕΠΘ:</b>            Εκπ/κα πακέτα με έντυπο υλικό βιντεοκασέτες, CD-ROM, Slides:            - «Αγωγή Υγείας Διατροφή Διατροφικές συνήθειες» για μαθητές ηλικίας 9-12            -Καρδιαγγειακά Νοσήματα Φυσική Άσκηση</p> <p><b>-Λογισμικό πρόγραμμα Πανεπιστημίου Κρήτης:</b>            Διατροφή και Υγεία</p> <p><b>Λογισμικό:</b>            Μελετά τη δυναμική σχέση της άσκησης, της φυσικής κατάστασης και της διατροφής με την</p>

<p>παραδοσιακές συνταγές] [Το τραπέζι των οικογενειακών εορτών]</p> <p><b>ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΤΗΣ ΤΡΟΦΗΣ</b> <b>ΠΜΑ: 11</b> [ Οι ετικέτες των τροφίμων] <b>ΠΜΑ:12, 13</b> [Από την παραγωγή στην κατανάλωση]</p> <p><b>ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΙΣ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΕΣ ΜΑΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ</b> <b>ΠΜΑ: 14, 15</b> [Πώς διαλέγω τι θα φάω] <b>ΠΜΑ:16</b> [Η διατροφή μου και η τηλεόραση ]</p>	<p>8. να γνωρίζουν ότι οι διατροφικές συνήθειες έχουν άμεση σχέση με τα ιδιαίτερα πολιτισμικά χαρακτηριστικά διαφόρων λαών και περιοχών</p> <p>9. να αναγνωρίζουν τις αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες παλαιότερων και σύγχρονων κοινωνιών</p> <p>10. να αναγνωρίζουν τη σχέση της διατροφής με τις διάφορες εορταστικές εκδηλώσεις</p> <p>11. να αναγνωρίζουν τις πληροφορίες που τους παρέχουν οι ετικέτες των τροφίμων</p> <p>12. να γνωρίζουν τις σχέσεις μεταξύ παραγωγής και πώλησης των διαφόρων προϊόντων</p> <p>13. να κατανοούν τους παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν την παραγωγή τροφίμων</p> <p>14. να προσδιορίζουν τους παράγοντες που επηρεάζουν τις διαιτητικές τους επιλογές</p> <p>15. να προσδιορίζουν τη σχέση μεταξύ διατροφικών συνηθειών και του ρόλου των διαιτητικών προτύπων</p> <p>16. να έχουν επίγνωση της επίδρασης που ασκούν στις διαιτητικές τους επιλογές τα μέσα μαζικής ενημέρωσης, αλλά και οι φίλοι τους</p>	<p>ή άλλων λαών. Συζητούν τις διαφορές μεταξύ των συνταγών και τους πιθανούς λόγους των διαφορών αυτών.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Οι συνταγές των Χριστουγέννων ή του Πάσχα</li> </ul> <p><b>ΠΜΑ:9</b> Διερεύνηση των διατροφικών συνηθειών κατά τα ρωμαϊκά και βυζαντινά χρόνια και σύγκριση με τις σύγχρονες διατροφικές συνήθειες.</p> <p><b>ΠΜΑ:11</b> Οι μαθητές φέρνουν διάφορα προϊόντα στην τάξη και αντλούν πληροφορίες από τις ετικέτες τους. Οι μαθητές κατηγοριοποιούν τις πληροφορίες ανάλογα με το είδος τους π.χ. περιεχόμενα/υλικά, θερμιδική αξία, προέλευση κ.α.</p> <p><b>ΠΜΑ:12, 13</b> Οι μαθητές επισκέπτονται ένα αγρόκτημα και μελετούν την παραγωγή των προϊόντων του και τα αίτια που μπορούν να την επηρεάσουν. Μελετούν, επίσης, τον τρόπο τυποποίησης των προϊόντων καθώς και τον τρόπο διάθεσής τους στην αγορά.</p> <p><b>ΠΜΑ: 14,15,16</b> Οι μαθητές αφού μελετήσουν διάφορες διαφημίσεις για τρόφιμα ή ποτά στη συνέχεια δημιουργούν αντιδιαφημίσεις π.χ. σχετικά με τα έτοιμα φαγητά, τα αναψυκτικά. Με τις αντι-διαφημίσεις αυτές θα προβάλλονται οι αρνητικές επιπτώσεις του προϊόντος στην υγεία.</p>	<p>υγεία. (ΔΗΜΟΤΙΚΟ, ΓΥΜΝΑΣΙΟ) <a href="http://odysseia.cti.gr/nau_sika/">http://odysseia.cti.gr/nau_sika/</a></p> <p><b>Εκπαιδευτική τηλεόραση:</b> «Μαντινοσυνταγές» «Ονειρομαγειρέματα»</p>
--	---	--	--

## Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ

## Υποενότητα: «ΠΡΟΛΗΨΗ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗ</b>  <b>ΠΜΑ: 1</b>  [Ατυχήματα μπορούν να συμβούν αν δεν είμαστε προσεκτικοί]  <b>ΠΜΑ: 1,2</b>  [Πού μπορούν να γίνουν ατυχήματα και τι είδους]  <b>ΠΜΑ: 3,4</b>  [Ποια ατυχήματα μπορεί να μου συμβούν στο σπίτι και πως μπορώ να τα αποφύγω]  [ Ποια ατυχήματα μπορεί να μου συμβούν στο σχολείο και μπορώ να τα αποφύγω]  <b>ΠΜΑ: 5</b>  [Ποια ατυχήματα μπορεί να μου συμβούν στο δρόμο σαν πεζός, ποδηλάτης ή επιβάτης και πώς μπορώ να τα αποφύγω]  [Τα βασικά σήματα οδικής κυκλοφορίας]  <b>ΠΜΑ:6</b>  [Τι πρέπει να κάνω σε περίπτωση σεισμού]</p> <p><b>ΑΤΥΧΗΜΑ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑ</b>  <b>ΠΜΑ:7</b>  [Το φορητό φαρμακείο και οι πρώτες βοήθειες]  <b>ΠΜΑ: 8</b>  [Ποιοι με βοηθούν όταν έχω ανάγκη]</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να γνωρίζουν τις βασικές αιτίες ατυχημάτων και τους συνήθεις τραυματισμούς</li> <li>2. Να αναγνωρίζουν τη επικινδυνότητα μιας κατάστασης ανάλογα με τον χώρο</li> <li>3. Να υιοθετούν κανόνες συμπεριφοράς που μειώνουν τις πιθανότητες ατυχημάτων στο σπίτι και στο σχολείο</li> <li>4. Να κατανοούν ότι το να είναι μόνοι τους στο σπίτι είναι μια μεγάλη ευθύνη</li> <li>5. Να ακολουθούν βασικούς κανόνες κυκλοφοριακής αγωγής ως πεζοί, ποδηλάτες ή επιβάτες</li> <li>6. Να γνωρίζουν κανόνες ασφάλειας κατά τη διάρκεια μιας έκτακτης κατάστασης όπως ο σεισμός</li> <li>7. Να κατανοούν τι είναι οι πρώτες βοήθειες</li> <li>8. Να αναγνωρίζουν τους φορείς και τις υπηρεσίες που παρέχουν βοήθεια σε</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ: 1,2</b>  Οι μαθητές περιγράφουν και ζωγραφίζουν ένα ατύχημα που τους συνέβη.  <b>ΠΜΑ: 2</b>  Οι μαθητές εντοπίζουν κινδύνους σε διάφορα περιβάλλοντα παρατηρώντας εικόνες ή από μνήμης.  <b>ΠΜΑ: 3, 4</b>  Οι μαθητές καταγράφουν (ηχογραφούν ή γράφουν) τα είδη ατυχημάτων που μπορεί να τους συμβούν στο σπίτι ή στο σχολείο και σχολιάζουν τα αίτια  <b>ΠΜΑ:5</b>  Παιχνίδι ρόλων πεζοί και οδηγοί με αυτοκινητάκια και κουκλάκια  <b>ΠΜΑ: 6</b>  Ζωγραφική και δημιουργία αφίσας με οδηγίες για τον σεισμό  <b>ΠΜΑ: 7</b>  Οι μαθητές ζωγραφίζουν το κουτί των πρώτων βοηθειών και περιγράφουν τα περιεχόμενά του. Συζητούν πού θα έπρεπε να υπάρχει ένα κουτί πρώτων βοηθειών.  <b>ΠΜΑ:8</b>  Οι μαθητές χωρισμένοι σε ζευγάρια «παιζουν» το ρόλο του παιδιού που παθαίνει ατύχημα και αυτού που προσφέρει πρώτες βοήθειες, ανάλογα με</p>	<p><b>-Υλικό ΥΠΕΠΘ:</b> Εκπ/κο πακέτο Κυκλοφοριακή Αγωγή /Ατυχήματα</p> <p>Εκπ/κο πακέτο «Μαθαίνω να κυκλοφορώ με Ασφάλεια Β΄»  <a href="http://www.e-yliko.gr/resource/supportmaterial/EduPackets.aspx">http://www.e-yliko.gr/resource/supportmaterial/EduPackets.aspx</a></p> <p>Αγωγή υγείας βιβλίο μαθητή, κεφάλαιο 4:  «Βαδίζοντας με ασφάλεια»</p> <p><b>-Βιβλία:</b>  «Κίνδυνος»  «Μη σε πιάνει πανικός»  «Πρόσεχε στο παιχνίδι, στο δρόμο και στο σπίτι»  «Εθελοντισμός-Πρόληψη ατυχημάτων-Πρώτες βοήθειες» (Οδηγός εκπαιδευτικού Πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης)  <b>-DVD από υλικό της Αγωγής Υγείας</b> για τα ατυχήματα και την ασφάλεια στο σπίτι, στο δρόμο, στην εξοχή</p>

	επείγουσες καταστάσεις	την κατάσταση του παιδιού που χτύπησε.	
--	------------------------	--	--

**Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ**

**Υποενότητα: «ΠΡΟΛΗΨΗ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗ</b>  <b>ΠΜΑ:1</b>            [Το ατύχημα είναι και δική μου ευθύνη]  <b>ΠΜΑ:2</b>            [Ατυχήματα στο δρόμο: γενικοί κανόνες κυκλοφορίας πεζών, ποδηλατιστών και επιβατών οχημάτων ]  <b>ΠΜΑ: 3</b>            [Ατυχήματα στο σχολείο: στην αίθουσα και στο προαύλιο]  <b>ΠΜΑ: 4</b>            [Ατυχήματα στο σπίτι: εγκαύματα, πτώσεις, δηλητηριάσεις, ηλεκτροπληξία]  <b>ΠΜΑ:5</b>            [Ατυχήματα στο νερό: αίτια και πρόληψη ]  <b>ΠΜΑ: 6</b>            [Έκτακτες καταστάσεις και ασφάλεια: τι πρέπει να κάνω από τώρα; Τι πρέπει να κάνω την ώρα του σεισμού ή πυρκαγιάς; Τι πρέπει να κάνω μετά; Ασκήσεις ετοιμότητας]  <b>ΑΤΥΧΗΜΑ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑ</b>  <b>ΠΜΑ: 7</b>            [Επείγουσα τηλεφωνική κλήση π.χ. κλήση του 166] [Πρώτες Βοήθειες: κατάλληλες πρακτικές για την αντιμετώπιση μικρών τραυμάτων, απλών εγκαυμάτων και ρινορραγιών]</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να κατανοούν την ευθύνη τους στην πρόληψη των ατυχημάτων και την ασφάλειά τους</li> <li>2. Να ακολουθούν κανόνες κυκλοφορίας πεζών, ποδηλατιστών ή επιβατών οχημάτων</li> <li>3. Να ακολουθούν κανόνες συμπεριφοράς που μειώνουν τις πιθανότητες ατυχημάτων στο χώρο του σχολείου</li> <li>4. Να ακολουθούν βασικούς κανόνες πρόληψης επικίνδυνων καταστάσεων στο σπίτι</li> <li>5. Να έχουν ασφαλή συμπεριφορά μέσα στο νερό</li> <li>6. Να ακολουθούν ένα σχέδιο έκτακτης ανάγκης σε περίπτωση έκτακτων καταστάσεων π.χ. Σεισμός, πυρκαγιά κ.ά.</li> <li>7. Να αντιμετωπίζουν μικρά τραύματα και να παρέχουν βασικές πρώτες βοήθειες</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ:1</b>            Οι μαθητές συζητούν για ατυχήματα που τους συνέβησαν και κατά πόσο αυτά μπορούσαν να αποφευχθούν αν ακολουθούσαν βασικούς κανόνες ασφάλειας  <b>ΠΜΑ: 2</b>            Οι μαθητές κατασκευάζουν τα βασικά σήματα κυκλοφορίας. Επίσκεψη σε πάρκο κυκλοφοριακής αγωγής.  <b>ΠΜΑ:3</b>            Οι μαθητές συζητούν για τα ατυχήματα στον χώρο του σχολείου. Ακολουθεί συζήτηση για τα αίτια τους και προτάσεις για την πρόληψή τους.  <b>ΠΜΑ:4</b>            Συζήτηση για τα ατυχήματα στο σπίτι και κατηγοριοποίησή τους  <b>ΠΜΑ: 5</b>            Προσωπικές μαρτυρίες για ατυχήματα στη θάλασσα ή στην πισίνα και συζήτηση για τα αίτια και τους τρόπους πρόληψής τους  <b>ΠΜΑ:6</b>            Μελέτη και ασκήσεις εφαρμογής</p>	<p><b>Υλικό ΥΠΕΠΘ:</b> Εκπ/κο πακέτο Κυκλοφοριακή Αγωγή /Ατυχήματα, Εκπ/κο πακέτο «Μαθαίνω να κυκλοφορώ με Ασφάλεια Β΄ &amp; Α΄» <a href="http://www.elyliko.gr/resource/supportmaterial/EduPackets.aspx">http://www.elyliko.gr/resource/supportmaterial/EduPackets.aspx</a></p> <p>Αγωγή υγείας βιβλίο μαθητή, κεφάλαιο 4:            «Βαδίζοντας με ασφάλεια»</p> <p><b>-Βιβλία:</b>            «Κίνδυνος»            «Μη σε πιάνει πανικός»            «Πρόσεχε στο παιχνίδι, στο δρόμο και στο σπίτι»            «Εθελοντισμός-Πρόληψη ατυχημάτων-Πρώτες βοήθειες» (Οδηγός εκπαιδευτικού Πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης)            «Το μανιφέστο της Στοκχόλμης»            Δημιουργία ασφαλούς περιβάλλοντος για τα παιδιά στην Ευρώπη</p>

		<p>του σχεδίου έκτακτης ανάγκης σε περίπτωση σεισμού ή πυρκαγιάς, στο σχολείο και στο σπίτι.</p> <p><b>ΠΜΑ: 7</b> Οι μαθητές μαθαίνουν να κάνουν μια επείγουσα τηλεφωνική κλήση π.χ. στο <b>166</b> (ΕΚΑΒ), <b>199</b> (<b>Πυροσβεστική</b>), 100 (Άμεση Δράση), 112 (Ευρωπαϊκός αριθμός κλήσης έκτακτης ανάγκης). Οι μαθητές χωρισμένοι σε ζευγάρια εφαρμόζουν πρώτες βοήθειες ο ένας στον άλλο.</p>	<p><b>Εκπαιδευτική τηλεόραση:</b> «Πρώτες βοήθειες – Ασφάλεια στο αυτοκίνητο» «Πρώτες βοήθειες - Ασφάλεια στο δρόμο» «Πρώτες βοήθειες - Ατυχήματα στο σπίτι» «Πρώτες βοήθειες - Ατυχήματα στο σχολείο» «Σας παρακαλώ την προσοχή σας - Ατυχήματα στη θάλασσα» «Σας παρακαλώ την προσοχή σας - Ατυχήματα στην ύπαιθρο» «Φανάρια» «Ποδήλατα» «Ζώνες ασφαλείας»</p>
--	--	---	--

**Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ**  
**Υποενότητα: «ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Το σώμα και οι λειτουργίες του [ΠΜΑ: 1, 2, 3]</b> [Τα κύρια μέρη του σώματος και οι βασικές λειτουργίες του] [Πώς αλλάζει το σώμα μου μεγαλώνοντας], [Άσκηση και ξεκούραση]</p> <p><b>Καθημερινές δραστηριότητες υγιεινής</b> <b>ΠΜΑ: 4</b> [Κρατάω το σώμα μου καθαρό: • καθημερινό ντους / μπάνιο και πλύσιμο μαλλιών/ φθείρες • καθαρισμός του προσώπου, των αυτιών και της μύτης • καθαρισμός των χεριών, των ποδιών και τακτική κοπή των νυχιών]</p> <p><b>ΠΜΑ: 5</b> [Τα μάτια και τα αυτιά απαιτούν ειδική φροντίδα: • τακτικά διαλείμματα κατά την τηλεθέαση, το διάβασμα ή τη</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>να γνωρίζουν τα ονόματα των κύριων μερών και των βασικών λειτουργιών του σώματος</li> <li>να αντιλαμβάνονται την εξέλιξη της σωματικής τους ανάπτυξης</li> <li>να αντιλαμβάνονται τις συνέπειες της άσκησης και της ξεκούρασης στο σώμα</li> <li>να ακολουθούν καθημερινά</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ: 1.</b> Τα παιδιά κατασκευάζουν αφίσα με το ανθρώπινο σώμα και το περιγράφουν <b>ΠΜΑ: 2.</b> Τα παιδιά φέρνουν παλαιότερες φωτογραφίες τους στην τάξη και συζητούν τις διαφορές στην ανάπτυξή τους. <b>ΠΜΑ: 3.</b> Τα παιδιά συζητούν για την σημασία της άσκησης και της ξεκούρασης. <b>ΠΜΑ: 4, 5.</b> Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες και κάθε ομάδα επιλέγει ένα μέρος του σώματος (μάτια, μύτη, αυτιά, δόντια, κ.ά.). Η κάθε ομάδα αφού</p>	<p><b>Υλικό ΥΠΕΠΘ:</b> Εκπ/κο πακέτο <i>Αγωγή Υγείας βιβλίο μαθητή</i>, κεφάλαιο 3: «Φροντίζω και προστατεύω το σώμα μου» κεφάλαιο 4: «Στοματική Υγιεινή»</p>

<p>χρήση Η/Υ, τακτικός έλεγχος της όρασης, • φροντίδα των αυτιών μετά το μπάνιο ή το κολύμπι]</p> <p><b>ΠΜΑ: 6</b> [Μαθαίνω για τα δόντια και τη χρήση τους: • τα νεογιλά και τα μόνιμα δόντια • τα δόντια βοηθούν στη διάσπαση των τροφών και στην ομιλία]</p> <p><b>ΠΜΑ: 7</b> [Μαθαίνω για τη φροντίδα των δοντιών • ξέπλυμα του στόματος μετά την κατανάλωση των τροφίμων (κυρίως σνακ και γλυκά) • σωστή χρήση της οδοντόβουρτσας και τακτικό βούρτσισμα • τακτικές οδοντιατρικές εξετάσεις]</p> <p><b>ΠΜΑ: 8</b> [Μαθαίνω για την επίδραση των τροφίμων στα δόντια • Τρώω τρόφιμα που κάνουν τα δόντια μου γερά • Αποφεύγω τρόφιμα που έχουν πολύ ζάχαρη, όπως γλυκά και σοκολάτα, γιατί προκαλούν τερηδόνα]</p>	<p>βασικούς κανόνες υγιεινής 5. να αναγνωρίζουν την ανάγκη φροντίδας των ματιών και των αυτιών 6. να καταλαβαίνουν την εξάρτηση της υγείας του στόματος από την καθαριότητα των δοντιών 7. να αναγνωρίζουν την ανάγκη φροντίδας των δοντιών 8. να καταλαβαίνουν την εξάρτηση της καθαριότητας των δοντιών από την συχνότητα λήψης και το είδος της τροφής.</p>	<p>συζητήσει, γράφει (ή ζωγραφίζει) τρόπους με τους οποίους μπορούν να διατηρήσουν αυτά τα μέρη του σώματος καθαρά και υγιή <b>ΠΜΑ: 5, 6.</b> Οι μαθητές παρατηρούν και περιγράφουν εικόνες χαλασμένων δοντιών <b>ΠΜΑ: 7.</b> Γνωριμία με την τεχνική περιποίησης των δοντιών - επίδειξη σωστής χρήσης της οδοντόβουρτσας <b>ΠΜΑ: 8.</b> Συζητούν για τον ρόλο της διατροφής στην υγεία των δοντιών. Φτιάχνουν κολάζ, με αποκόμματα περιοδικών, ή ζωγραφίζουν, με τις κατάλληλες και ακατάλληλες τροφές για την υγεία των δοντιών</p>	
--	--	---	--

**Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ**  
**Υποενότητα: «ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Καθαριότητα και φροντίδα του σώματος</b> <b>ΠΜΑ: 1, 2, 3, 4</b> [Καθαριότητα και παθογόνοι μικροοργανισμοί] [Σώμα: φροντίδα και προστασία • Άσκηση • Σωστή στάση του σώματος • Προστασία από τον ήλιο] <b>Στοματική Υγιεινή: δόντια και ούλα</b> <b>ΠΜΑ: 5, 6, 7, 8</b></p>	<p>Οι μαθητές θα πρέπει να μπορούν: 1. να κατανοούν την προσωπική τους ευθύνη για την υγεία τους 2. να κατανοούν τις επιπτώσεις της κακής φροντίδας της ατομικής τους υγιεινής 3. να αντιλαμβάνονται πώς η καθαριότητα μπορεί να ελέγξει την εξάπλωση παθογόνων μικροοργανισμών 4. να ακολουθούν βασικούς κανόνες φροντίδας και υγιεινής του σώματος 5. να ακολουθούν καθημερινά βασικούς κανόνες για τη φροντίδα του καθαρισμού των δοντιών και την</p>	<p><b>ΠΜΑ:1, 2, 3, 4</b> • <i>Εγχειρίδιο υγείας:</i> • Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες και κάθε ομάδα παίρνει μία κάρτα για θέματα όπως καθαριότητα χεριών, καθαριότητα ποδιών, φροντίδα σώματος, προστασία σώματος κ.ά. Σκέφτονται και γράφουν τρόπους με τους οποίους μπορούν να διατηρήσουν το σώμα τους υγιές. Η κάθε ομάδα θα δώσει τον κατάλογο</p>	<p><b>Υλικό ΥΠΕΠΘ:</b> Εκπ/κο πακέτο <i>Αγωγή Υγείας βιβλίο μαθητή</i>, κεφάλαιο 3: «Φροντίζω και προστατεύω το σώμα μου» • Ελληνική Οδοντιατρική Ομοσπονδία: «<i>Γερά δόντια καλύτερη Υγεία</i>» για μαθητές 9-12 ετών • Ελληνική Εταιρεία Κοινωνικής Οδοντιατρικής</p>



<p>[Τα δόντια:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Τρόφιμα και διάβρωση των δοντιών</li> <li>• Καθαρισμός και τερηδόνα</li> <li>• Προστασία κατά της οδοντικής πλάκας και της πέτρας]</li> </ul> <p>[Τα ούλα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Τα ούλα στηρίζουν τα δόντια</li> <li>• Παθήσεις και φροντίδα των ούλων]</li> </ul>	<p>προάσπιση της στοματικής τους υγιεινής</p> <p>6. να κατανοούν την εξάρτηση της καθαριότητας των δοντιών από τη συχνότητα λήψης και το είδος των τροφών</p> <p>7. να κατανοούν την εξάρτηση της υγιεινής του στόματος και του σώματος από την καθαριότητα των δοντιών</p> <p>8. να συνειδητοποιούν τα πλεονεκτήματα της σωστής στοματικής υγιεινής στην ομιλία και την εμφάνιση</p>	<p>που έφτιαξε για τη σύνταξη ενός εγχειριδίου υγείας.</p> <p><b>ΠΜΑ: 5, 6, 7, 8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Γνωριμία με τις τεχνικές περιποίησης των δοντιών - επίδειξη σωστής χρήσης της οδοντόβουρτσας και του οδοντικού νήματος</li> <li>• Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να αναφέρουν τι σκέφτονται όταν ακούνε για την κακή υγιεινή των δοντιών</li> <li>• Ζωγραφική ή κατασκευές με πλαστελίνη με θέμα την υγιεινή των δοντιών</li> </ul>	<p>«Αγωγή Υγείας. Στοματική Υγιεινή» για μαθητές 11-14 ετών</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Εκπαιδευτική τηλεόραση: «Έργα και ημέρες της κας Τερηδόνας»</li> </ul>
--	---	---	---

### Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ

#### Υποενότητα: «ΚΑΠΝΟΣ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Ο Καπνός και το αλκοόλ</b></p> <p><b>ΠΜΑ: 1</b> [Ο καπνός και το αλκοόλ περιέχουν επιβλαβείς για την υγεία ουσίες]</p> <p><b>ΠΜΑ: 2</b> [Το κάπνισμα ως συνήθεια που επηρεάζει την υγεία (π.χ. επιπτώσεις του καπνού στην υγεία, τόσο από τη χρήση του καπνού όσο και από την έκθεση στο παθητικό κάπνισμα)]</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αντιλαμβάνονται τις επιπτώσεις στην ανθρώπινη υγεία του καπνίσματος και της κατανάλωσης αλκοόλ</li> <li>2. Να επιλέγουν ένα άκαπνο περιβάλλον</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ: 1, 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Συζήτηση με τους μαθητές για το πώς νοιώθουν όταν οι άλλοι καπνίζουν</li> <li>• Οι μαθητές λένε τι σκέφτονται όταν ακούνε για κατανάλωση αλκοόλ και για το κάπνισμα. Στη συνέχεια συζητούν τις απαντήσεις τους</li> <li>• Οι μαθητές ζωγραφίζουν αυτό που σκέφτηκαν σχετικά με τον καπνό ή το αλκοόλ</li> </ul>	<p>Υλικό ΥΠΕΠΘ: ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ και σε CD-ROM</p> <p>Πρόληψη Χρήσης Εξαρτησιογόνων ουσιών</p>

**Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ**  
**Υποενότητα: «ΚΑΠΝΟΣ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Το Κάπνισμα και ο καπνός</b>  <b>ΠΜΑ: 1</b>            [Ο καπνός του τσιγάρου και οι επιβλαβείς χημικές ουσίες που περιέχει ]  <b>ΠΜΑ: 2</b>            [Το κάπνισμα ως συνήθεια που επηρεάζει την υγεία π.χ. επιπτώσεις του καπνού στην υγεία, τόσο από τη χρήση του καπνού όσο και από την έκθεση στο παθητικό κάπνισμα]</p> <p><b>Το Αλκοόλ</b>  <b>ΠΜΑ:3</b>            [Το κρασί: κοινωνική διάσταση και παράδοση]  <b>ΠΜΑ: 4</b>            [ Η κατάχρηση αλκοολούχων ποτών προκαλεί προβλήματα υγείας]</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>να γνωρίζουν γενικά τις βλαβερές ουσίες που υπάρχουν στον καπνό και τον αρνητικό αντίκτυπο που αυτές έχουν στην υγεία</li> <li>να κατανοήσουν το πρόβλημα του παθητικού καπνίσματος και να διεκδικούν ένα άκαπνο περιβάλλον</li> <li>να κατανοούν τη διαφορά μεταξύ χρήσης και κατάχρησης αλκοόλ</li> <li>να γνωρίζουν τα βασικά προβλήματα που προκαλούνται στον οργανισμό από την κατάχρηση αλκοόλ</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ: 2</b>            Συζήτηση μεταξύ των μαθητών για το πώς νοιώθουν όταν οι άλλοι καπνίζουν  <b>ΠΜΑ: 3</b>            Διαφημίσεις από περιοδικά, εφημερίδες ή ακόμη και από το διαδίκτυο με θέμα το κάπνισμα ή το αλκοόλ. Το κάθε παιδί περιγράφει στην τάξη πώς προβάλλεται το τσιγάρο ή το αλκοόλ μέσα από την εικόνα της διαφήμισης που έχει φέρει. Ακολουθεί συζήτηση.  <b>ΠΜΑ: 1, 4</b>            Τα παιδιά βρίσκουν ή και κατασκευάζουν-άδεια πακέτα τσιγάρων – άδεια μπουκάλια και κολλάνε πάνω σε αυτά προειδοποιητικές ετικέτες.</p>	<p><b>Βιβλία /DVD/ CD:</b>            «Οδηγός Αγωγής και Προαγωγής της Υγείας – Πρότυπο πρόγραμμα «Αλκοόλ και ατύχημα» (Κ. Σώκου)            DVD «Ή ποτό ή μοτό»            CD – ROM της Συστήμα Πληροφορική:            «Αλκοόλ και υγεία»</p>

**Δ. Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**

**ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Το σχολείο είναι ένα ζωντανό κύτταρο το οποίο αλληλεπιδρά με την κοινωνία μέσα στην οποία εντάσσεται. Μέσα στο σχολείο γεννιούνται κι αλλάζουν, ανατρέπονται ή απελευθερώνονται ιδέες και πρακτικές. Αποτελεί έναν από τους πιο σημαντικούς φορείς

κοινωνικοποίησης του ατόμου μετά την οικογένεια. Έχοντας υπόψη μας ότι στη σύγχρονη κοινωνία οι κοινωνικο-οικονομικές συνθήκες μεταβάλλονται διαρκώς, το σχολείο ως θεσμός οφείλει να λειτουργεί ως μια σταθερά στη ζωή του νεαρού ατόμου.

Επιπλέον, το μαθησιακό περιβάλλον πρέπει να βιώνεται ως ασφαλές από το παιδί και να του καλλιεργεί την αίσθηση ότι ανήκει και σε αυτό, ότι είναι ενεργό, ευπρόσδεκτο μέλος της μαθητικής / σχολικής κοινότητας. Η καλλιέργεια της αίσθησης του *ανήκειν* σε μια κοινότητα συμβάλει ουσιαστικά στη διαμόρφωση της ταυτότητας του παιδιού μέσα από την αλληλεπίδραση και την αναγνώριση από τον Άλλο (εκπαιδευτικό, συμμαθητή). Είναι σημαντικό να μπορεί να νιώσει το παιδί ότι σχηματίζει μια συνεργατική παιδαγωγική σχέση με τον εκπαιδευτικό και με τη σχολική του ομάδα να βιώσει την αίσθηση κοινότητας.

Το σχολείο οφείλει να αναζητά και να διατηρεί μια στενή σχέση συνεργασίας – συμμαχίας με τους γονείς ή το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον προς όφελος του κάθε παιδιού. Το παιδί και ο έφηβος αναγνωρίζουν τον εαυτό τους μέσα από τις αλληλεπιδράσεις εντός και εκτός της σχολικής κοινότητας. Το άνοιγμα της σχολικής κοινότητας στην κοινωνία, στον κόσμο, η ύπαρξη θετικών αλληλεπιδράσεων με το περιβάλλον της τοπικής ή ευρύτερης κοινωνίας στην οποία το παιδί ζει, αναπτύσσεται και μαθαίνει, μπορούν να συμβάλλουν στην ανάπτυξη δεξιοτήτων για τους μαθητές. Δεξιότητες κοινωνικές, οι οποίες θα του φανούν χρήσιμες για τη διαμόρφωση της ταυτότητας του και θα το βοηθήσουν να έρθει σε επαφή με διαφορετικούς ρόλους στο πλαίσιο της προσπάθειας του για μία αρμονική ένταξής του στο κοινωνικό σύνολο.

Η συγκεκριμένη θεματική ενότητα αφορά **στη λειτουργία του σχολείου ως κοινότητας για τους μαθητές**. Ειδικότερα, περιλαμβάνει θέματα που σχετίζονται με τη διαμόρφωση ενός θετικού ψυχολογικού κλίματος στην τάξη και στο σχολείο ευρύτερα, με τη δημιουργία κίνητρων και την ανάπτυξη δεξιοτήτων και διεργασιών στη μάθηση, με τη διαχείριση του ελεύθερου χρόνου και τη σύνδεση της ζωής στο σχολείο με τη ζωή στην κοινότητα.

#### **Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**

#### **Υποενότητα: ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟ ΚΛΙΜΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ/ ΣΧΟΛΕΙΟ**

**Στόχος της υποενότητας είναι:** η ανάπτυξη στους μαθητές της αίσθησης της κοινότητας τόσο μέσα στην τάξη όσο και στη σχολική κοινότητα. Οι ειδικότεροι στόχοι περιλαμβάνουν: α) την καλλιέργεια της αίσθησης του «ανήκειν» και του αλληλοσεβασμού, β) την καλλιέργεια της αυτορρύθμισης και της αυτονομίας και γ) την προαγωγή της αυτοαποτελεσματικότητας και της προσωπικής επίδρασης των μαθητών στο σχολείο. Οι συγκεκριμένοι στόχοι ταυτίζονται με βασικές ψυχολογικές ανάγκες των ατόμων, η ικανοποίηση των οποίων θεωρείται ουσιαστική στην ψυχοκοινωνική ανάπτυξη και προσαρμογή τους. Η ύπαρξη ενός πλαισίου στο οποίο οι μαθητές αισθάνονται ότι : α) μπορούν να αναπτύξουν σχέσεις με ενήλικες και συνομηλίκους και ενθαρρύνεται ο αλληλοσεβασμός, β) καλλιεργούνται στόχοι που προάγουν όχι μόνο τις επιδόσεις αλλά και τα εσωτερικά κίνητρα (και κατά επέκταση την ουσιαστική μάθηση), γ) ενδυναμώνουν την εμπλοκή

τους στη μαθησιακή διαδικασία προσδιορίζοντας το προσωπικό τους στυλ μάθησης και τα «δυνατά» τους σημεία, και γ) συμμετέχουν ενεργά στη διαμόρφωση του σχολικού τους περιβάλλοντος καλλιεργώντας το αίσθημα της προσωπικής ευθύνης.

[είμαι ισότιμο μέλος της τάξης μου][βοηθώ και με βοηθούν οι συμμαθητές μου][σέβομαι τα προσωπικά αντικείμενα του άλλου][μοιράζομαι τα δικά αντικείμενα][σέβομαι τους συμμαθητές μου και με σέβονται και αυτοί] [συμμετέχω σε ομάδες στην τάξη μου][ ακούγεται η άποψη μου][μπορώ να εκφράσω τι με προβληματίζει σε σχέση με τους συμμαθητές μου και τον εκπαιδευτικό μου][ οι συμμαθητές μου μπορεί να αντιμετωπίζουν παρόμοια θέματα/προβλήματα με μένα στην τάξη][οι συμμαθητές μου μπορεί να νιώθουν παρόμοια συναισθήματα με μένα στην τάξη] [αισθάνομαι ότι ανήκω σε μία ομάδα] [αισθάνομαι ότι είμαι μέλος της τάξης/ σχολείου][σέβομαι τη διαφορετική επιλογή των συμμαθητών μου] [μοιράζομαι κοινές ανησυχίες με τους συμμαθητές μου]

[αναλαμβάνω πρωτοβουλίες στην τάξη][συμμετέχω σε δραστηριότητες/παιχνίδια που μου αρέσουν][αποκτώ γνώσεις σε θέματα που μου αρέσουν][αξιοποιώ τις δυνατότητές μου][ θέτω προσωπικούς στόχους-αποκτώ κίνητρα][ λειτουργώ μόνος/η σε εργασίες που γνωρίζω ότι μπορώ να καταφέρω][ αναλαμβάνω την ευθύνη να φέρω σε πέρας εργασίες][ αναζητώ πληροφορίες από πηγές μόνος][ μαθαίνω πώς «μαθαίνω»] [καλλιεργώ μεταγνωστικές δεξιότητες][καλλιεργώ το προσωπικό στυλ μου στη μάθηση] [καλλιεργώ προσωπικούς στόχους και κίνητρα], [μαθαίνω να είμαι υπεύθυνος/η][συμμετέχω στη λήψη αποφάσεων για θέματα στην τάξη] [μπορώ να διαχειριστώ θέματα της τάξης μου και του σχολείου][παίρνω ενεργά μέρος στην ομαδική λήψη αποφάσεων][ βελτιώνω τις συνθήκες και το κλίμα στο σχολείο][αναλαμβάνω την ευθύνη].

### Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ

Υποενότητα: «ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟ ΚΛΙΜΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ/ ΣΧΟΛΕΙΟ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<b>ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΤΗΣ ΑΙΣΘΗΣΗΣ ΤΟΥ «ΑΝΗΚΕΙΝ» ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΛΛΗΛΟΥΨΟΣΤΗΡΙΞΗΣ</b> [είμαι ισότιμο μέλος της τάξης μου][βοηθώ και με βοηθούν οι συμμαθητές μου][σέβομαι τα προσωπικά αντικείμενα του	1. Να αισθάνονται οι μαθητές τον εαυτό τους ως ισότιμο μέλος της σχολικής τους ομάδας 2. Να αναπτύξουν τον αλληλοσεβασμό (τόσο λεκτικά, όσο και σωματικά) 3. Να μάθουν τα παιδιά να μοιράζονται προσωπικά αντικείμενα και παιχνίδια	1. <b>Φύλαξε ... το αγαπημένο μου παιχνίδι.</b> Χωρίζουμε τα παιδιά σε μικρές ομάδες (3-4 ατόμων). Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να ανταλλάξουν μεταξύ τους ένα αντικείμενο-παιχνίδι, όποιο οι ίδιοι θέλουν για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα. Τα παιδιά έχουν την ευθύνη να προσέξουν το αντικείμενο που τους εμπιστεύθηκε	1. Απλά αντικείμενα των μαθητών, όχι υλικής αξίας ούτε ιδιαίτερα εύθραυστα (π.χ. ένα αγαπημένο αυτοκινητάκι, μία

<p>άλλου][μοιράζομαι τα δικά αντικείμενα][σέβομαι τους συμμαθητές μου και με σέβονται και αυτοί] <b>(ΠΜΑ 1,2,3,4)</b></p> <p><b>ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗΣ ΚΑΙ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑΣ</b> [αναλαμβάνω πρωτοβουλίες στην τάξη][συμμετέχω σε δραστηριότητες/παιχνίδια που μου αρέσουν][αποκτώ γνώσεις σε θέματα που μου αρέσουν][αξιοποιώ τις δυνατότητές μου] <b>(ΠΜΑ 5,6,7)</b></p> <p><b>ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗΣ ΕΠΙΔΡΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ/ΣΧΟΛΕΙΟ</b> [μαθαίνω να είμαι υπεύθυνος/η][συμμετέχω στη λήψη αποφάσεων για θέματα στην τάξη] <b>(ΠΜΑ 8, 9)</b></p>	<p>4. Να εξασκηθούν οι μαθητές στο να προσφέρουν βοήθεια</p> <p>5. Να έχουν την ευκαιρία όλοι οι μαθητές να αναλάβουν πρωτοβουλίες, μέσα από εργασίες στην τάξη</p> <p>6. Να τους δίνεται η ευκαιρία να ασχολούνται με δραστηριότητες που τους ευχαριστούν</p> <p>7. Να ανακαλύπτουν και να αξιοποιούν τις δυνατότητές τους στη διαδικασία της μάθησης</p> <p>8. Να αναπτύξουν οι μαθητές την προσωπική ευθύνη για θέματα που αφορούν τον εαυτό τους και τις ομάδες τους</p> <p>9. Να δίνεται η ευκαιρία να συμμετέχουν σε αποφάσεις που αφορούν την τάξη τους και το σχολείο</p>	<p>ο συμμαθητής τους και να του το επιστρέψουν ακέραιο. Ακολουθεί συζήτηση για το πώς ένιωσαν τα παιδιά κατά το χρονικό διάστημα που έπρεπε να προσέξουν το αντικείμενο – παιχνίδι, τις σκέψεις τους για την εμπιστοσύνη που τους έδειξε ο συμμαθητής τους, το συναίσθημα της ευθύνης και η σημασία του αλληλοσεβασμού. <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 2, 3,8</b></p> <p><b>2. Μάθε τι μου αρέσει...</b> Δίνεται σε κάθε παιδί η ευκαιρία να ετοιμάσει και να παρουσιάσει στην τάξη ένα θέμα της αρεσκείας του ή να προβάλλει ένα προσωπικό του ταλέντο (π.χ. μία εργασία σε ένα γνωστικό αντικείμενο της αρεσκείας του, έργα ζωγραφικής ή μία μουσική παρουσίαση κλπ). Στη συνέχεια, οι μαθητές συζητούν σε σχέση με την παρουσίαση του συμμαθητή τους (π.χ. αν γνώριζαν για το προσωπικό ενδιαφέρον/ ταλέντο του συμμαθητή τους, αν δεν το γνώριζαν τι τους έκανε εντύπωση, κλπ). Σε ένα δεύτερο επίπεδο η τάξη συζητά πώς ο συγκεκριμένος μαθητής μπορεί να αξιοποιήσει το ταλέντο του ή το προσωπικό του ενδιαφέρον σε σχέση με δραστηριότητες της τάξης (π.χ. πώς μπορεί ένας μαθητής να συνεισφέρει σε μία σχολική γιορτή, να βοηθήσει σε μία ομαδική εργασία κλπ). <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 5, 6, 7</b></p> <p><b>3. Μαζί αποφασίζουμε.....</b> Με αφορμή ένα ζήτημα που απασχολεί την τάξη/ σχολείο (π.χ. η καθαριότητα, η φροντίδα της διακόσμησης της τάξης, ή του περιβάλλοντος του σχολείου) οι μαθητές συζητούν και προτείνουν τι</p>	<p>κούκλα, ένα κουτί μαρκαδόρους, μία ζωγραφιά, ένα βιβλίο κλπ)</p> <p>2. Ο εκπαιδευτικός είναι σημαντικό να γνωρίζει τον «προσωπικό χώρο ταλέντου/επιτυχίας» των παιδιών. Η παρουσίαση μπορεί να είναι σύντομη π.χ. 10 λεπτά, αλλά είναι σημαντικό να πραγματοποιηθεί η διαδικασία για όλους τους μαθητές της τάξης.</p> <p>3. Χαρτόνια-μαρκαδόροι για την καταγραφή των απόψεων και τη δημιουργία του</p>
--	---	--	---

		<p>μπορούν να κάνουν ως ομάδα-τάξη. Οι προτάσεις καταγράφονται και λαμβάνονται οι αποφάσεις μέσα από διαδικασίες όπως π.χ. η ψηφοφορία. Καταγράφονται και δημιουργείται ουσιαστικά ένα «συμβόλαιο» μεταξύ των μαθητών για το ζήτημα που συζητήθηκε</p> <p><b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 1, 4, 9</b></p>	συμβολαίου
--	--	---	------------

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**

**Υποενότητα: «ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟ ΚΛΙΜΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ/ ΣΧΟΛΕΙΟ», Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΤΗΣ ΑΙΣΘΗΣΗΣ ΤΟΥ «ΑΝΗΚΕΙΝ» ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΛΛΗΛΟΥΨΟΣΤΗΡΙΞΗΣ</b></p> <p>[είμαι ισότιμο μέλος της ομάδας των μαθητών στην τάξη μου][συμμετέχω σε ομάδες στην τάξη μου][ακούγεται η άποψη μου][μπορώ να εκφράσω τι με προβληματίζει σε σχέση με τους συμμαθητές μου και τον εκπαιδευτικό μου][οι συμμαθητές μου μπορεί να αντιμετωπίζουν παρόμοια θέματα/προβλήματα με μένα στην τάξη][οι συμμαθητές μου μπορεί να νιώθουν παρόμοια συναισθήματα με μένα στην τάξη][σέβομαι τους συμμαθητές μου και με σέβονται και αυτοί]</p> <p><b>(ΠΜΑ 1,2,3,4)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αισθάνονται οι μαθητές τον εαυτό τους ως ισότιμο μέλος της σχολικής τους ομάδας</li> <li>2. Να αισθάνονται οι μαθητές ότι μπορούν να εκφράσουν ελεύθερα τις απόψεις τους και ότι αυτές θα είναι σεβαστές</li> <li>3. Να μπορούν οι μαθητές να δείχνουν και σεβασμό απέναντι στους συμμαθητές τους όταν εκφράζουν την άποψη τους</li> <li>4. Να μοιράζονται οι μαθητές τα συναισθήματά τους για θέματα που αφορούν την ομάδα της τάξης τους</li> <li>5. Να μπορούν τα παιδιά να αναλαμβάνουν ρόλους μέσα από δραστηριότητες/εργασίες στην τάξη αξιοποιώντας σε ατομικό επίπεδο τις ικανότητές τους</li> <li>6. Να αναπτύξουν μεταγνωστικές δεξιότητες και να αξιοποιήσουν τις δυνατότητες του εαυτού τους</li> </ol>	<p><b>1. «Μαθαίνω να αλληλεπιδρώ»</b></p> <p>-Οργάνωση δομημένων κύκλων συζητήσεων με θέματα:</p> <p>α) που απασχολούν τη λειτουργία της ομάδας των συγκεκριμένων τάξεων (π.χ. ζητήματα που αφορούν την οργάνωση της τάξης και του σχολείου, τη λήψη αποφάσεων για θέματα όπως εκδηλώσεις, εκδρομές, θέσπιση και τήρηση ορίων στο σχολικό πλαίσιο κ.ά)</p> <p>β) κοινωνικών ζητημάτων που άπτονται της ισότιμης αντιμετώπισης των μελών μίας ομάδας (π.χ. το δικαίωμα να εκφράζονται οι προσωπικές απόψεις, η έννοια της διαφορετικότητας και η αποδοχή της)</p> <p><b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 1, 2, 3, 4, 8, 9,10</b></p> <p><b>2. «Δημιουργικά projects»</b></p> <p>- Συμμετοχή των μαθητών στο σχεδιασμό και στην παρουσίαση ομαδικών εργασιών σε θέματα ελεύθερης επιλογής</p> <p>-συναποφασίζουν οι ίδιοι οι μαθητές σχετικά με</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <ul style="list-style-type: none"> <li>-Δημιουργία πάνελ συζητητών από τους μαθητές (2 ομάδες)</li> <li>-Ανάληψη του ρόλου του συντονιστή των συζητήσεων από τους μαθητές</li> <li>-Εξαγωγή συμπερασμάτων και συγγραφή τους</li> <li>- Αποτίμηση της διαδικασίας από τους μαθητές με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού</li> </ul> </li> <li>2. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Τα θέματα συναποφασίζονται</li> </ul> </li> </ol>

<p><b>ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗΣ ΚΑΙ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑΣ</b> [αναλαμβάνω πρωτοβουλίες στην τάξη][ θέτω προσωπικούς στόχους- αποκτώ κίνητρα][ λειτουργώ μόνος/η σε εργασίες που γνωρίζω ότι μπορώ να καταφέρω][ αναλαμβάνω την ευθύνη να φέρω σε πέρας εργασίες][ αναζητώ πληροφορίες από πηγές μόνος][ μαθαίνω πώς «μαθαίνω»][αξιοποιώ τις δυνατότητές μου] <b>ΠΜΑ (5, 6, 7)</b></p> <p><b>ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗΣ ΕΠΙΔΡΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ/ΣΧΟΛΕΙΟ</b> [μπορώ να διαχειριστώ θέματα της τάξης μου και του σχολείου][ αναλαμβάνω δράση για την επίλυση θεμάτων][ βελτιώνω τις συνθήκες και το κλίμα στο σχολείο][ αναλαμβάνω την ευθύνη] <b>ΠΜΑ (8, 9, 10)</b></p>	<p>7. Να αναπτύσσουν εσωτερικευμένα κίνητρα μέσα από δράσεις στην τάξη που τους ευχαριστούν</p> <p>8. Να αναπτυχθεί στους μαθητές το αίσθημα της προσωπικής ευθύνης για θέματα/ εργασίες που αφορούν στην τάξη/στο σχολείο</p> <p>9. Να αναλαμβάνουν οι μαθητές πρωτοβουλίες και ενεργό ρόλο στη διαχείριση θεμάτων της τάξης /σχολείου</p> <p>10. Να εμπλέκονται ενεργά στη λήψη αποφάσεων που αφορούν στη λειτουργία του σχολείου (π.χ. θέσπιση ορίων-κανόνων)</p> <p>11. Να αναγνωρίζουν τον εαυτό τους ως μέλος της σχολικής τους ομάδας και της ευρύτερης σχολικής κοινότητας (τμήμα – τάξη –σχολείο) αλλά και γενικότερα της κοινότητας</p>	<p>ζητήματα κοινωνικά, περιβαλλοντικά, πολιτισμικά κ.ά. <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ:5,6,7</b></p> <p><b>3. «Συμμετέχω στο σχολείο... προσφέρω στην κοινότητα»</b> Οι μαθητές στο πλαίσιο της διασύνδεσης του σχολείου με την εξωσχολική κοινότητα συμμετέχουν σε ομάδες στο σχολείο π.χ ομάδα ζωγραφικής, ομάδα μουσικής ή θεατρική ομάδα, οι οποίες παίρνουν μέρος σε συγκεκριμένες δράσεις όπως: σε φιλανθρωπικά μπαζάρ προσφέροντας τις καλλιτεχνικές τους δημιουργίες για οικονομική ενίσχυση σε συγκεκριμένους συλλόγους που βοηθούν παιδιά, σε σχετικές εκδηλώσεις τα έσοδα των οποίων θα διατεθούν σε φορείς της κοινότητας που χρήζουν βοήθειας (π.χ. παρουσιάζοντας ένα θεατρικό), σε οργανωμένες γιορτές στο σχολείο κλπ.) <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ:11</b></p>	<p>από όλη την τάξη και δημιουργούνται ομάδες 3-4 μαθητών - Ομαδικές παρουσιάσεις με τη χρήση ποικίλων υλικών και τεχνολογιών (π.χ. παρουσίαση με powerpoint, δημιουργία μακέτας) -Ανάδειξη της προσωπικής συμμετοχής και συμβολής του κάθε μαθητή στην προετοιμασία των εργασιών (π.χ. μέσα που χρησιμοποίησε, προσωπικές ιδέες, προσωπικά κίνητρα και στόχοι, τι παρακίνησε το μαθητή να συμμετάσχει</p>
---	---	---	--

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**

**Υποενότητα: ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΓΩΓΗ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ**

Η διεύρυνση του σχολικού χρόνου (π.χ. ολόημερο πρόγραμμα) δε σημαίνει περισσότερο σχολείο, αλλά στοχεύει σε περισσότερο ελεύθερο χρόνο για τη διαμόρφωση της σχολικής ζωής. Η εξασφάλιση επαρκούς ελεύθερου χρόνου στους μαθητές μπορεί να βοηθήσει στην

υπέρβαση της διάκρισης ανάμεσα στη σχολική και εξωσχολική ζωή, την τυπική και άτυπη μάθηση. Ο ελεύθερος χρόνος και οι περιστάσεις ελεύθερου χρόνου των μαθητών μπορούν να αποτελέσουν ένα μέρος των περιεχομένων διδασκαλίας.

Η θεματοποίηση του ελεύθερου χρόνου στο σχολείο δε σημαίνει την κατάργηση των εκπαιδευτικών προγραμμάτων αλλά ούτε και τη μετατροπή του ελεύθερου χρόνου σε γνωστικό αντικείμενο. Ζητούμενο είναι ο αρμονικός συνδυασμός υποχρεώσεων και ελεύθερων επιλογών με σκοπό ο σχολικός χρόνος να αποτελέσει ένα ποιοτικό κομμάτι του χρόνου ζωής. Βασικό ζητούμενο είναι η δυνατότητα ενός ανοιχτού και ευέλικτου σχεδιασμού της σχολικής ζωής.

Το σχολείο καλείται να μάθει και να δείξει στο παιδί έναν εναλλακτικό τρόπο να κινείται στον ελεύθερο (και άρα και στο συνολικό χρόνο του), να τον επιλέγει, να τον διαμορφώνει, να τον απολαμβάνει και να τον αξιοποιεί.

Στόχοι της υποενότητας είναι: α) η ανάπτυξη δεξιοτήτων σχεδιασμού, οργάνωσης και κατανομής του ελεύθερου χρόνου (και κατ' επέκταση του συνολικού χρόνου) με αυτοπροσδιορισμό και υπευθυνότητα (π.χ. συνειδητή επιλογή ανάμεσα σε πολλαπλές προσφορές και δυνατότητες, λήψη αποφάσεων και ανάληψη πρωτοβουλιών), β) η ευέλικτη αξιοποίηση περιστάσεων ελεύθερου χρόνου με βάση τις προσωπικές ανάγκες, τις κλίσεις και τις υφιστάμενες συνθήκες, γ) η λειτουργική διαχείριση των καθημερινών σχολικών και εξωσχολικών χρονικών διαστημάτων (π.χ. συνδιαμόρφωση του ατομικού σχολικού προγράμματος μέσα από δυνατότητες επιλογής).

[το σώμα μου χρειάζεται χ ώρες ύπνο την ημέρα, χ χρόνο για κατανάλωση τροφής, χ χρόνο για εκτόνωση, την χ ώρα αισθάνομαι ότι συγκεντρώνομαι και μαθαίνω καλύτερα] [στον ελεύθερο χρόνο μπορώ να αναπαύομαι, να ηρεμώ, να δημιουργώ, να επικοινωνώ, να ενημερώνομαι, να μορφώνομαι, να συνεργάζομαι, να δρω, να συμμετέχω] [μπορώ να επιλέγω συνειδητά ανάμεσα σε πολλαπλές προσφορές και δυνατότητες, να παίρνω αποφάσεις και να αναλαμβάνω πρωτοβουλίες ανάλογα με τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντά μου] [μπορώ να αντιλαμβάνομαι και να συνειδητοποιώ τις συνθήκες και τις ευκαιρίες του ελεύθερου χρόνου μετά το σχολείο, το Σαββατοκύριακο και στις διακοπές] [στον ελεύθερό μου χρόνο μπορώ να επικοινωνώ να αναπτύσσω διαπροσωπικές σχέσεις, να αναλύω καταστάσεις μαζί με άλλους και να αντιμετωπίζω τα προβλήματα συλλογικά]

### Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ

#### Υποενότητα: ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΓΩΓΗ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<b>Ευαισθητοποίηση για τον ατομικό χρόνο</b> [το σώμα μου χρειάζεται χ ώρες ύπνο την ημέρα, χ χρόνο για κατανάλωση τροφής, χ χρόνο για εκτόνωση, την χ ώρα μπορώ να συγκεντρώνομαι και	1) Να κατανοούν τη σημασία του ατομικού χρόνου και βιορυθμού, για την καθημερινότητά τους και τον σχεδιασμό του συνολικού χρόνου τους, ελεύθερου και μη. 2) Να μάθουν να κινούνται σε συγκεκριμένα χρονικά πλαίσια (π.χ. να τελειώνουν μια	<b>1. «Μπορείτε να μαντέψετε τι έκανα χτες»</b>  Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά τους κανόνες του παιχνιδιού. Κληρώνεται ένα παιδί με την προϋπόθεση να απαντά ειλικρινά με «ναι» ή «όχι» σε ερωτήσεις των συμμαθητών του σχετικά με το	1) Ημερολόγιο καταγραφής



<p>να μαθαίνω καλύτερα]  <b>(ΠΜΑ. 1, 6)</b>  (A', B', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p> <p><b>Συνειδητοποίηση δυνατοτήτων ελεύθερου χρόνου.</b>  [στον ελεύθερο χρόνο μπορώ να αναπαύομαι, να ηρεμώ, να δημιουργώ, να επικοινωνώ, να ενημερώνομαι, να μορφώνομαι, να συνεργάζομαι, να δρω, να συμμετέχω]  <b>(ΠΜΑ. 2, 4)</b>  (A', B', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p> <p><b>Διαμόρφωση του σχολικού και εξωσχολικού χρόνου με βάση τις προσωπικές ανάγκες (κλίσεις, ενδιαφέροντα) και τις υφιστάμενες συνθήκες (στιλ ζωής).</b>  [μπορώ να επιλέγω συνειδητά ανάμεσα σε πολλαπλές προσφορές και δυνατότητες, να παίρνω αποφάσεις και να αναλαμβάνω πρωτοβουλίες ανάλογα με τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντά μου] [μπορώ να αντιλαμβάνομαι και να συνειδητοποιώ τις συνθήκες και τις ευκαιρίες του ελεύθερου χρόνου μετά το σχολείο, το Σαββατοκύριακο και στις διακοπές]  <b>(ΠΜΑ. 5,6,7,8,12,13)</b>  (A', B', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p>	<p>εργασία στο προκαθορισμένο διάστημα).  3) Να μάθουν να συγχρονίζονται με τους άλλους κατά τις διαδικασίες αλληλεπίδρασης (π.χ. να σέβονται τους χρόνους τους, να εργάζονται μαζί).  4) Να κατανοούν ότι ο ελεύθερος χρόνος είναι θέμα προσωπικής επιλογής.  5) Να διακρίνουν και να επιλέγουν ελεύθερα ανάμεσα σε διαφορετικές προσφερόμενες δραστηριότητες. Σε αυτό το πλαίσιο εντάσσεται και η δυνατότητα του μαθητή να δραστηριοποιείται μαζί με άλλους, να απασχολείται ατομικά, να παρακολουθεί ή ακόμα και να μην κάνει τίποτα.  6) Να κατανέμουν, να προγραμματίζουν και να χρησιμοποιούν τον χρόνο τους με ευελιξία, να μπορούν δηλαδή να ορίζουν οι ίδιοι τη διάρκεια, τον ρυθμό, την ένταση και την κατάληξη των δραστηριοτήτων τους.  7) Να κατανοήσουν ότι ο ελεύθερος χρόνος αποτελεί μια κοινωνική και ατομική ανάγκη.  8) Να χρησιμοποιούν τον ελεύθερο χρόνο τους σύμφωνα με τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντά τους.  9) Να συνειδητοποιήσουν ότι το να αξιοποιούν τον διαθέσιμο χρόνο τους συμβάλλει στη βελτίωση της ποιότητας ζωής.  10) Να αποκτήσουν γνώσεις και ικανότητες, ώστε να κατανοούν και να γνωρίζουν τον πλούτο των παροχών ελεύθερου χρόνου που προσφέρονται σε μία κοινότητα και στον ευρύτερο χώρο ζωής.  11) Να εκτιμήσουν την μεγάλη ποικιλία επιλογών και δραστηριοτήτων ελεύθερου</p>	<p>πώς πέρασε την περασμένη μέρα (κατά προτίμηση μια κανονική εργάσιμη μέρα). Η υπόλοιπη τάξη μέσα σε λίγα λεπτά (15 περίπου) μπορεί να βρει πώς πέρασε το παιδί αυτό το περασμένο εικοσιτετράωρο, κάνοντάς του ερωτήσεις (κοιμήθηκες για μεσημέρι ή για βράδυ, έφαγες πρωινό, μεσημεριανό, βραδυνό, πήγες σχολείο, έπαιξες με τις κούκλες, με τον υπολογιστή, ποδόσφαιρο, είδες τηλεόραση, πήγες αγγλικά, χορό, μουσική) και παίρνοντας μονολεκτικές απαντήσεις (ναι, όχι). Ο εκπαιδευτικός ή κάποιο άλλο παιδί καταγράφουν τις σωστές απαντήσεις στον πίνακα. Με το τέλος του χρόνου διαπιστώνουν όλοι μαζί, αν κατάφεραν οι συμμαθητές να μαντέψουν σωστά τις περισσότερες δραστηριότητες του συγκεκριμένου παιδιού. Δίπλα σε κάθε δραστηριότητα γράφεται στον πίνακα περίπου πόσος χρόνος αφιερώθηκε σε αυτήν και στο τέλος μπορούν αυτοί οι χρόνοι να προστεθούν, ώστε να προκύψει η συνολική εικόνα του εικοσιτετράωρου. Ακολουθεί συζήτηση.  <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 1,6, 9, 11</b></p> <p><b>2. «Το παζλ του χρόνου»</b>  Οι μαθητές χωρίζονται σε δύο ομάδες. Η μία ομάδα ζωγραφίζει πράγματα που κάνει κάθε μέρα και η άλλη αυτά που θα ήθελε να κάνει κάθε μέρα. Μετά οι δύο ομάδες με τη συμβολή και του δασκάλου φτιάχνουν ένα κολάζ - παζλ με δραστηριότητες μιας «ιδανικής» για τους μαθητές ημέρα.  <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 2,3,4,5,6,7,8,9,11,12,13,</b></p> <p><b>3. «Ομαδικά παιχνίδια»</b>  Ομάδες εργασίας ελεύθερης συμμετοχής για</p>	<p>3)Παραδοσιακά,</p>
--	---	--	-----------------------

<p><b>Συνειδητοποίηση της έννοιας του χρόνου και διάκριση μεταξύ του ελεύθερου χρόνου, του χρόνου εργασίας και του συνολικού χρόνου. (ΠΜΑ 9, 11)</b> (Β', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p> <p><b>Συνειδητοποίηση της κοινωνικής διάστασης του ελεύθερου χρόνου.</b> [στον ελεύθερό μου χρόνο μπορώ να επικοινωνώ να αναπτύσσω διαπροσωπικές σχέσεις, να αναλύω καταστάσεις μαζί με άλλους και να αντιμετωπίζω τα προβλήματα συλλογικά] <b>(ΠΜΑ 3, 10, 14,15)</b> (Β', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p>	<p>χρόνου.</p> <p>12) Να προσπαθούν να συνδέουν τη σχολική εργασία και μάθηση με τις κλίσεις, τα ενδιαφέροντα και τις δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου.</p> <p>13) Να αναγνωρίζουν και να αξιολογούν τα προσωπικά ενδιαφέροντα και ικανότητες που παίζουν ρόλο σε συμμετοχή προγραμμάτων ελεύθερου χρόνου.</p> <p>14) Να αξιολογούν τις επιλογές, τις δράσεις και τα οφέλη από τη συμμετοχή σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου.</p> <p>15) Να συνειδητοποιήσουν ότι ο ελεύθερος χρόνος προσφέρεται για κοινωνική, πολιτιστική και εθελοντική δράση και δραστηριότητα.</p>	<p>καταγραφή και συλλογή πληροφοριών για δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Στενή συνεργασία με πολιτιστικούς και αθλητικούς συλλόγους κ.ά. Οι μαθητές κάνουν ένα κατάλογο με τους συλλόγους που βρίσκονται στην περιοχή τους, καταγράφουν το έργο τους και τους κατατάσσουν σε κατηγορίες.</li> <li>- Δημιουργία από τους μαθητές ομάδων ενδιαφερόντων με βάσει τα χόμπι τους, τις κλίσεις τους και τα ενδιαφέροντά τους</li> <li>- Μαζεύουν υλικό και συζητούν για τα παιχνίδια άλλοτε και σήμερα</li> <li>- Συζητούν για τον ελεύθερο χρόνο με τη μορφή τηςσχόλης σε παλαιότερες εποχές.</li> </ul> <p><b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 11,12,14,15</b></p>	<p>πνευματικά, επιτραπέζια, ηλεκτρονικά παιχνίδια.</p>
--	--	--	--

### Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ

#### Υποενότητα: ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Σκοπός της αξιοποίησης των Τεχνολογιών Πληροφορίας και Επικοινωνίας (ΤΠΕ) στη Σχολική Κοινωνική Ζωή (ΣΚΖ) είναι να αποτελέσουν αυτές ένα υποστηρικτικό εργαλείο αλλά ταυτόχρονα και ένα πεδίο δράσης. Στο πλαίσιο αυτό είναι δυνατόν να επιτευχθούν ευκολότερα και με οικείο για τους μαθητές τρόπο, βασικοί στόχοι του προγράμματος της ΣΚΖ. Τέτοιοι στόχοι είναι η ανάπτυξη ικανοτήτων συνεργασίας, επικοινωνίας, κοινωνικής αλληλεπίδρασης, και η ανάπτυξη κριτικής στάσης απέναντι στην πληροφόρηση, τα μέσα, τη διαφήμιση κ.ά.

Στην κατεύθυνση αυτή αναπτύσσονται δραστηριότητες άμεσα ή έμμεσα συνδεδεμένες με τις προτεινόμενες στις προηγούμενες θεματικές ενότητες αλλά και άλλες με μεγαλύτερη αυτονομία, οι οποίες αξιοποιούν λογισμικά και υπηρεσίες του web 2.0. Δεν αναφερόμαστε εδώ στη μάθηση για τη χρήση των μέσων αλλά στην ποιοτική, κριτική και ασφαλή χρήση και αξιοποίησή τους, με στόχο τη γνωστική, κοινωνική, συναισθηματική εξέλιξη του μαθητή. Τα μέσα που είναι δυνατόν αν χρησιμοποιηθούν είναι ο υπολογιστής, με δυνατότητα συνδυασμού (ή όχι) με το διαδραστικό πίνακα, και κάθε άλλο ψηφιακό μέσο που υπάρχει στη σχολική μονάδα. Προϋπόθεση είναι να μπορούν να υποστηρίξουν τη συνεργασία και την επικοινωνία, να είναι πολυμεσικά (να μπορούν να διακινούν πληροφορία μέσω

εικόνας/video, ήχου, κειμένου) και να μπορούν να χρησιμοποιηθούν διαδικτυακά ως εργαλεία ψυχαγωγίας, κοινωνικής αλληλεπίδρασης, αναζήτησης πληροφορίας, μάθησης. Ο εκπαιδευτικός επιλέγει κάθε φορά τα κατάλληλα μέσα που θα τον διευκολύνουν στην επίτευξη των επιμέρους στόχων του. Οι μαθητές με ενεργητικές, συμμετοχικές, βιωματικές προσεγγίσεις, έχουν περιορισμένη δυνατότητα και ελεγχόμενη χρήση των εργαλείων του διαδικτύου. Την τελική ευθύνη της πρόσβασης στο διαδίκτυο έχει ο εκπαιδευτικός που αναλαμβάνει την προετοιμασία και την παρακολούθηση της διαδικασίας για την διαδικτυακή περιήγηση, την αξιοποίηση των (δικτυακών και μη) πόρων και την ανάρτηση πληροφοριών.

Τα Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα (ΠΜΑ) από την αξιοποίηση των ΤΠΕ είναι συνδεδεμένα με εκείνα τα οποία αναφέρονται στις θεματικές ενότητες στο Πρόγραμμα Σπουδών της ΣΚΖ σε συνδυασμό με τους ειδικότερους στόχους για κάθε ηλικιακή ομάδα. Οι προτεινόμενες δραστηριότητες είναι ενδεικτικές και μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε μια οριζόντια σύνδεση με όλες σχεδόν τις θεματικές ενότητες του ΠΣ με τις κατάλληλες προσθήκες και τροποποιήσεις. Στα βασικά θέματα αναφέρονται πολλές έννοιες οι οποίες είναι «δανεικές» από τις άλλες θεματικές ενότητες για να αναδειχθεί η τομή τους. Επίσης μπορούν να συνδεθούν με άλλα γνωστικά αντικείμενα του Προγράμματος Σπουδών στα οποία αξιοποιούνται τα ίδια διδακτικά εργαλεία.

Η ένταξη των ΤΠΕ στη ΣΚΖ για τους μαθητές του δημοτικού σχολείου, μπορεί να συνδυαστεί με τους σκοπούς των μαθήματος των ΤΠΕ. Η χρήση των ψηφιακών μέσων προϋποθέτει απλές γνώσεις από τους μαθητές, οι οποίες όταν δεν είναι δεδομένες- μπορούν να αποκτηθούν με βιωματικό τρόπο την ώρα του μαθήματος. Αυτό προϋποθέτει ότι ο εκπαιδευτικός θα έχει τουλάχιστον τις βασικές γνώσεις χρήσης των εργαλείων που πρόκειται να χρησιμοποιήσει. Ειδικότερα, η αξιοποίηση των ΤΠΕ στην πρώτη ηλικιακή ομάδα γίνεται με το δάσκαλο να έχει τον πλήρη λειτουργικό έλεγχο των μέσων τα οποία θα αξιοποιηθούν. Οι δραστηριότητες αφορούν δεξιότητες επικοινωνίας (ομιλία, ακρόαση, ανάγνωση, προφορικό διάλογο), συνεργασίας με παιγνιώδη τρόπο και ευαισθητοποίησης σε αξίες και συμπεριφορές. Τα μέσα αφορούν περιβάλλοντα προβολής πολυμέσων, δημιουργικής ζωγραφικής και παιχνιδιών στον υπολογιστή. Για τους μεγαλύτερους μαθητές της δεύτερης ηλικιακής ομάδας) τον έλεγχο των μέσων έχει και πάλι ο δάσκαλος αλλά χρησιμοποιούνται και άλλα περιβάλλοντα του web 2.0, εργαλεία γραπτής και προφορικής επικοινωνίας. Οι μαθητές πληκτρολογούν και κοινοποιούν κείμενα, δημιουργούν και μοιράζονται πολυμέσα, χρησιμοποιούν περιβάλλοντα συνεργασίας. Συμμετέχουν σε παιγνίδια ρόλων έχοντας μερικό έλεγχο των μέσων ή αξιοποιούν τα εργαλεία που δημιούργησε και ελέγχει ο δάσκαλος τους. Οι μαθητές δε μαθαίνουν να δημιουργούν περιβάλλοντα συνεργασίας ή κοινωνικής δικτύωσης αλλά αξιοποιούν έτοιμα, για να ευαισθητοποιηθούν στη σωστή και ασφαλή χρήση τους.

Η ένταξη των ΤΠΕ στη ΣΚΖ για τους μαθητές του Γυμνασίου αξιοποιεί τις γνώσεις που έχουν από το μάθημα της Πληροφορικής και μπορούν να εμπλακούν σε περισσότερες δραστηριότητες με τους περιοριστικούς όρους που ήδη αναφέρθηκαν, με βασικό προσανατολισμό στην ανάπτυξη μιας άλλης οπτικής (ασφαλούς, κριτικής) προς τα μέσα που ήδη χρησιμοποιούν στην καθημερινότητά τους εντός και εκτός σχολείου.

Ο σκοπός και τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα είναι κοινά για όλες τις ηλικιακές ομάδες. Εκείνο που μεταβάλλεται είναι τα μέσα που θα αξιοποιηθούν και οι βαθμοί ελευθερίας στη χρήση τους.

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**  
**Υποενότητα: «ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ», Α΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ</b> (ΠΜΑ 1,2,3,4) [επικοινωνώ με σύγχρονα και ασύγχρονα μέσα: βλέπω και ακούω τους άλλους, ανταλλάσσω πληροφορίες, εκφράζω απόψεις σε άλλους και ακούω τις δικές τους, αναζητώ βοήθεια, ξεπερνάω δυσκολίες]</p> <p><b>ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ</b> (ΠΜΑ 3,4) [Ανήκω σε ομάδα, έχω δικαιώματα και υποχρεώσεις, η συμπεριφορά μου καθορίζεται εν μέρει από την ομάδα που ανήκω, συναποφασίζω, υποχωρώ και προτείνω, σέβομαι την απόφαση της ομάδας, εκφράζω την άποψή μου και τις επιθυμίες μου, εντοπίζω τις ομοιότητες και τις διαφορές μου με τους άλλους]</p> <p><b>ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 1,3,4) [Ασφάλεια πληροφοριών, προσωπικά δεδομένα, διαφορετικότητα, πνευματικά δικαιώματα, προστασία από</p>	<p>Οι μαθητές/τριες:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να ενημερωθούν για τους τρόπους και κανόνες ασφαλούς χρήσης του υπολογιστή (σωματική υγεία, προσωπικά δεδομένα)</li> <li>2. Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα ασφαλούς επικοινωνίας με την αξιοποίηση σύγχρονων και ασύγχρονων μέσων.</li> <li>3. Να αναπτύξουν ικανότητες συνεργασίας με τους άλλους μαθητές στο ίδιο ή σε διαφορετικό σχολείο.</li> <li>4. Να μάθουν να διαχειρίζονται μαθησιακές και άλλες καταστάσεις μέσα από συνεργατικές δραστηριότητες έκφρασης και δημιουργίας.</li> </ol>	<p>Οι μαθητές με την αξιοποίηση εργαλείων του υπολογιστή και υπηρεσιών του διαδικτύου προσεγγίζουν θέματα που αφορούν την επικοινωνία, τη συνεργασία, την πληροφόρηση και την ασφάλεια στη χρήση των σύγχρονων Τεχνολογικών μέσων δικτύωσης.</p> <p><b>1η δραστηριότητα</b> Επικοινωνία σε τοπικό ή δικτυακό επίπεδο: Οι μαθητές συνεργάζονται σε μικρές ομάδες για να επικοινωνήσουν με τις άλλες ομάδες στο ίδιο σχολείο ή σε σχολείο άλλης περιοχής. Σκοπός να ανταλλάξουν απόψεις και ιδέες σε ένα θέμα μελέτης. Η καταγραφή των απόψεων μπορεί να γίνει με τη βοήθεια ενός κειμενογράφου από το δάσκαλο. Το αποτέλεσμα ανακοινώνεται στην ολομέλεια της τάξης και στέλνεται στους απομακρυσμένους συνεργάτες. Ο δάσκαλος ευαισθητοποιεί τους μαθητές του σχετικά με το περιεχόμενο της ανακοίνωσης (ασφάλεια δεδομένων).</p> <p><b>2η δραστηριότητα</b> Ανακαλύψτε το συνομιλητή σας σε επικοινωνία μέσω διαδικτύου: Οι μαθητές χωρίζονται σε μικρές ομάδες και ανταλλάσσουν σύγχρονα μηνύματα χωρίς να γνωρίζουν τον αποδέκτη. Το παιχνίδι προβλέπει οι ομάδες με κατάλληλες ερωτήσεις να ανακαλύψουν ποιος κρύβεται πίσω από το ψευδώνυμο με το οποίο παρουσιάζεται στο</p>	<p>Διαδραστικός πίνακας. Σύνδεση με το διαδίκτυο Εργαλείο σύγχρονης επικοινωνίας (π.χ. Skype). Κειμενογράφος. Εκπαιδευτικά λογισμικά πολυμέσων για τα διάφορα γνωστικά αντικείμενα. Εκπαιδευτικά λογισμικά ελεύθερης δημιουργίας (π.χ. πρόγραμμα ζωγραφικής ή Microworld pro)</p>

<p>κακόβουλες καταστάσεις, κίνδυνοι στο διαδίκτυο, ανακοίνωση και διάδοση πληροφοριών, υποχρεώσεις και δικαιώματα στη διακίνηση πληροφοριών]</p> <p><b>ΜΑΘΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 3,4) [Παίζω και μαθαίνω, οργανώνω και ταξινομώ, αναπτύσσω ικανότητες, περιγράφω, συμπεραίνω, αξιολογώ, εκφράζομαι, βρίσκω τι μου αρέσει και τι με δυσκολεύει, μαθαίνω στοιχεία για τον εαυτό μου]</p>		<p>υπολογιστή. (αξιοποίηση εργαλείου σύγχρονης επικοινωνίας). Η δραστηριότητα μπορεί να επεκταθεί σε σύνδεση μεταξύ σχολείων σε διαφορετικές περιοχές ή νομούς της χώρας.</p> <p><b>3η δραστηριότητα</b> Δημιουργική συνεργασία Οι μαθητές με τη βοήθεια του δασκάλου αξιοποιούν κατάλληλο λογισμικό για να δημιουργήσουν εικόνες που δίνουν πληροφορίες σχετικά με ένα θέμα μελέτης. Οι εικόνες αποθηκεύονται σε ψηφιακό μέσο και αναρτώνται σε ένα ιστότοπο ή ιστολόγιο που έχει ήδη δημιουργηθεί από τον δάσκαλο. Στη συνέχεια οι ομάδες των μαθητών, με τη βοήθεια του διαδικτύου, μελετούν τις εικόνες των άλλων και σχολιάζουν τις πληροφορίες που περιέχονται σε αυτές σχετικά με το θέμα. Στη συνέχεια παρουσιάζουν τις πληροφορίες τους στην ολομέλεια της τάξης. Ο δάσκαλος ευαισθητοποιεί τους μαθητές για πληροφορίες που πρέπει να κοινοποιούνται στους άλλους. Η συνεργασία μπορεί να γίνει και με μαθητές απομακρυσμένων σχολείων οπότε μπορεί να γίνει ανταλλαγή απόψεων για τοπικά κοινωνικά ή άλλα θέματα.</p>	
--	--	--	--

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**  
**Υποενότητα: «ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ» , Β΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ</b> (ΠΜΑ 2,3,5,6) [επικοινωνώ με σύγχρονα και ασύγχρονα μέσα: βλέπω και ακούω τους άλλους, ανταλλάσσω πληροφορίες, εκφράζω απόψεις σε άλλους και ακούω τις δικές τους, αναζητώ βοήθεια, ξεπερνώ δυσκολίες]</p> <p><b>ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ</b> (ΠΜΑ 2,3,4,5,6) [Ανήκω σε ομάδα, έχω δικαιώματα και υποχρεώσεις, η συμπεριφορά μου καθορίζεται εν μέρει από την ομάδα που ανήκω, συναποφασίζω, υποχωρώ και προτείνω, σέβομαι την απόφαση της ομάδας, εκφράζω την άποψή μου και τις επιθυμίες μου, μαθαίνω τις ομοιότητες και τις διαφορές μου με τους άλλους]</p>	<p>Οι μαθητές/τριες να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να ενημερωθούν για τους τρόπους και κανόνες ασφαλούς χρήσης του υπολογιστή (σωματική υγεία, προσωπικά δεδομένα, κίνδυνοι από τα ηλεκτρονικά παιχνίδια).</li> <li>2. Να αναγνωρίζουν τα μέσα σύγχρονης και ασύγχρονης επικοινωνίας και τους τρόπους αξιοποίησής τους.</li> <li>3. Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα ασφαλούς επικοινωνίας με την αξιοποίηση σύγχρονων και ασύγχρονων μέσων. Να αναγνωρίζουν τα περιβάλλοντα συνεργασίας στον υπολογιστή</li> <li>4. Να αναπτύξουν ικανότητες συνεργασίας με τους άλλους μαθητές στο ίδιο ή σε διαφορετικό σχολείο</li> <li>5. Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα συμπεριφοράς στο διαδίκτυο (ασφάλεια</li> </ol>	<p>Οι μαθητές με την αξιοποίηση εργαλείων του υπολογιστή και υπηρεσιών του διαδικτύου προσεγγίζουν θέματα που αφορούν την επικοινωνία, τη συνεργασία, την πληροφόρηση και την Ασφάλεια στη χρήση των σύγχρονων Τεχνολογικών μέσων δικτύωσης. Οι δραστηριότητες υλοποιούνται με τον έλεγχο των μέσων να κατέχει ο δάσκαλος.</p> <p><b>1<sup>η</sup> δραστηριότητα: Επικοινωνία σε τοπικό ή δικτυακό επίπεδο:</b> Οι μαθητές συνεργάζονται σε μικρές ομάδες για να συγκεντρώσουν τις απόψεις τους σε ένα θέμα μελέτης. Στη συνέχεια με τη χρήση εργαλείου σύγχρονης επικοινωνίας συνεργάζονται με τις άλλες ομάδες στο ίδιο σχολείο (ή με σχολείο άλλης περιοχής) για να ανταλλάξουν απόψεις και ιδέες στο ίδιο θέμα. Η καταγραφή των απόψεων μπορεί να γίνει με τη βοήθεια ενός κειμενογράφου. Το αποτέλεσμα ανακοινώνεται στην ολομέλεια της τάξης με ανάρτηση ανακοίνωσης σε ιστολόγιο και στέλνεται στους απομακρυσμένους συνεργάτες. Ο δάσκαλος ευαισθητοποιεί τους μαθητές του σχετικά με το περιεχόμενο της ανακοίνωσης (περιεχόμενο και ασφάλεια δεδομένων).</p> <p><b>2<sup>η</sup> δραστηριότητα: Ανακαλύψτε το συνομιλητή σας σε επικοινωνία μέσω διαδικτύου:</b> Οι μαθητές χωρίζονται σε μικρές ομάδες και ανταλλάσσουν σύγχρονα μηνύματα χωρίς να γνωρίζουν τον αποδέκτη. Το παιχνίδι προβλέπει οι ομάδες με κατάλληλες ερωτήσεις να ανακαλύψουν ποιος κρύβεται πίσω από το ψευδώνυμο που παρουσιάζεται στο υπολογιστή. (αξιοποίηση εργαλείου σύγχρονης επικοινωνίας). Η δραστηριότητα μπορεί να επεκταθεί σε σύνδεση μεταξύ σχολείων σε διαφορετικές περιοχές ή νομούς της χώρας.</p> <p><b>3<sup>η</sup> δραστηριότητα: Αναζήτηση και κοινοποίηση πληροφοριών.</b> Οι μαθητές με τη βοήθεια του δασκάλου αξιοποιούν κατάλληλο λογισμικό πολυμέσων για να αντλήσουν εικόνες και πληροφορίες σχετικά με το θέμα μελέτης. Οι πληροφορίες συμπληρώνονται με την αξιοποίηση</p>	<p>Διαδραστικός πίνακας. Σύνδεση με το διαδίκτυο Εργαλείο σύγχρονης επικοινωνίας (π.χ. Skype). Κειμενογράφος. Μηχανή αναζήτησης πληροφοριών (π.χ. google) Εκπαιδευτικά λογισμικά πολυμέσων για τα διάφορα γνωστικά αντικείμενα. Εκπαιδευτικά λογισμικά ελεύθερης δημιουργίας (π.χ. Microworld pro)</p>

<p><b>ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 1,3,6) [Ασφάλεια πληροφοριών, προσωπικά δεδομένα, διαφορετικότητα, πνευματικά δικαιώματα, προστασία από κακόβουλες καταστάσεις, κίνδυνοι στο διαδίκτυο, ανακοίνωση και διάδοση πληροφοριών, υποχρεώσεις και δικαιώματα στη διακίνηση πληροφοριών]</p> <p><b>ΜΑΘΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 3,5,6) Παίζω και μαθαίνω, οργανώνω και ταξινομώ, αναπτύσσω ικανότητες, περιγράφω, συμπεραίνω, αξιολογώ, εκφράζομαι, βρίσκω τι μου αρέσει και τι με δυσκολεύει, μαθαίνω στοιχεία για τον εαυτό μου]</p>	<p>πληροφοριών, συμπεριφοράς προς τρίτους, πνευματικά δικαιώματα, προστασίας από κακόβουλες καταστάσεις, κινδύνων από την κοινωνική δικτύωση, συνεπειών μηνυμάτων και δημοσιεύσεων)</p>	<p>ηλεκτρονικής εγκυκλοπαίδειας στο διαδίκτυο τύπου Wikipedia ή προβολή επιλεγμένων βίντεο.</p> <p>Οι μαθητές συζητούν για τις πληροφορίες που έχουν συλλέξει και με τη βοήθεια του δασκάλου αποφασίζουν για την πληρότητα και την ακρίβεια των πληροφοριών αυτών αλλά και για την κοινοποίησή τους σε άλλους.</p> <p><b>4<sup>η</sup> δραστηριότητα: Κοινοποίηση προσωπικών δεδομένων.</b> Ο δάσκαλος ετοιμάζει μια φόρμα συμπλήρωσης (π.χ. google έγγραφα) προσωπικών δεδομένων για τη συμμετοχή σε ένα διαγωνισμό. Το έγγραφο έχει και μερικές ερωτήσεις προσωπικού ενδιαφέροντος. Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες και συμπληρώνουν το έγγραφο μέσω διαδικτύου. Ο δάσκαλος παρουσιάζει τα αποτελέσματα του διαγωνισμού. Ακολουθεί συζήτηση που ευαισθητοποιεί τους μαθητές για πληροφορίες που παραπλανούν το χρήστη του διαδικτύου και συμπεραίνουν ότι δεν πρέπει να δίνουν ποτέ τα προσωπικά τους στοιχεία σε φόρμες στο διαδίκτυο εκτός και αν είναι απόλυτα ελεγμένη η περιοχή.</p> <p><b>5<sup>η</sup> δραστηριότητα: Συνεργασία στην παραγωγή κειμένου.</b> Ο δάσκαλος ετοιμάζει έγγραφο γραπτής συνεργασίας (google έγγραφα) και δίνει την άδεια για την από κοινού εργασία στις ομάδες των μαθητών. (οι κωδικοί παραμένουν στον δάσκαλο). Οι μαθητές αποφασίζουν για τον τίτλο του εγγράφου και γράφουν το περιεχόμενό του. Στη συνέχεια το κοινοποιούν στις άλλες ομάδες. Ο δάσκαλος ελέγχει τα έγγραφα για τυχόν προσωπικά ή προσβλητικά δεδομένα επισημαίνοντας τους κινδύνους.</p> <p><b>6<sup>η</sup> δραστηριότητα: Αναζήτηση και αξιολόγηση πληροφοριών.</b> Οι μαθητές με τη βοήθεια του δασκάλου αξιοποιούν τις υπηρεσίες του διαδικτύου για να αντλήσουν εικόνες και να απαντήσουν σε ερωτήσεις σχετικές με ένα θέμα μελέτης (για παράδειγμα ως αρχή οι μαθητές να αναζητήσουν πληροφορίες για τη θέση του σπιτιού τους όπως χάρτες, φωτογραφίες κ.α.). Οι μαθητές συζητούν για τις πληροφορίες που έχουν συλλέξει και με τη βοήθεια του δασκάλου αποφασίζουν για την πληρότητα και την ακρίβεια. Ο δάσκαλος ευαισθητοποιεί τους μαθητές για πληροφορίες που πρέπει να μοιράσουν στους άλλους αλλά και για το περιεχόμενο αυτών των πληροφοριών.</p>	
---	---	--	--

## Διδακτικό μαθησιακό αντικείμενο: Φυσική Αγωγή

**1. Πρόγραμμα Σπουδών ανά Σκοπό: Τάξεις Α-Β-Γ**

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 1-Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτές.**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<b>Στόχος 1:</b> Ανάπτυξη κινητικών εννοιών.	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να χρησιμοποιούν κινητικές έννοιες, διαφορετικές θέσεις, σχήματα σώματος σε στάση ή σε κίνηση, διαφορετικές κατευθύνσεις, τροχιές και επίπεδα, προσαρμόζοντας την ταχύτητα, τη δύναμη και τη ροή σε μεταβαλλόμενες συνθήκες.	Καθώς κινούνται, μπορούν να αλλάξουν τροχιά (π.χ. ζγκ-ζαγκ, ευθεία, καμπύλη κά), προσαρμόζοντας την προσπάθειά τους σε μεταβαλλόμενες συνθήκες (π.χ. με διαφορετική ταχύτητα κάθε φορά).	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Παρακολουθούν εάν τα παιδιά κινούνται σύμφωνα με τις οδηγίες, ακολουθώντας τις καθορισμένες τροχιές, χωρίς να χάνουν την ισορροπία τους.</li> <li>➤ Επισημαίνουν τα σημεία-κλειδιά της σωστής εκτέλεσης.</li> <li>➤ Δίνουν επιπλέον ανατροφοδότηση και βοηθούν τα παιδιά, όποτε είναι απαραίτητο.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να κινούνται σε διαφορετικές κατευθύνσεις με αλλαγές στην ταχύτητα, τη δύναμη και τη ροή και να χρησιμοποιούν διαφορετικά σχήματα, θέσεις σώματος, χωρίς απώλεια ισορροπίας ή παρεμπόδιση της κίνησης άλλων.	Καθώς κινούνται σε διαφορετικές κατευθύνσεις και με μεταβαλλόμενες συνθήκες, μπορούν να χρησιμοποιούν διαφορετικά σχήματα (π.χ. στενό, φαρδύ, συμμετρικό, ασύμμετρο κά) ή θέσεις σώματος, χωρίς να χάνουν την ισορροπία τους και δίχως να παραβιάζουν τον προσωπικό τους χώρο κίνησης.	



	<b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Χρησιμοποιούν διαφορετικούς τρόπους κίνησης του σώματος και εκτελούν ικανοποιητικά περιστροφικές δεξιότητες, δεξιότητες ανάστροφης στήριξης, χρησιμοποιώντας κατάλληλα τις κινητικές έννοιες.	Καθώς κινούνται με διαφορετικούς τρόπους (π.χ. κίνηση ανόδου/καθόδου του σώματος), μπορούν να εκτελούν ικανοποιητικά δεξιότητες, όπως περιστροφικές και ανάστροφης στήριξης, χρησιμοποιώντας τις κινητικές έννοιες. Για παράδειγμα, εκτελούν κυβίστηση, έχοντας διαφορετικές αρχικές και τελικές θέσεις σώματος.	
<b>Στόχος 2:</b> Ανάπτυξη δεξιοτήτων ισορροπίας.	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να εκτελούν δεξιότητες ισορροπίας στο έδαφος ή σε διάφορα όργανα, αντικείμενα, με διαφορετικά μέρη και αριθμό μερών του σώματος.	Εκτελούν ικανοποιητικά δεξιότητες ισορροπίας (π.χ. αναρρίχηση, στήριξη με διαφορετικά μέρη του σώματος, έκταση, αιώρηση, ώθηση, έλξη, δίπλωση, στροφή, κάμψη, άρση, ρολάρισμα σώματος κά).	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Κινούνται διαρκώς ανάμεσα στα παιδιά και δίνουν θετική ανατροφοδότηση.</li> <li>➤ Μιλούν στα παιδιά για τη βάση στήριξης (π.χ. μεγαλύτερη βάση στήριξης=καλύτερη ισορροπία κά).</li> <li>➤ Καλλιεργούν τη φαντασία των παιδιών, παρακινώντας τα κατά την εξάσκηση (π.χ. βρίσκεστε σε ένα ψηλό δένδρο και στέκεστε όπως ένα πούμα κά).</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν την ατομική και συνεργατική προσπάθεια.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να εκτελούν δεξιότητες ισορροπίας στο έδαφος ή σε όργανα, παρουσιάζοντας ανεπτυγμένα πρότυπα.	Εκτελούν δεξιότητες ισορροπίας στο έδαφος ή/και σε όργανα. Για παράδειγμα, περπατούν σε χαμηλή δοκό ισορροπίας, έχοντας διαφορετικές αρχικές και τελικές θέσεις σώματος.	
	<b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να εκτελούν ικανοποιητικά δεξιότητες ισορροπίας σε διάφορα όργανα, παρουσιάζοντας ανεπτυγμένα πρότυπα και κινούμενα ομαλά από μία θέση ισορροπίας σε άλλη.	Εκτελούν δεξιότητες ισορροπίας στο έδαφος ή/και σε όργανα, μεταβάλλοντας τη θέση ισορροπίας τους και μεταφέροντας το βάρος σε διαφορετικά μέρη σώματος μέχρι τη λήξη της δραστηριότητας. Για παράδειγμα, εκτελούν «αεροπλανάκι» και μπορούν να αλλάξουν σημείο στήριξης (δεξί, αριστερό πόδι).	
<b>Στόχος 3:</b> Ανάπτυξη δεξιοτήτων μετακίνησης.	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να εκτελούν δεξιότητες μετακίνησης (βάδισμα, τρέξιμο, πλάγια μετατόπιση), παρουσιάζοντας ανεπτυγμένα πρότυπα και να εκτελούν ικανοποιητικά την αναπήδηση, το άλμα, τον καλπασμό, την υπερπήδηση, τη	Εκτελούν βασικές δεξιότητες μετακίνησης και έχουν γνώση σημαντικών σημείων εκτέλεσης άλλων δεξιοτήτων μετακίνησης. Για παράδειγμα, τα παιδιά εξασκούνται σε ζευγάρια και εκτελούν αναπήδηση, με εναλλαγή ποδιών, μπροστά, δεξιά, αριστερά.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δίνουν έμφαση στην ορθότητα (ποιότητα) της εκτέλεσης και όχι στην ταχύτητά της.</li> <li>➤ Επαναλαμβάνουν συχνά λέξεις σωστής ορολογίας (π.χ. μετατόπιση, καλπασμός, αναπήδηση κά), για την εκμάθηση των όρων από τα παιδιά.</li> </ul>

	στροφή και την αναπήδηση με εναλλαγή ποδιών.		
	<b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να εκτελούν δεξιότητες μετακίνησης (βάδισμα, τρέξιμο, πλάγια μετατόπιση, καλπασμό, άλμα, αναπήδηση, υπερπήδηση, αναπήδηση με εναλλαγή ποδιών), παρουσιάζοντας ανεπτυγμένα πρότυπα.	Εκτελούν ασκήσεις καταγεγραμμένες σε κάρτες που έχουν διαφορετικό χρώμα, ανάλογα με το βαθμό δυσκολίας των δραστηριοτήτων ( π.χ. λευκή κάρτα: γρήγορο βάδισμα πάνω σε γραμμή 20μ., 10 στατικές αναπηδήσεις (Δ), 10 στατικές αναπηδήσεις (Α), 15μ. καλπασμό με το κυρίαρχο πόδι, κίτρινη κάρτα: 15μ. καλπασμό με το μη κυρίαρχο πόδι, 15μ. αναπηδήσεις (Δ), 15μ. αναπηδήσεις (Α), τρέξιμο 20μ., Κόκκινη κάρτα: αναπηδήσεις με εναλλαγή των ποδιών στην πλάγια γραμμή του γηπέδου καλαθοσφαίρισης).	
	Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Γ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.		
<b>Στόχος 4:</b> Ανάπτυξη δεξιοτήτων χειρισμού.	<b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Να εκτελούν (σε αρχικό στάδιο) το λάκτισμα, το σταμάτημα μπάλας, το κύλισμα μπάλας, τη ρίψη με κίνηση του χεριού από πάνω και από κάτω, την υποδοχή και το χτύπημα με μικρό ή μεγαλύτερο αντικείμενο.	Βρίσκονται ελεύθερα στο χώρο και αρχικά, μιμούνται την κίνηση της ρίψης με ένα χέρι χωρίς να κρατούν τίποτα. Στη συνέχεια, εκτελούν την ίδια κίνηση με ένα μπαλάκι.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Επιδεικνύουν και δίνουν ανατροφοδότηση κάθε φορά που παρατηρούν λανθασμένο πρότυπο εκτέλεσης.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τους πιο «ικανούς» να βοηθούν τους λιγότερο «ικανούς», δίνοντας ανατροφοδότηση και θετικά σχόλια.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να εκτελούν ικανοποιητικά το λάκτισμα με το κυρίαρχο και μη κυρίαρχο κάτω άκρο, χρησιμοποιώντας το εσωτερικό ή το άνω μέρος του πέλματος, την ντρίμπλα και το σταμάτημα της μπάλας, τη ρίψη με κίνηση του χεριού από πάνω, την υποδοχή, το χτύπημα της μπάλας με μικρά και μεγάλα αντικείμενα και την ντρίμπλα με το άνω άκρο (δεξί και αριστερό).</p>	<p>Εκτελούν ντρίμπλα και λάκτισμα με δεξί, αριστερό πόδι, εναλλάξ. Παρόμοια, τα παιδιά σε ζευγάρια, μοιρασμένα στο χώρο, το ένα κρατάει το σκορ (π.χ. πόσα γκολ) και το άλλο εκτελεί. Δίνουν μεταξύ τους ανατροφοδότηση για την εκτέλεση (βάσει καρτέλας κριτηρίων με φωτογραφίες/σκίτσα).</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να εκτελούν με τα κάτω άκρα (παρουσιάζουν ανεπτυγμένο πρότυπο) ντρίμπλα, σταμάτημα, λάκτισμα μπάλας και πάσα, όταν η μπάλα κινείται με μικρή ταχύτητα, ενώ με τα άνω άκρα εκτελούν ικανοποιητικά σουτ από στατική θέση.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Γ' τάξη):</b> Να εκτελούν (παρουσιάζουν ανεπτυγμένο πρότυπο) με τα άνω άκρα, ρίψη με κίνηση του χεριού από πάνω, πάσα, ντρίμπλα, χτύπημα της μπάλας με μικρά και μεγάλα όργανα, κύλισμα μπάλας.</p>	<p>Εκτελούν προχωρητική ντρίμπλα με το ένα χέρι και επιστρέφουν με το άλλο. Στη συνέχεια, με σήμα και οδηγίες του διδάσκοντα, αλλάζουν κατεύθυνση (π.χ. μπρος, πλάι, δεξιά) ή/και τροχιά (π.χ. ευθεία, ζιγκ-ζαγκ κά) και μετακινούνται με διαφορετική ταχύτητα.</p> <p>Κάθε ομάδα παιδιών έχει από μία μπάλα mini basket. Τα παιδιά κάθε ομάδας κάνουν μεταξύ τους διαδοχικές πάσες. Ο κεντρικός παίχτης προσπαθεί να σταματήσει τη μπάλα. Αν το πετύχει, αλλάζει θέση με το παιδί που ακούμπησε τη μπάλα τελευταίο.</p>	

<b>Στόχος 5:</b> Συνδυασμός βασικών κινητικών δεξιοτήτων.	<b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Να εκτελούν ικανοποιητικά συνδυασμούς δεξιοτήτων ισορροπίας- μετακίνησης και συνδυασμούς δεξιοτήτων ισορροπίας- χειρισμού.	Τρέχουν και σταματούν γρήγορα, αλλάζουν κατεύθυνση, εκτελώντας προσποίηση για να αποφύγουν ή να «πιάσουν» κάποιον. Τα παιδιά, χωρισμένα σε ζευγάρια, εκτελούν πάσα με μικρή μπάλα σε ένα κινούμενο συνασκούμενο.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Αφήνουν χρόνο στα παιδιά να πειραματιστούν με την κίνηση.</li> <li>➤ Επιβραβεύουν τη δημιουργικότητα και τη φαντασία τους.</li> <li>➤ Κινούνται διαρκώς μεταξύ των παιδιών και δίνουν ανατροφοδότηση για την ποιότητα εκτέλεσης.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να μπορούν να συνδυάζουν δεξιότητες και να εκτελούν (παρουσιάζουν ανεπτυγμένα κινητικά πρότυπα) ρουτίνα με δεξιότητες μετακίνησης- χειρισμού και μετακίνησης-ισορροπίας.	Κινούνται , το κάθε ένα με τη σειρά του, σε μία «διαδρομή πρόκλησης» που έχει σχεδιάσει ο διδάσκων με δεξιότητες μετακίνησης και ισορροπίας (π.χ. πέρασμα μέσα από κάθετα στο έδαφος στεφάνια, βάδισμα πάνω σε χαμηλό πάγκο, καλπασμός, πέρασμα πάνω από «εμπόδια», περπάτημα στα τέσσερα).	
	<b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Να μπορούν να κινούνται με αποτελεσματικότητα, σε διάφορους ρυθμούς, συνδυάζοντας δεξιότητες ισορροπίας, μετακίνησης και χειρισμού.	Περνούν επάνω από στεφάνια που είναι τοποθετημένα στο έδαφος, εκτελώντας υπερπήδηση, προσγείωση και ισορροπία της αρεσκείας τους.	

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 2- Απόκτηση γνώσεων από την αθλητική επιστήμη και παράλληλη εφαρμογή τους για την αποτελεσματική συμμετοχή σε παρούσες και μελλοντικές συνθήκες φυσικής δραστηριότητας (ΦΔ).**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕ ΝΑ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά...	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<b>Στόχος 1:</b> Γνώση και εφαρμογή κινητικών εννοιών.	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να γνωρίζουν το σώμα τους και να επιδεικνύουν γνώσεις για το χώρο, τις έννοιες της προσπάθειας και των σχέσεων κατά την εκτέλεση των κινητικών δεξιοτήτων, με ή χωρίς αντικείμενα, και να μπορούν να συγκρίνουν ανάλογα τις δεξιότητες.	Γνωρίζουν ότι οι κινητικές δεξιότητες εκτελούνται σε διαφορετικές κατευθύνσεις, επίπεδα και τροχιές, με διαφορετική δύναμη, ταχύτητα και ροή, με ή χωρίς αντικείμενα/συμμαθητές και μπορούν να συγκρίνουν τις δεξιότητες μεταξύ τους. Για παράδειγμα, αναφέρουν τις ομοιότητες και τις διαφορές του καλπασμού και της αναπήδησης με εναλλαγή ποδιών, βάσει του επιπέδου στο οποίο εκτελούνται (χαμηλό, μεσαίο, υψηλό).	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συζητούν με τα παιδιά για την ποικιλία και τις δυνατότητες εξάσκησης των διαφόρων δεξιοτήτων (π.χ. σε διαφορετικά επίπεδα, κατευθύνσεις κ.ά) σε σχέση με την προσπάθεια διατήρησης της ισορροπίας του σώματος.</li> <li>➤ Ζητούν από τα παιδιά να επιδείξουν τις έννοιες που διδάχθηκαν στους φίλους τους.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να ονομάζουν και να κινούν τα μέρη του σώματος τους, με το σήμα του διδάσκοντα. Να ξεχωρίζουν το είδος των δεξιοτήτων που εκτελεί ένας συμμαθητής τους και να αναγνωρίζουν ίδιες κινητικές έννοιες σε διαφορετικές δεξιότητες.	Στέκονται, σε ζευγάρια, το ένα απέναντι από το άλλο. Το ένα παιδί κάνει μια κίνηση (π.χ. αγγίζει με το αριστερό του χέρι το δεξί του γόνατο) και το άλλο την αντιγράφει («καθρέπτης»). Κάθε τρεις φορές αλλάζουν ρόλους.	

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να γνωρίζουν και να χρησιμοποιούν διαφορετικά επίπεδα, κατευθύνσεις και έννοιες που σχετίζονται με την ισορροπία, κατά την εκτέλεση μίας ρουτίνας κινητικών δεξιοτήτων.</p>	<p>Εκτελούν ρουτίνα από κάρτες που περιέχουν συγκεκριμένες δεξιότητες (π.χ. ισορροπία στο ένα πόδι, ρολάρισμα και τελείωμα σε θέση «λαγού» κά).</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Γνώση του τρόπου εκτέλεσης των βασικών δεξιοτήτων ισορροπίας, μετακίνησης, χειρισμού και των συνδυασμών τους.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να περιγράφουν τις δεξιότητες μετακίνησης και τα σημαντικά σημεία εκτέλεσης μίας ρουτίνας, τριών τουλάχιστον δεξιοτήτων μετακίνησης που εκτελεί ένας συμμαθητής τους.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Α' τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν και να εξηγούν τα σημαντικά σημεία εκτέλεσης ορισμένων δεξιοτήτων χειρισμού.</p>	<p>Επιλέγουν από έτοιμο κατάλογο, μία σειρά 2-3 δεξιοτήτων μετακίνησης. Αφού σκεφτούν μια «δική» τους ρουτίνα, την περιγράφουν και την παρουσιάζουν στους συμμαθητές τους.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Κατά την εκτέλεση των δραστηριοτήτων, ζητούν από τα παιδιά να περιγράφουν τα σημεία-κλειδιά εκτέλεσής τους.</li> <li>➤ Δίνουν συγκεκριμένη ανατροφοδότηση-διορθώσεις, για την εκτέλεση των δεξιοτήτων.</li> <li>➤ Σχεδιάζουν και αναρτούν στο χώρο εξάσκησης τα σημαντικά σημεία των δεξιοτήτων.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν ασκησιολόγιο με ποικιλία κινητικών ερεθισμάτων.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να γνωρίζουν τρία τουλάχιστον σημαντικά σημεία στην εκτέλεση δεξιοτήτων και να μπορούν να ξεχωρίζουν τα κατάλληλα όργανα εξάσκησης για να βελτιώσουν τις δεξιότητες χειρισμού.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Β' τάξη):</b> Να γνωρίζουν πώς να δημιουργούν απλή κινητική ρουτίνα, συνδυάζοντας δεξιότητες και τροποποιώντας τις κινητικές έννοιες και να τις εκτελούν χωρίς απώλεια ισορροπίας ή παρεμπόδιση της κίνησης των άλλων.</p>	<p>Οι μαθητές είναι χωρισμένοι σε ομάδες και ο διδάσκων δημιουργεί σταθμούς εργασίας, τοποθετώντας κώνους με καρτέλες δεξιοτήτων (π.χ. λάκτισμα, ντρίμπλα με το χέρι, υποδοχή με δύο χέρια σε χαμηλό επίπεδο, ρίψη από πάνω με ένα χέρι κ.ά) και σε κάθε σταθμό, αφήνει τον κατάλληλο εξοπλισμό για εξάσκηση. Οι ομάδες παιδιών κατανεμημένες στους σταθμούς, πρέπει να γράψουν σε μία καρτέλα τρία σημαντικά σημεία για την δεξιότητα κάθε σταθμού και μετά να την εκτελέσουν για 45". Με το σύνθημα αλλάζουν σταθμό.</p>	
--	---	--	--

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να γνωρίζουν πώς εκτελούνται οι δεξιότητες ισορροπίας, διαφοροποιώντας τη θέση του κέντρου βάρους σώματος, οι δεξιότητες μετακίνησης διαφοροποιώντας τη δύναμη, την ταχύτητα και τη ροή και οι δεξιότητες χειρισμού, διαφοροποιώντας παράγοντες βάρους και χρόνου.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Γ' τάξη):</b> Να κατανοούν ότι η δυσκολία χειρισμού αντικειμένων αυξάνεται ή μειώνεται, ανάλογα με το μέγεθός τους και ότι οι αλλαγές στην κατεύθυνσή τους (όταν τα χειρίζονται από στατική θέση) επιτυγχάνονται με αλλαγή στη θέση των μερών του σώματος ή/και του οργάνου.</p>	<p>Περνούν επάνω από διάφορα όργανα, που έχει τοποθετήσει ο διδάσκων στο έδαφος (π.χ. στεφάνια, σχοινάκια, κώνους κά), διαφοροποιώντας την εκτέλεση της κίνησης, ανάλογα με το πόσο μακριά, κοντά, ψηλά βρίσκονται ή/και πόσο αργά ή γρήγορα κινούνται.</p>	
<p><b>Στόχος 3:</b> Γνώση και εφαρμογή των αρχών ισορροπίας και κίνησης.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να γνωρίζουν και να εφαρμόζουν τις αρχές διατήρησης της ισορροπίας και τη σχέση της δύναμης με την ταχύτητα και με το εύρος κίνησης των μερών του σώματος.</p>	<p>Κρατούν ένα σακουλάκι και απαντούν σε ερωτήσεις του διδάσκοντα, όπως «μπορείτε να πάρετε διαφορετικές θέσεις ισορροπίας (όρθια θέση με δύο, ένα πόδια, γονάτιση, πάλι στην όρθια θέση κά), ενώ ταυτόχρονα ισορροπείτε το σακουλάκι;», «πότε είναι πιο εύκολο ή πιο δύσκολο να το ισορροπήσετε;» κά.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Αναφέρουν συνεχώς τις δεξιότητες με το όνομά τους (εκμάθηση ορολογίας).</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τα παιδιά να παρατηρούν προσεκτικά και να διορθώνουν τους συμμαθητές τους, όταν ασκούνται σε ζευγάρια ή ομαδικά.</li> </ul>



	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να χρησιμοποιούν τις έννοιες της μεταφοράς βάρους σε δεξιότητες ισορροπίας και μετακίνησης, καθώς και πολύ απλές επιθετικές και αμυντικές στρατηγικές-τακτικές σε εκπαιδευτικά παιχνίδια.</p>	<p>Τρέχουν ελεύθερα και ο διδάσκων φωνάζει ένα νούμερο (π.χ. 2, 1, 3). Τα παιδιά σταματούν και κάνουν στατική ισορροπία σε αντίστοιχο αριθμό σημείων στήριξης. Στη συνέχεια, ο διδάσκων διατυπώνει ερωτήσεις, όπως «έχετε πλατιά ή στενή βάση στήριξης;», «πότε ισορροπείτε ευκολότερα;», «τρέξτε αργά, είναι εύκολο;», «τώρα τρέξτε γρήγορα, είναι πιο δύσκολο;» κά.</p>	
	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Γ' τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>		
<p><b>Στόχος 4:</b> Έλεγχος της κίνησης (ανατροφοδότηση και διόρθωση).</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να χρησιμοποιούν την ανατροφοδότηση του διδάσκοντα, για να διορθώσουν τα λάθη τους.</p>	<p>Εκτελούν υπερπήδηση επάνω από σχοινάκια, εναλλάξ με δεξί και αριστερό πόδι. Με σήμα του διδάσκοντα, κάνουν αλλαγή ποδιού ώθησης. Ο διδάσκων έχει επιδείξει την υπερπήδηση πριν την έναρξη της δραστηριότητας και έχει τονίσει τα βασικά σημεία εκτέλεσης της δεξιότητας.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δίνουν συγκεκριμένη και περιεκτική ανατροφοδότηση με λέξεις-κλειδιά και στη συνέχεια, παρακολουθούν εάν τα παιδιά ακολουθούν τις διορθώσεις και προσπαθούν να βελτιωθούν.</li> <li>➤ Επιβραβεύουν τα παιδιά, ζευγάρια, ομάδες που χρησιμοποιούν καλές στρατηγικές.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τα παιδιά να σκέφτονται διάφορους τρόπους για να επιτύχουν το στόχο τους, καθώς και να ακούν τις οδηγίες και τις απόψεις των άλλων για να έχουν καλύτερο</li> </ul>
<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να χρησιμοποιούν την ανατροφοδότηση του διδάσκοντα ή συμμαθητή, για να βελτιώσουν την εκτέλεση.</p>	<p>Εκτελούν μία δεξιότητα, σε ζευγάρια (το ένα παιδί εκτελεί και το άλλο δίνει ανατροφοδότηση). Ο ασκούμενος εκτελεί δύο προσπάθειες και ο βοηθός παρατηρεί την εκτέλεση, συμπληρώνει το φύλλο ελέγχου και δίνει ανατροφοδότηση. Ο ασκούμενος εκτελεί πάλι και ο βοηθός ελέγχει αν η εκτέλεση βελτιώθηκε.</p>		

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να παρατηρούν εάν ένας συμμαθητή εκτελεί σωστά μία βασική κινητική δεξιότητα και να παρέχουν ανατροφοδότηση, βάσει αντίστοιχων καρτελών που έχει ετοιμάσει ο διδάσκων.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Γ' τάξη):</b> Να χρησιμοποιούν εσωτερική και εξωτερική ανατροφοδότηση για να βελτιώσουν την ποιότητα της εκτέλεσης και να γνωρίζουν-εφαρμόζουν δύο τουλάχιστον απλές στρατηγικές-τακτικές επίθεσης σε εκπαιδευτικά παιχνίδια.</p>	<p>Εκτελούν δεξιότητες μετακίνησης (π.χ. καλπασμό, οριζόντιο άλμα, αναπήδηση, πλάγια μετατόπιση κá). Κατά τη διάρκεια (αλλά κυρίως μετά την εκτέλεση των δεξιοτήτων) ο διδάσκων παρέχει ανατροφοδότηση, υποδεικνύοντας τα σημαντικά σημεία (σημεία-κλειδιά) για τη σωστή εκτέλεση της δεξιότητας.</p>	<p>αποτέλεσμα.</p>
--	--	---	--------------------

### ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 3- Γνώση και ανάπτυξη ενός επιπέδου φυσικής κατάστασης (ΦΚ) για την υγεία.

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕ ΝΑ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b>	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
		<b>Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....</b>	<b>Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...</b>
<p><b>Στόχος 1:</b> Γνώση της δομής και της λειτουργίας του σώματος.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τα κύρια μέρη του σώματος, την καρδιά, τους πνεύμονες, μέρη του σκελετού και να περιγράψουν το μέγεθος και το σχήμα τους.</p>	<p>Κινούνται σε μία διαδρομή που έχει σχεδιάσει στο έδαφος ο διδάσκων (με αδρές γραμμές και σε μεγάλες διαστάσεις) και η οποία αναπαριστά ένα ανθρώπινο σώμα (περίγραμμα, καρδιά, πνεύμονες, σπονδυλική στήλη). Τα παιδιά, ακολουθώντας συγκεκριμένη διαδρομή, εκτελούν μέσα στο σχεδιασμένο σώμα δεξιότητες (π.χ. τρέξιμο, αναπήδηση, κοιλιακούς κá), μαθαίνοντας έτσι τη θέση των διαφόρων μελών του σώματος και των βασικών εσωτερικών οργάνων.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, ζητούν από τα παιδιά να αναφέρουν τις ονομασίες των διαφόρων μελών και των εσωτερικών οργάνων του σώματος και τη θέση τους σε αυτό.</li> <li>➤ Βοηθούν τα παιδιά να γνωρίσουν το σωστό σημείο ψηλάφηση του παλμού και τον αριθμό των παλμών στις διάφορες στιγμές της φυσικής δραστηριότητας.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν τη δομή και τη λειτουργία της καρδιάς και των πνευμόνων και να μπορούν να μετρήσουν με σχετική ακρίβεια τους καρδιακούς παλμούς πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τη λήξη της φυσικής δραστηριότητας.</p>	<p>Τα παιδιά μαθαίνουν μέσα από παιγνιώδεις δραστηριότητες, όπως: ο διδάσκων δείχνει σε φωτογραφία την εικόνα μιας καρδιάς (εξωτερικά και εσωτερικά). Έχει προετοιμαστεί από πριν σχεδιάζοντας το εσωτερικό μιας καρδιάς (σε διαφορετικού χρώματος χαρτόνια), τα οποία έχει ήδη κόψει σε 4 κομμάτια. Ονοματίζει το κάθε κομμάτι ανάλογα (π.χ. δεξιά κοιλία, αριστερή κοιλία κ.ά) και, καθώς τα παιδιά τρέχουν ελεύθερα στο χώρο, μοιράζει ένα κομμάτι σε κάθε παιδί. Στη συνέχεια, με το σφύριγμα του διδάσκοντα, τα παιδιά τρέχουν και ψάχνουν να βρουν τα υπόλοιπα (ιδίου χρώματος) κομμάτια για να φτιάξουν (ανά τέσσερα) το παζλ με την καρδιά. Μόλις το συμπληρώσουν, εκτελούν την άσκηση που υπάρχει στο πίσω μέρος. Ρίχνουν τα κομμάτια σε ένα κουτί και ξαναρχίζουν.</p>	
	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Γ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>		
<p><b>Στόχος 2:</b> Γνώση και απόκτηση στοιχείων φυσικής</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Να έχουν αποκτήσει ικανοποιητικά επίπεδα ευλυγισίας, δύναμης, καρδιαγγειακής αντοχής και σύστασης του σώματός τους.</p>	<p>Τρέχουν ελεύθερα στο χώρο και μετά από σήμα του διδάσκοντα κινούνται, χρησιμοποιώντας διαφορετικές δεξιότητες μετακίνησης (π.χ. όπως κάποιο ζώο: ελάφι, καγκουρό, αρκούδα κ.ά).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δίνουν σαφείς οδηγίες για την εκτέλεση κάθε δραστηριότητας, επιδεικνύουν και διορθώνουν όποτε χρειάζεται.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν κατάλληλα στιλ διδασκαλίας (π.χ. σε σταθμούς εργασίας) για να ενισχύσουν το</li> </ul>

κατάστασης (ΦΚ) που προάγουν την υγεία.	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τα στοιχεία της ΦΚ για υγεία και να τα έχουν αναπτύξει σε επίπεδα ικανοποιητικά για την ηλικία τους.</p>	<p>Αναγνωρίζουν και έχουν αναπτύξει ικανοποιητικά στοιχεία για την καρδιαγγειακή αντοχή, τη μυϊκή δύναμη/αντοχή, την ευλυγισία και τη σύσταση σώματος. Για παράδειγμα, ο διδάσκων τοποθετεί διάσπαρτα στο έδαφος κώνους με διάφορα χρώματα και τοποθετεί από κάτω διάφορες χρωματιστές κάρτες. Τα παιδιά τρέχουν, σηκώνουν ένα κώνο, βλέπουν το χρώμα της κάρτας, πηγαίνουν στον αντίστοιχο επόμενο κώνο κ.ά. Το χρώμα κάθε κάρτας ορίζει ποιος είναι ο επόμενος κώνος (τι χρώματος) που πρέπει να ανασηκώσουν. Στο τέλος, τα παιδιά ψηλαφούν το σφυγμό τους (καρδιαγγειακή αντοχή).</p>	ενδιαφέρον των παιδιών, τον ενεργό χρόνο συμμετοχής τους στις δραστηριότητες κ.ά.
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τα στοιχεία της ΦΚ για υγεία, να τα έχουν αναπτύξει σε επίπεδα ικανοποιητικά για την ηλικία τους και να ξεχωρίζουν δραστηριότητες (στο σχολικό περιβάλλον ή στο χώρο του σπιτιού), οι οποίες απαιτούν τα παραπάνω στοιχεία ΦΚ για υγεία.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Γ΄ τάξη):</b> Να διατηρούν άνετο και σταθερό ρυθμό, καθώς τρέχουν για τουλάχιστον 6 λεπτά.</p>	<p>Απαντούν σε ερωτήσεις του διδάσκοντα, όπως: «τι είναι αντοχή;», «πείτε μια δραστηριότητα που μπορείτε να κάνετε εκτός σχολείου για να βελτιώσετε την αντοχή σας» κ.ά. Στη συνέχεια, με σύνθημα του διδάσκοντα, εκτελούν ανάλογα (π.χ. τρέξιμο, σχοινάκι, ντρίμπλα σε απόσταση με το χέρι ή το πόδι κ.ά).</p>	

<p><b>Στόχος 3:</b> Γνώση του τρόπου εκτέλεσης των δραστηριοτήτων που προάγουν την υγεία και αναγνώριση των φυσιολογικών μεταβολών που επιφέρει η φυσική δραστηριότητα.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν δραστηριότητες που αυξάνουν τη μυϊκή δύναμη, την αντοχή και την ευλυγισία, να γνωρίζουν τα βασικότερα σημεία εκτέλεσής τους και να παρουσιάζουν δύο-τρεις.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Α΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τις φυσιολογικές μεταβολές λόγω της άσκησης και να μετρούν τους καρδιακούς παλμούς πριν, κατά τη διάρκεια και στο τέλος μιας φυσικής δραστηριότητας.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες, κάθονται οκλαδόν και το καθένα από αυτά έχει έναν αριθμό. Αρχικά, όλα τα παιδιά μετρούν και απομνημονεύουν τους καρδιακούς παλμούς τους. Στη συνέχεια, ανάλογα με τον αριθμό που καλεί ο διδάσκων, τα παιδιά που τον έχουν εκτελούν καλπασμό γύρω από καθορισμένο χώρο και αφού επιστρέψουν στην αρχική τους θέση, εκτελούν αναπηδήσεις. Στο τέλος, όλα τα παιδιά μετρούν ξανά τους καρδιακούς παλμούς τους.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συζητούν με τα παιδιά για δραστηριότητες που βελτιώνουν τη μυϊκή δύναμη, των άνω και των κάτω άκρων, των κοιλιακών και ραχιαίων μυών και για τη σημασία της εξάσκησης για την προσωπική βελτίωση του καθενός.</li> <li>➤ Κινούνται συνεχώς μεταξύ των παιδιών και τα ενθαρρύνουν.</li> <li>➤ Κατά περίπτωση, χρησιμοποιούν υλικό από άλλα μαθήματα των παιδιών (π.χ. φυσικές επιστήμες κ), εφαρμόζοντας διαθεματική διδασκαλία.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τις δραστηριότητες που προάγουν τη ΦΚ για υγεία, να γνωρίζουν τα σημαντικά σημεία εκτέλεσής τους και να μπορούν να καθορίσουν (με τη βοήθεια του διδάσκοντα) ένα βραχυπρόθεσμο στόχο, επιλέγοντας από κατάλογο δραστηριοτήτων.</p>	<p>Επιλέγουν μία δραστηριότητα από λίστα του διδάσκοντα (π.χ. τρέξιμο). Στη συνέχεια, τρέχουν μια καθορισμένη απόσταση και κάθε φορά που την ολοκληρώνουν (π.χ. ένα γύρο των 100μ.), αφήνουν ένα σελιδοδείκτη ή τραβούν μια γραμμή με κιμωλία. Στόχος τους να διανύσουν τουλάχιστον 4 γύρους (400μ.). Στο τέλος, απαντούν σε ερωτήσεις του διδάσκοντα: «πόσους σελιδοδείκτες έχετε;», «πετύχατε το στόχο σας;», «πόση απόσταση διένυσε όλη η τάξη;», «πόση περισσότερη από την προηγούμενη φορά;».</p>	

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τις φυσιολογικές αλλαγές, λόγω της συμμετοχής στη φυσική δραστηριότητα, να περιγράφουν τα οφέλη της στην υγεία και να μετρούν τον καρδιακό παλμό από δύο τουλάχιστον σημεία του σώματος, μετά τη λήξη της φυσικής δραστηριότητας.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Γ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν και να επιλέγουν (από κατάλογο) τα σημαντικά σημεία εκτέλεσης των δραστηριοτήτων που προάγουν τη ΦΚ για υγεία και να μετέχουν σε ένα παιχνίδι με συνασκούμενο για να βελτιώσουν το προσωπικό επίπεδο ΦΚ για υγεία, εντός σχολείου. Να συμμετέχουν τακτικά σε φυσική δραστηριότητα, εκτός σχολείου, για να βελτιώσουν ένα τουλάχιστον στοιχείο ΦΚ για υγεία.</p> <p><b>Επιδίωξη 3 (Γ΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν-βοηθούν σε τυπική αξιολόγηση της ΦΚ για υγεία.</p>	<p>Κινούνται (με όποιο τρόπο θέλουν) ελεύθερα στο χώρο. Με το σταμάτημα της μουσικής ένα παιδί σηκώνει μία από τις «μουσικές κάρτες» που έχει τοποθετήσει στο κέντρο του χώρου ο διδάσκων, διαβάζει τις ασκήσεις της κάρτας και όλοι εκτελούν. Ο διδάσκων επιλέγει κάθε φορά ένα διαφορετικό μαθητή και κάθε 2-3΄ σταματά με σήμα του τη δραστηριότητα και ρωτάει τα παιδιά τι νοιώθουν, ζητά να πιάσουν το σφυγμό τους κά.</p>	
<p><b>Στόχος 4:</b> Ανάπτυξη του επιπέδου φυσικής δραστηριότητας και γνώση των παραγόντων που προάγουν την υγεία.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε αναερόβιες δραστηριότητες και σε δραστηριότητες που απαιτούν μυϊκή δύναμη/αντοχή, με ευχαρίστηση και σε τουλάχιστον μία φυσική δραστηριότητα, που αναπτύσσει την καρδιαγγειακή αντοχή, εκτός σχολείου.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Κάνουν ερωτήσεις στα παιδιά, σχετικά με τις μεταβολές λόγω άσκησης.</li> <li>➤ Συζητούν με τα παιδιά για τη σημασία της συμμετοχής σε διάφορες μορφές φυσικής δραστηριότητας εντός και εκτός σχολικού περιβάλλοντος.</li> <li>➤ Ελέγχουν τη σωστή εκτέλεση των δραστηριοτήτων, δίνουν θετική ανατροφοδότηση και επιμένουν στην ειλικρινή</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να αναφέρουν την απόδοσή τους τουλάχιστον σε μία φυσική δραστηριότητα, στην οποία συμμετέχουν μόνα τους ή μαζί με μέλος της οικογενείας τους.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Β΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τις συνήθειες που προάγουν την υγεία (π.χ. σωστή διατροφή).</p>	<p>Παίζουν το παιχνίδι «κρέας-λαχανικά». Στόχος του παιχνιδιού είναι να μάθουν να αναγνωρίζουν τις «καλές» τροφές. Τα παιδιά είναι χωρισμένα σε δύο ομάδες (κρέατα και λαχανικά) και τρέχουν ελεύθερα στο χώρο. Έπειτα από σήμα του διδάσκοντα, τρέχουν και σχηματίζουν ετερογενή ζευγάρια (είδος κρέατος-διαφορετικό λαχανικό). Ο διδάσκων αλλάζει κάθε φορά τις ομάδες/τροφές και με τη βοήθεια των παιδιών, επισημαίνονται οι «ανθυγιεινές» τροφές και αντικαθίστονται από «υγιεινές».</p>	αναφορά των επιδόσεων από τα παιδιά.
<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Γ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>			

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 4- Απόκτηση θετικής εμπειρίας από τη φυσική δραστηριότητα και ανάπτυξη της αυτοέκφρασης, αλλά και της κοινωνικότητάς τους.**

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝ</b> <b>A</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b>	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
		<b>Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....</b>	<b>Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...</b>
<p><b>Στόχος 1:</b> Συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες εντός και εκτός σχολικού περιβάλλοντος.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε όλες τις φυσικές δραστηριότητες εντός σχολείου και σε επιλεγμένες δραστηριότητες εκτός σχολείου μόνα ή με άλλα μέλη της οικογενείας τους, εκφράζοντας ενθουσιασμό και ευχαρίστηση και να αναπτύσσουν εμπιστοσύνη στον εαυτό τους.</p>	<p>Σε ζευγάρια και σε απόσταση 3 και στη συνέχεια 5μ., αρχίζοντας από την πιο κοντινή απόσταση, ρίχνουν την μπάλα στο ζευγάρι τους και συνεχίζουν, μέχρι να πετύχουν 3 συνεχόμενες επιτυχημένες προσπάθειες, χωρίς να μετακινηθούν.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συζητούν/ρωτούν τα παιδιά ποιες δραστηριότητες προτιμούν περισσότερο και τα ενθαρρύνουν να τις συνεχίσουν και εκτός σχολείου.</li> <li>➤ Στη διάρκεια του μαθήματος, παρακινούν τα παιδιά να συμμετέχουν σε όλες τις δραστηριότητες δίνοντας πάντα θετική ατομική ανατροφοδότηση και κάνοντας θετικά σχόλια.</li> <li>➤ Διαφοροποιούν τις ασκήσεις, έτσι ώστε τα παιδιά να έχουν περισσότερες εμπειρίες</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να επιχειρούν νέες δεξιότητες, να εκφράζουν συναισθήματα με την κίνησή τους και να συνεχίζουν να προσπαθούν, ακόμη κι όταν αποτυγχάνουν.</p>	<p>Ισορροπούν ένα χάρτινο σωλήνα ή μία ράβδο με διάφορα μέρη του σώματος τους, ανάλογα με το παράγγελμα του διδάσκοντα. Στο τέλος της κάθε άσκησης, ανάλογα με το αν τα κατάφεραν ή όχι, εκφράζουν τα συναισθήματά τους με κίνηση.</p>	<p>επιτυχίας από ότι αποτυχίας.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τις φυσικές δραστηριότητες που τα ευχαριστούν ή δυσχεραίνουν, να συμμετέχουν σε όλες τις δραστηριότητες εντός σχολείου και σε αυτό-επιλεγμένες φυσικές δραστηριότητες, εκτός σχολείου.</p>	<p>Επιλέγουν από διάφορες δραστηριότητες, οι οποίες είναι γραμμένες σε καρτέλες και εκτελούν σε ομάδες: αναπηδήσεις ανάμεσα από κώνους με ένα πόδι, κοιλιακούς, αναπηδήσεις με σχοινάκια, ραχιαίους, ρίψεις με μπάλα ή ελαφρές ιατρικές μπάλες κ.ά. Με σήμα του διδάσκοντα, γίνεται αλλαγή δραστηριοτήτων μεταξύ των ομάδων.</p>	<p>➤ Αρχικά, αναφέρουν τα βασικά σημεία εκτέλεσης των δεξιοτήτων και εξηγούν στα παιδιά τον τρόπο που θα πρέπει π.χ. να μετακινούνται. Στη συνέχεια, τα παιδιά εξασκούνται, δέχονται την ανατροφοδότηση και επιλέγουν αν θα συνεχίσουν στον ίδιο ή σε διαφορετικό σταθμό.</p>
<p><b>Στόχος 2:</b> Προσπάθεια για επίτευξη στόχων.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να αυξάνουν το επίπεδο δυσκολίας των ασκήσεων (αφού έχουν αποκτήσει εμπειρίες επιτυχίας από την εξάσκηση), καθορίζοντας στόχους εξάσκησης, με τη βοήθεια του διδάσκοντα.</p>	<p>Παίζουν ατομικά και συγχρόνως, ομαδικά. Για παράδειγμα, ένα παιδί στέκεται στο κέντρο ενός κύκλου παιδιών με μια μπάλα. Με την έναρξη της μουσικής, πασάρει με το πόδι σε κάθε συμμαθητή του κι αυτός του επιστρέφει την μπάλα. Με το σταμάτημα της μουσικής, το παιδί που έχει στα πόδια του την μπάλα μπαίνει στο κέντρο του κύκλου. Το παιχνίδι συνεχίζεται με τον ίδιο τρόπο.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε αυτοεπιλεγμένες ατομικές ή ομαδικές φυσικές δραστηριότητες εκτός σχολικού περιβάλλοντος και να προσπαθούν να επιτύχουν προκαθορισμένους, βραχυπρόθεσμους στόχους για υγεία, επιδεξιότητα και κινητική δημιουργικότητα.</p>	<p>Προσπαθούν να εκτελέσουν (όσο καλύτερα γίνεται) αυτό που περιγράφουν κάρτες, τις οποίες έχει τοποθετήσει ο διδάσκων στο έδαφος, Παραδείγματα περιεχομένου καρτών: 1) συνεχόμενες φορές ρίψη-υποδοχή μπάλας στον τοίχο από απόσταση 2μ., 2) ισορροπίστε το σακουλάκι σε διάφορα μέρη του σώματος, ενώ κινείστε σε διάφορα επίπεδα ( απόσταση 15μ.) κ.ά. Τα παιδιά διαβάζουν μία κάρτα, εκτελούν την πρώτη φορά και τη δεύτερη προσπαθούν να την εκτελέσουν καλύτερα (περισσότερες φορές) - Αφού ολοκληρώσει το καθήκον, γυρίζει την κάρτα ανάποδα και διαβάζει μία άλλη κ.ά.</p>	



	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να υιοθετούν και να επιλέγουν κατάλληλες στρατηγικές συνεργασίας, για να επιτευχθούν ομαδικοί στόχοι, σε διάφορες συνθήκες, αλλά παράλληλα να παρουσιάζουν δεξιότητες αρχηγίας.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες των 5-6 ατόμων, με 3 στεφάνια η κάθε ομάδα. Όλα τα παιδιά πρέπει να περάσουν στην «ακτή» χρησιμοποιώντας μόνο τα 3 στεφάνια. Μπορούν μόνο να μπαίνουν μέσα στα στεφάνια και να μεταφέρουν εκείνα που είναι άδεια. Μπορούν να μπουν όσα άτομα επιθυμούν μέσα στα στεφάνια αλλά αν κάποιος ακουμπήσει έξω, όλη η ομάδα επιστρέφει στην αρχή.</p>	
<p><b>Στόχος 3:</b> Δημιουργία ρουτίνας δεξιοτήτων που προάγει την εκφραστικότητα.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να δημιουργούν ρουτίνα δεξιοτήτων μετακίνησης και απλή χορογραφία που προάγει την εκφραστικότητα, συνδυάζοντας δεξιότητες που προτείνει ο διδάσκων.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες των 4-5 ατόμων. Ο διδάσκων δίνει σε κάθε ομάδα κάρτα με δύο-τρεις δεξιότητες μετακίνησης, τις οποίες μπορούν να τις εκτελέσουν με όποια σειρά επιθυμούν. Στη συνέχεια, ο διδάσκων δίνει δυνατότητα επιλογής από κατάλογο άλλων δραστηριοτήτων.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Αφήνουν αρκετό χρόνο στα παιδιά να πειραματιστούν πριν παρουσιάσουν μία δική τους σειρά-ρουτίνα.</li> <li>➤ Ενισχύουν όλες τις προσπάθειες των παιδιών και ενθαρρύνουν την ελεύθερη έκφρασή τους μέσα από την κίνηση.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να προσαρμόζουν ήδη γνωστές δεξιότητες σε δραστηριότητες και παιχνίδια και να συνδυάζουν δεξιότητες ισορροπίας, μετακίνησης και χειρισμού.</p>	<p>Δημιουργούν ρουτίνες, αφού έχουν προηγουμένως αποκτήσει εμπειρίες επιτυχίας από την εξάσκηση δεξιοτήτων ισορροπίας, μετακίνησης και χειρισμού. Για παράδειγμα, τα παιδιά χωρισμένα σε ζευγάρια διαλέγουν κάρτες από διαφορετικά «θεματικά» κουτιά (π.χ. κουτί με κάρτες δεξιοτήτων ή οργάνων, κουτί με κάρτες κατευθύνσεων ή επιπέδων κ.ά). Τα ζευγάρια διαλέγουν κάρτες εναλλάξ.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να παρουσιάζουν καλαισθησία και δημιουργικότητα στην κινητική εκτέλεση, ολοκληρώνοντας πρωτότυπες ρουτίνες δεξιοτήτων ισορροπίας, μετακίνησης και χειρισμού, χρησιμοποιώντας την κίνηση ως μέσο έκφρασης.</p>	<p>Σκέφτονται, δημιουργούν και εκτελούν τη δική τους πρωτότυπη ρουτίνα, αρχικά ατομικά και στη συνέχεια, ομαδικά. Η δραστηριότητα εκτελείται με τη συνοδεία μουσικής της αρεσκείας τους.</p>	

<p><b>Στόχος 4:</b> Έλεγχος της προσπάθειας και παροχή ανατροφοδότησης.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να παρατηρούν την εκτέλεση των συνασκουμένων και να παρέχουν θετική ανατροφοδότηση.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες προσπαθούν α) να κυλήσουν μία μπάλα σωστά και να πετύχουν 5-6 κορίνες, τοποθετημένες σε απόσταση. Μετά από 5 προσπάθειες, προσθέτονται οι κορίνες που έπεσαν κάτω κάθε φορά. Σκοπός κάθε ομάδας είναι να συμπληρώσει τους περισσότερους πόντους.</p>	<p>➤ Κατά τη διάρκεια της εξάσκησης, ενθαρρύνουν τα παιδιά να παρακολουθούν προσεκτικά και να ελέγχουν την εκτέλεση των συμμαθητών τους.</p> <p>➤ Τους ζητούν να διορθώνουν και να επαινούν τους συνασκούμενούς τους.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να αναπτύσσουν την εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και να αναγνωρίζουν την καλή εκτέλεση, όταν υπάρχουν αντικειμενικά κριτήρια.</p>	<p>Εξασκούνται σε δεξιότητες (π.χ. ντρίμπλα με το χέρι, ντρίμπλα με το πόδι, λάκτισμα, χτύπημα με ρακέτα ή χάρτινο σωλήνα, ρίψη σε στόχο ή σε απόσταση, υποδοχή κά) με βάση καρτέλες στις οποίες αναγράφονται οι δραστηριότητες (δεξιότητες), τα κριτήρια αξιολόγησης που αφορούν την τεχνική τους (σημαντικά σημεία εκτέλεσης) και την ποσότητα (π.χ. πόσο μακριά, πόσο ψηλά). Ο διδάσκων τονίζει στα παιδιά προσπαθούν να ξεπεράσουν τον εαυτό τους και ότι δεν συναγωνίζονται με κανένα.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να αξιολογούν με ευχαρίστηση την απόδοση των συμμαθητών, βάσει οδηγιών του διδάσκοντα και μερικές φορές, να επιλέγουν ικανότερο συνασκούμενο για να ελέγξουν τις δυνάμεις τους.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες, εκτελούν λάκτισμα, προσπαθώντας να στείλουν τη μπάλα όσο το δυνατόν πιο μακριά. Οι αποστάσεις είναι οριοθετημένες με κώνους (π.χ. 1ος κώνος στα 3μ., 2ος στα 6μ. κά). Κάθε κώνος παίρνει βαθμό (1ος =1β., 2ος =2β. κά.). Τα υπόλοιπα παιδιά της ομάδας προσθέτουν τους βαθμούς κάθε ασκούμενου παιδιού, στο σύνολο της ομάδας.</p>	
<p><b>Στόχος 5:</b> Κατάλληλη έκφραση και εκτίμηση συναισθημάτων και καταστάσεων εντός και εκτός φυσικής δραστηριότητας.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να αναζητούν την παρέα εντός και εκτός σχολικού περιβάλλοντος και να συζητούν για τα αισθήματα των συμμετεχόντων (π.χ. των αθλητών, θεατών κά) και των θεατών σε δρώμενα που έχουν παρακολουθήσει ζωντανά ή από την τηλεόραση.</p>	<p>Παρακολουθούν σε βίντεο φάσεις από έναν αγώνα ποδοσφαίρου. Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού συμβαίνουν διάφορα επεισόδια (κάποιος διαμαρτύρεται στο διαιτητή, κάποιοι θεατές φωνάζουν ή χειροκροτούν από τις κερκίδες, κάποιος παίχτης της μιας ομάδας βάζει ένα αυτο-γκολ στο τελευταίο λεπτό και το παιχνίδι λήγει ισόπαλο, κάποιοι πανηγυρίζουν επειδή κέρδισε η ομάδα τους κά). Ακολουθεί συζήτηση για τα δρώμενα.</p>	<p>➤ Σταματούν τις διάφορες δραστηριότητες και σχολιάζουν κάθε συμπεριφορά και συναίσθημα που παρατηρείται.</p> <p>➤ Ενθαρρύνουν τα παιδιά να εκφράζουν ελεύθερα τις απόψεις και τα συναισθήματά τους, για κάθε περίπτωση.</p>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να εντάσσονται γρήγορα και πρόθυμα σε ομάδα, να αρχίζουν να απολαμβάνουν το συναγωνισμό στην απλή του μορφή, ανεξάρτητα από το τελικό αποτέλεσμα (νίκη ή ήττα) και να αποφεύγουν να ασκούν αρνητική κριτική για την κινητική απόδοση των άλλων παιδιών.</p>	<p>Σχηματίζουν γρήγορα ομάδες με ανάλογο αριθμό ατόμων., κάθε φορά που ο διδάσκων λέει ένα νούμερο (π.χ. 3,5,7).</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να αρχίζουν να αποδέχονται το αποτέλεσμα μιας συναγωνιστικής δραστηριότητας με στωικότητα.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες συμμετέχουν σε προσαρμοσμένο αγώνα καλαθοσφαίρισης, σε κάθε μισό γήπεδο του μπάσκετ για 5'. Οι άλλες ομάδες συμμετέχουν ως θεατές-κριτές στα δρώμενα. Παρακολουθούν πώς οι αγωνιζόμενοι αντιδρούν στη νίκη και στην ήττα, συζητούν εάν αντιδρούν σωστά ή όχι. Οι ρόλοι των ομάδων εναλλάσσονται.</p>	

### ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 5- Κατανόηση και σεβασμός της διαφορετικότητας των ατόμων και συνεργασία με όλους.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<p><b>Στόχος 1:</b> Αναγνώριση και αποδοχή της διαφορετικότητας των ατόμων.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν ότι υπάρχουν διαφορές μεταξύ των ατόμων (π.χ. φύλου, εθνικότητας, πολιτισμικότητας, κινητικού ή γνωστικού επιπέδου κά) - Να αποφεύγουν να ασκούν κριτική στα άλλα παιδιά.</p>	<p>Βρίσκονται καθισμένα σε κύκλο. Ένα παιδί ξεκινά λέγοντας στο διπλανό (στα δεξιά του) το όνομα και κάτι που του αρέσει να κάνει εκτός σχολείου. Το δεύτερο παιδί επαναλαμβάνει ότι του είπε το πρώτο και στη συνέχεια, λέει το δικό του όνομα και κάτι που του αρέσει στο επόμενο παιδί. Έτσι, συνεχίζεται μέχρι να μιλήσουν όλα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Τονίζουν στα παιδιά ότι είναι πολύ σημαντικό να αποδέχονται τους συμμαθητές τους όπως είναι και να προσπαθούν να συνεργάζονται το ίδιο καλά με οποιοδήποτε άτομο.</li> <li>➤ Συζητούν τις διαφορές των ατόμων λόγω φύλου, εθνικότητας, κινητικού επιπέδου, σωματότυπου κά.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να παρουσιάζουν κατάλληλη συμπεριφορά και ενδιαφέρον για τους άλλους, ανεξάρτητα από το κινητικό ή γνωστικό επίπεδό τους, το φύλο, την εθνικότητα κá.</p>	<p>Βρίσκονται χωρισμένα σε ομάδες, σε κύκλο και πιασμένα από τα χέρια. Περνούν ένα στεφάνι, από χέρι σε χέρι, γύρω στον κύκλο χωρίς να αφήσουν τα χέρια τους. Μετρούν πόσους κύκλους έκαναν χωρίς να αφήσουν χέρια ή να πέσει το στεφάνι κάτω. Ενθαρρύνουν και βοηθούν τους συμπαίκτες τους.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Να συνεργάζονται με κάποιον συμμαθητή/τρια, ανεξαρτήτως κινητικού ή γνωστικού επιπέδου, φύλου, εθνικότητας κá και να παρέχουν εποικοδομητική ανατροφοδότηση.</p>	<p>Παίζουν το παιχνίδι «συνεταιρικά στεφάνια», ως εξής: με την παύση της μουσικής μπαίνουν γρήγορα μέσα σε ένα στεφάνι, από περισσότερα που βρίσκονται διάσπαρτα στο έδαφος. Ο διδάσκων αφαιρεί κάθε φορά λίγα στεφάνια έως ότου 4-5 άτομα να πρέπει να μοιραστούν ένα στεφάνι. Εξηγεί ότι πρέπει τα παιδιά να συνεργαστούν και να βοηθούν το ένα το άλλο (π.χ. να μετρούν πόσοι είναι στο στεφάνι, να παροτρύνουν κάποιον να μπει μέσα κá).</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Συνεργασία με όλους τους συνασκούμενους και διευκόλυνση της προσπάθειάς τους.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Να δημιουργούν πρόθυμα ζευγάρι με όλους τους συμμαθητές, μετά από εντολή του διδάσκοντα και να κατανοούν ότι η βοήθεια του συνασκούμενου είναι απαραίτητη για τη βελτίωση ορισμένων δεξιοτήτων.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Α΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν ότι οι αλλαγές στα όργανα εξάσκησης είναι απαραίτητες όταν οι συνασκούμενοι αλλάζουν, για να διευκολυνθεί η συμμετοχή όλων.</p>	<p>Μετά από σήμα του διδάσκοντα και σύμφωνα με τις οδηγίες του (π.χ. Γίνετε γρήγορα ζευγάρια!) βρίσκουν πολύ γρήγορα ζευγάρι.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ενθαρρύνουν τη συνεργασία και τη βοήθεια μεταξύ των συμμαθητών.</li> <li>➤ Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, τονίζουν τη σημασία της συνεργασίας και της βοήθειας του συνασκούμενου, για τη βελτίωση της εκτέλεσης των δεξιοτήτων.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να συνεργάζονται με όλους τους συμμαθητές (με εντολή του διδάσκοντα) για αλλαγή συνασκουμένων και να συμπεριφέρονται ανάλογα, εντός και εκτός του περιβάλλοντος άσκησης.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Β΄ τάξη):</b> Να σέβονται την επιθυμία του συμμαθητή για τροποποίηση των συνθηκών εξάσκησης (π.χ. αλλαγή οργάνου εξάσκησης) και να διευκολύνουν τη συνεργασία.</p>	<p>Χωρισμένα σε ζευγάρια, πιάνουν το δεξί πόδι του συμμαθητή τους και κάνουν αναπηδήσεις όσο ακούγεται μουσική. Όταν η μουσική σταματήσει, κάνουν καινούργιο ζευγάρι με το πρώτο παιδί που θα δουν μπροστά τους. Κάθε φορά λένε δυνατά: «Και στο διάλειμμα παίζω με όλα τα παιδιά!».</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Να καταλαβαίνουν τις διαφορές και ομοιότητες στις φυσικές ικανότητες και να συνεργάζονται πρόθυμα με λιγότερο ικανούς συμμαθητές για να καθορίσουν έναν κοινό, εφικτό στόχο.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Γ΄ τάξη):</b> Να ενθαρρύνουν και να στηρίζουν την προσπάθεια συμμαθητή, προσαρμόζοντας πρόθυμα (με εντολή του διδάσκοντα ή δική τους επιλογή) την ταχύτητα, την απόσταση, το μέγεθος των οργάνων και τους κανόνες εκτέλεσης.</p>	<p>Εκτελούν κάθετα άλματα-ισορροπία (π.χ. 6 κάθετα άλματα, όσο το δυνατόν πιο ψηλά και έπειτα για 30'' ισορροπία-ζυγαριά). Ακολουθεί συζήτηση σε ερωτήσεις του διδάσκοντα «πώς σας φάνηκε;», «τι ήταν πιο δύσκολο για τον καθένα από εσάς;» κά.</p> <p>Γίνονται ζευγάρια. Ο διδάσκων έχει ετοιμάσει έντυπο κατάλογο κριτηρίων. Τα παιδιά εξασκούνται στο άλμα σε μήκος (με ή χωρίς φορά) – Ο νέας μαθητής σε ρόλο προπονητή καθοδηγεί το συμμαθητή του με βάση συγκεκριμένα σημεία παρατήρησης και τον διορθώνει όπου απαιτείται. Στη συνέχεια αλλάζουν ρόλους. Στο τέλος συζητούν για την εύρεση λύσεων στα προβλήματα που εντόπισαν.</p>	

<b>Στόχος 3:</b> Συμμετοχή σε ρυθμικές δραστηριότητες χορούς διαφορετικές περιοχές ή κουλτούρες – Καθορισμός κοινών στόχων επίτευξης.	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε δραστηριότητες χορού από διαφορετικές περιοχές ή κουλτούρες.	Επιλέγουν μία μουσική για να ακούσουν οι συμμαθητές τους το ρυθμό. Στη συνέχεια, χορεύουν μια φορά με το ρυθμό της μουσικής, για να δουν τα υπόλοιπα παιδιά και τέλος, χορεύουν μαζί με όλα τα παιδιά.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, «κρατούν» το ρυθμό και διορθώνουν κάθε παιδί.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τα παιδιά που προέρχονται από άλλες χώρες να δείξουν στην τάξη ή να χορέψουν ένα χορό της πατρίδας τους.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τα παιδιά να εντοπίσουν τα κοινά σημεία στις μουσικές, στην κίνηση, στην ενδυμασία κ.α. και να συζητήσουν γιατί ο πολιτισμός δεν έχει σύνορα και τη σπουδαιότητα της πολιτισμικής ανταλλαγής.</li> <li>➤ Τονίζουν ότι δεν υπάρχουν νικητές και ηττημένοι σε αυτές τις δραστηριότητες.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> να συμμετέχουν σε δραστηριότητες χορού από διαφορετικές περιοχές ή κουλτούρες.	Στέκονται όρθια σε 4άδες και, πιασμένα χέρι-χέρι, προσπαθούν (χωρίς να αφήσουν τα χέρια τους) να περάσουν μέσα από τα στεφάνια που δίνει (ένα-ένα) ο πρώτος. Τα στεφάνια προωθούνται από το ένα παιδί στο άλλο. Το τελευταίο τα αφήνει στο πάτωμα. Ο διδάσκων διατυπώνει ερωτήσεις «μέσα από πόσα στεφάνια πέρασε η ομάδα σας;» κ.α.	
	<b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε δραστηριότητες εύρεσης κατάλληλων κινητικών απαντήσεων ή ενεργειών με την ομάδα τους.	Παίζουν (π.χ. καλοθοσφαίριση με τροποποιημένες συνθήκες) για 2-3', ενώ τα υπόλοιπα παιδιά παρακολουθούν το παιχνίδι. Μετά το τέλος του παιχνιδιού, συζητούν για αυτά που είδαν και σχολιάζουν (π.χ. ο Γιάννης έσπρωξε τη Μαρία, ο Δημήτρης υπάκουσε στο σφύριγμα του διδάσκοντα κ.α.). Αλλαγή ρόλων. Τα παιδιά που έπαιζαν γίνονται θεατές και οι θεατές παίκτες.	
<b>Στόχος 4:</b> Υπεύθυνη συμμετοχή στη φυσική δραστηριότητα.	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να είναι καλοί ακροατές και να έχουν αίσθηση του «δίκαιου παιχνιδιού».	Παίζουν ελεύθερα στο χώρο, ενώ παίζει η μουσική. Με την παύση της μουσικής, επιστρέφουν στο «σπίτι» τους (π.χ. ένα στεφάνι) και συνεργάζονται, για να χωρέσουν όλα τα παιδιά μέσα στο στεφάνι.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Στην αρχή του μαθήματος συζητούν με τα παιδιά για το «δίκαιο παιχνίδι». Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, ενθαρρύνουν και επιβραβεύουν τις «αθλητικές συμπεριφορές» κάθε φορά που παρατηρούνται (π.χ. δεν σπρώχνουν το συμμαθητή, περιμένουν τη σειρά τους κ.α.).</li> <li>➤ Φροντίζουν όλα τα παιδιά να γίνουν «αρχηγοί» όταν συμμετέχουν σε ομαδικές δραστηριότητες με «ρόλους».</li> <li>➤ Τονίζουν την ανάγκη για συνεργασία για την επίτευξη κοινού στόχου.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να συνεργάζονται σε μικρή ομάδα και να παρουσιάζουν αρχηγική ικανότητα, αν χρειαστεί.	Παίζουν το παιχνίδι «η χαμένη μπάλα», ως εξής: ο πρώτος ρίχνει την μπάλα κάτω από τα πόδια, ο τελευταίος παίρνει την μπάλα έρχεται μπροστά κ.α. Ο διδάσκων τονίζει να μην εμποδίζουν την κίνηση της μπάλας ή κάποιον συμπαίκτη τους.	
	<b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να ολοκληρώνουν την εργασία τους χωρίς να εμποδίζουν τις εργασίες των άλλων στην ίδια ομάδα.		

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 6- Επίδειξη υπεύθυνης αθλητικής και κοινωνικής συμπεριφοράς ως αποτέλεσμα της συμμετοχής στη φυσική δραστηριότητα.**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<b>Στόχος 1:</b> Γνώση και εφαρμογή των κανόνων για ασφαλή συμμετοχή.	<b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν και να εφαρμόζουν κανόνες για την ασφαλή και αποτελεσματική διεξαγωγή των δραστηριοτήτων και την κατάλληλη χρησιμοποίηση του προσωπικού και γενικού χώρου άσκησης.	Μετά από σήμα του διδάσκοντα, βρίσκουν το «δικό» τους στεφάνι, μεταξύ περισσότερων στεφανιών που βρίσκονται διάσπαρτα στο έδαφος. Με το επόμενο σήμα, κινούνται στο χώρο, προσέχοντας τα όρια του χώρου εξάσκησης και αποφεύγοντας τη σύγκρουση με συμμαθητές τους.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συζητούν για τα όρια και τις διαφορές του προσωπικού και γενικού χώρου, καθώς και για τους κανόνες ασφαλούς διεξαγωγής των δραστηριοτήτων.</li> <li>➤ Κινούνται ανάμεσα στα παιδιά και δίνουν ανατροφοδότηση, τονίζοντας ότι ενδιαφέρει η σωστή και ασφαλής μετακίνηση στο χώρο.</li> <li>➤ Ζητούν από τα παιδιά να βρουν, να γράψουν και να τοιχοκολλήσουν στο χώρο εξάσκησης 4-5 κανόνες που αφορούν στα παραπάνω.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Να παραμένουν στον προσωπικό χώρο καθώς χειρίζονται όργανα, να αναγνωρίζουν, να αιτιολογούν και να εφαρμόζουν τους κανόνες για την ασφαλή χρησιμοποίηση του χώρου και την ασφαλή διεξαγωγή των δραστηριοτήτων.	Σχηματίζουν δύο ομόκεντρους κύκλους διαφορετικού μεγέθους. Με το σύνθημα του διδάσκοντα περνούν στην απέναντι πλευρά του άλλου κύκλου, με δύο προϋποθέσεις: α) να περάσουν μέσα από τον μικρό κύκλο και β) να μην αγγίξουν κανένα παιδί.	
	<b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τη σημασία των κανόνων και να αναπτύσσουν κανόνες ασφάλειας για τη φυσική δραστηριότητα, με τη βοήθεια του διδάσκοντα.		

<p><b>Στόχος 2:</b> Ακολουθία των οδηγιών και των σημάτων του διδάσκοντα.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να ακολουθούν οδηγίες, να δέχονται την ανατροφοδότηση από το διδάσκοντα και με τη βοήθειά του, να καθορίζουν ρεαλιστικούς, βραχυπρόθεσμους κινητικούς στόχους.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Α' τάξη):</b> Να υπακούουν στα σήματα του διδάσκοντα για την έναρξη και τη λήξη μίας δραστηριότητας και να λαμβάνουν-επανατοποθετούν τα όργανα εξάσκησης στο χώρο φύλαξης με ασφάλεια.</p>	<p>Εξασκούνται στο σταμάτημα μετά από χαλαρό και γρήγορο τρέξιμο. Στη συνέχεια, εξασκούνται στο σταμάτημα α) καθώς κινούνται σε διαφορετικές κατευθύνσεις (μπρος, πλάι, πίσω, δεξιά, αριστερά) και β) σε συγκεκριμένη θέση. Ο διδάσκων ρωτάει: «πότε ήταν πιο εύκολα;» κά.</p>	<p>➤ Επιβραβεύουν το καλύτερα συνεργαζόμενο ζευγάρι και το ανακοινώνουν.</p> <p>➤ Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, τονίζουν συχνά για ποιους λόγους και πόσο σημαντική είναι η συνεργασία.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να ακολουθούν τις οδηγίες του διδάσκοντα, να ανταποκρίνονται στα σήματά του και να αντιδρούν θετικά στις υπενθυμίσεις για την παραβίαση των κανόνων /κανονισμών.</p>	<p>Εκτελούν, ακούγοντας τα παραγγέλματα του διδάσκοντα: «όταν σηκώσω το κίτρινο μαντίλι, τρέξτε χαλαρά», «όταν σηκώσω το κόκκινο, μείνετε αγάλματα σε όποια στάση θέλετε» κά.</p>	
	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Γ' τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>		



<p><b>Στόχος 3:</b> Παρουσίαση κατάλληλης συμπεριφοράς σε διάφορες καταστάσεις.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε παιχνίδι «επίλυσης διαφωνιών» που έχει προκαθορίσει ο διδάσκων, για να επιλύσουν διαφωνίες με τους συμμαθητές. Να δέχονται τα λάθη τους, εντός και εκτός του περιβάλλοντος άσκησης, να μην κατηγορούν τους συνασκούμενους, τους φίλους ή τα αδέρφια τους για το πρόβλημα.</p>	<p>Προβληματίζονται σε φανταστικό σενάριο (που όμως παρουσιάζεται συχνά στην πραγματικότητα), σύμφωνα με το οποίο, δύο μαθητές μαλώνουν για τη σειρά τους. Ο ένας σπρώχνει τον άλλο κι εκείνος με τη σειρά του τον χτυπά κι αρχίζουν να μαλώνουν. Ο διδάσκων ρωτάει «τι γίνεται τότε;» και τα παιδιά προτείνουν τρόπους, για το πώς μπορούν να αποφύγουν τέτοιες συμπεριφορές.</p>	<p>➤ Δημιουργούν ένα προσεκτικά σχεδιασμένο σενάριο ρόλων, προσαρμοσμένο όμως στα αναπτυξιακά χαρακτηριστικά των παιδιών – το σενάριο μπορεί να βασίζεται σε πρόσφατες παιδικές ταινίες που γνωρίζουν τα παιδιά, σε μια δραματοποίηση, σε θεατρικό παιχνίδι κ.ά.</p> <p>➤ Μετρούν διακριτικά και επαινούν τα παιδιά που αναφέρουν με ειλικρίνεια την επίδοσή τους. Στην αντίθετη περίπτωση μιλούν διακριτικά σε αυτόν που δεν είναι ειλικρινής, τονίζοντας ότι δεν κερδίζει κάτι λέγοντας ανακρίβειες.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να παρουσιάζουν δεξιότητες συνεργασίας.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Β' τάξη):</b> Να αναφέρουν προσωπικές και ομαδικές επιδόσεις με ειλικρίνεια και ακρίβεια.</p>	<p>Βοηθούν τους συνασκούμενους, παρέχοντας ανατροφοδότηση από κατάλογο με τα σημαντικά σημεία της δεξιότητας ή/και τροποποιώντας μόνα τους τα όργανα εξάσκησης κ.ά. Για παράδειγμα, παίζουν με ελαστικό σχοινί σε ομάδες των 4-5 ατόμων και τροποποιούν το ύψος του, ανάλογα με την ικανότητα του κάθε παίκτη. Πρέπει να ενθαρρύνουν και να βοηθούν τους συμμαθητές που εκτελούν. Ο διδάσκων ορίζει κάθε πότε θα αλλάζουν ρόλους (π.χ. κάθε 30'', ανεξάρτητα αν χάνει κάποιος ή όχι).</p>	

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τη σημασία της κατάλληλης ένδυσης και υπόδησης για την ασφαλή συμμετοχή σε διάφορες δραστηριότητες, αλλά και τις επικίνδυνες συμπεριφορές στο χώρο άσκησης.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Γ' τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τα Ολυμπιακά ιδεώδη - Να χρησιμοποιούν δεξιότητες για την επίλυση διαφωνιών - Να παρουσιάζουν θετική συμπεριφορά και αποδεκτό λεξιλόγιο σε καταστάσεις νίκης και ήττας.</p>	<p>Αποφεύγουν την εκτέλεση δεξιοτήτων χειρισμού όταν στον χώρο-στόχο παρεμβάλλονται άλλα παιδιά.</p> <p>Κατανοούν έννοιες όπως «δίκαιο παιχνίδι», αλληλεγγύη, αμοιβαία κατανόηση, ανάπτυξη προσωπικότητας, ειρήνη μεταξύ των λαών, προστασία περιβάλλοντος κ.ά.</p> <p>Ενθαρρύνονται να εντοπίσουν και να συζητήσουν καταστάσεις από τα αγωνιστικά σπορ όπου καταστρατηγείται το δίκαιο παιχνίδι, εκδηλώνονται ανεπιθύμητες συμπεριφορές ή βία κ.ά, προτείνοντας λύσεις πρόληψης και εξηγώντας τις επιπτώσεις στους εμπλεκόμενους και τους θεατές.</p>	
<p><b>Στόχος 4:</b> Συνεργασία και αποδοχή ευθυνών.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Να επιδεικνύουν δεξιότητες συνεργασίας και να αναφέρουν ατομικές ή ομαδικές επιδόσεις με ειλικρίνεια.</p> <p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Να μην κατηγορούν τους συμμαθητές κατά τη διαδικασία επίλυσης προβλημάτων. Να αποφεύγουν όσους τους ενοχλούν, χωρίς την παρέμβαση του διδάσκοντα ή κάποιου ενήλικα και να μην χειροδικούν, ακόμη και αν είναι πολύ θυμωμένα.</p>	<p>Επιλέγουν ένα συμμαθητή με τον οποίο μπορούν να συνεργαστούν, να μοιράζονται τα όργανα ή το χώρο με άλλους και να μην τους εμποδίζουν να ολοκληρώσουν την εκτέλεση της δραστηριότητας. Για παράδειγμα, ο διδάσκων δίνει τις εξής οδηγίες (σενάριο) στα παιδιά, πριν την έναρξη της δραστηριότητας: «Φανταστείτε πως είστε σε κάποιο νησί και κάνει πολύ ζέστη! Στην απέναντι ακτή (στην άλλη άκρη του χώρου) υπάρχει δροσερό νερό και χυμοί φρούτων που σας περιμένουν. Το πρόβλημα είναι ότι κάθε ομάδα έχει μόνο δύο βάρκες (χαρτόνια 1,5 X 1,5μ.) για να φτάσει απέναντι. Πρέπει να βρείτε έναν τρόπο να φτάσετε απέναντι χωρίς κανείς σας να ακουμπήσει στο νερό (πάτωμα). Αν κάποιο μέλος μιας ομάδας ακουμπήσει στο νερό, όλη η ομάδα επιστρέφει στην αρχή και ξεκινά πάλι».</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Καθορίζουν κανόνες, συντάσσουν 'συμβόλαιο συμπεριφοράς' και το αναρτούν στο χώρο εξάσκησης. Οι κανόνες έχουν ενδεικτικό τίτλο «Για να είμαστε πάντα αγαπημένοι και ευχαριστημένοι!». Σε κάθε παραβίαση κανόνα, στέλνουν τον 'παραβάτη' μαθητή να τους μελετήσει και να εντοπίσει πού έκανε την παράβαση.</li> <li>➤ Αναρτούν στο χώρο εξάσκησης τρία «επίπεδα υπευθυνότητας» στα οποία είναι δυνατόν να καταταγεί, κατά περίπτωση, η συμπεριφορά κάθε παιδιού.</li> <li>➤ Χρησιμοποιώντας τις κατάλληλες (για κάθε δραστηριότητα, ηλικία κ.ά) στιλ διδασκαλίας για</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Να επιλέγουν τον κατάλληλο συνασκούμενο ή τα κατάλληλα όργανα εξάσκησης για τη βελτίωση της δεξιότητας και να ενθαρρύνουν το συμμαθητή ή την ομάδα τους να μοιραστούν τουλάχιστον μία ιδέα για την εκτέλεση μίας δεξιότητας, χορογραφίας κ.ά. Να συμπληρώνουν με ακρίβεια ένα κατάλογο κριτηρίων αξιολόγησης της δεξιότητας, την οποία παρέχει ο διδάσκων.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Γ' τάξη):</b> Να βοηθούν στις δουλειές του σπιτιού και να είναι πρόθυμα να μετέχουν σε νέες δραστηριότητες, χωρίς να παραπονιούνται ότι δεν μπορούν ή να προσπαθούν να τις αποφύγουν.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες, προσπαθούν με τη σειρά να ρίξουν κορίνες σε απόσταση 6 μ. Ο διδάσκων προκαθορίζει το σκορ των ομάδων σε ορισμένο αριθμό προσπαθειών. Έστω ότι ένας μαθητής αντιδρά έντονα σ' ένα συμμαθητή του μ' αφορμή την καταστρατήγηση της σειράς. Ο διδάσκων τον βγάζει εκτός μαθήματος για λίγα λεπτά. Ο μαθητής επιστρέφει μόνος του όταν μπορεί να αναγνωρίσει σε ποιο επίπεδο υπευθυνότητας βρισκόταν και βεβαιώνει ότι γνωρίζει, πως πρέπει να συμπεριφερθεί για να βρεθεί σε υψηλότερο επίπεδο.</p>	<p>να δημιουργήσουν προϋποθέσεις ενεργητικής συμμετοχής στο μάθημα.</p>
--	--	---	---

## 2. Πρόγραμμα Σπουδών ανά Σκοπό: Τάξεις Δ-Ε-ΣΤ

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 1-Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτές.**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<p><b>Στόχος 1:</b> Ανάπτυξη αθλητικών δεξιοτήτων ισορροπίας, μετακίνησης και χειρισμού.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ' τάξη):</b> Να εκτελούν, σε αρχικό στάδιο, βασικές αθλητικές δεξιότητες ισορροπίας και μετακίνησης, αλλάζοντας τις παραμέτρους εκτέλεσης.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Δ' τάξη):</b> Να εκτελούν, σε αρχικό στάδιο, βασικές αθλητικές δεξιότητες χειρισμού με τα άνω άκρα, σε συνδυασμό με δεξιότητες μετακίνησης.</p> <p><b>Επιδίωξη 3 (Δ' τάξη):</b> Να εκτελούν, σε αρχικό στάδιο, αθλητικές δεξιότητες χειρισμού με τα κάτω άκρα, μεταβάλλοντας την ταχύτητα, τη ροή και την κατεύθυνση.</p>	<p>Εκτελούν ικανοποιητικά δεξιότητες ισορροπίας, όπως κυβίστηση και ανακυβίστηση, κατακόρυφο και τροχό.</p> <p>Εκτελούν ικανοποιητικά μία ρουτίνα δεξιοτήτων μετακίνησης, όπως τρέξιμο, άλμα, αναπήδηση, χόπλα, συνεχόμενα άλματα, περνώντας γύρω και πάνω από εμπόδια διαφορετικού ύψους.</p> <p>Εκτελούν ικανοποιητικά πάσα και υποδοχή της μπάλας στην καλαθοσφαίριση σε ζευγάρια, αρχικά σε στάση και στη συνέχεια μετά από μετακίνηση.</p> <p>Εκτελούν ντρίμπλα, πάσα και σουτ στο ποδόσφαιρο μεταβάλλοντας την ταχύτητα εκτέλεσης (αργά, γρήγορα), ακολουθώντας διαδρομές κυκλικές, τετράγωνες κ.ά.</p> <p>Εκτελούν συνδυασμούς δεξιοτήτων όπως λάκτισμα και υποδοχή σε συνδυασμό, ντρίμπλα και πάσα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δίνουν έμφαση στην ποιότητα εκτέλεσης των δεξιοτήτων, τονίζοντας 2-3 σημαντικά σημεία εκτέλεσης.</li> <li>➤ Προωθούν τη γνώση των σημαντικών σημείων εκτέλεσης, ζητώντας από τα παιδιά να παρατηρήσουν και να αξιολογήσουν την εκτέλεση της δεξιότητας από τους συμμαθητές τους, σύμφωνα με κατάλογο κριτηρίως/ελέγχου.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν ποικιλία δεξιοτήτων και συνθήκες εκτέλεσης.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν ποικιλία αθλητικού υλικού, όπως μπάλες, ράβδους, κώνους, πιατάκια οριοθέτησης και στόχους διαφορετικών μεγεθών.</li> <li>➤ Παρουσιάζουν δεξιότητες μη διαδομένων αθλημάτων (πχ. hockey, αντισφαίριση).</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να παρουσιάζουν διάφορες θέσεις σώματος στον αέρα, να εκτελούν ικανοποιητικά περιστροφικές δεξιότητες, δεξιότητες ανάστροφης στήριξης κά και να παρουσιάζουν ικανοποιητικά μηχανικά πρότυπα στο λάκτισμα, τη ρίψη, την υποδοχή, το χτύπημα μπάλας και άλλες δεξιότητες χειρισμού, μετακίνησης και ισορροπίας ατομικών και ομαδικών αθλημάτων.</p>	<p>Εκτελούν με επάρκεια δεξιότητες της ενόργανης γυμναστικής.</p> <p>Εκτελούν με επάρκεια δεξιότητες ατομικών και ομαδικών αθλημάτων, όπως απλή μετωπική πάσα σε στόχο (π.χ. στην πετοσφαίριση), διατηρούν την κατοχή της μπάλας (ντρίμπλα με το χέρι/πόδι) σε καταστάσεις παιχνιδιού (π.χ. στην ποδοσφαίριση, καλαθοσφαίριση, χειροσφαίριση κά).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Μεταβάλλουν τις συνθήκες εκτέλεσης των δεξιοτήτων (κατεύθυνση, ταχύτητα, απόσταση).</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν σύνθετο ασκησιολόγιο που απαιτεί τη χρήση όλων των δεξιοτήτων τεχνικής (ομαδικά αθλήματα).</li> <li>➤ Αυξάνουν το ενδιαφέρον των μαθητών χρησιμοποιώντας παιγνιώδεις δραστηριότητες.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να εκτελούν με ανεπτυγμένα πρότυπα βασικές δεξιότητες ομαδικών αθλημάτων, έχοντας ικανοποιητικά επίπεδα δυναμικής και στατικής ισορροπίας.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να εκτελούν με ανεπτυγμένα πρότυπα βασικές δεξιότητες ατομικών αθλημάτων/αγωνισμάτων.</p> <p><b>Επιδίωξη 3 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε τροποποιημένες συνθήκες ενός αθλήματος και να έχουν κατάλληλη τεχνική στην ντρίμπλα (π.χ. με τα άνω ή κάτω άκρα για συγκεκριμένη απόσταση), στην πάσα (π.χ. εμπρός, πίσω, κοντά, μακριά, με μεγαλύτερη ακρίβεια και έλεγχο σε στατικό στόχο κά) και στη ρίψη/σουτ μίας μπάλας.</p>	<p>Εκτελούν ντρίμπλα αλλάζοντας χέρι, κατεύθυνση, ταχύτητα, μετά από οπτικά ή ακουστικά ερεθίσματα, διατηρώντας όμως τον έλεγχο της μπάλας.</p> <p>Εκτελούν δεξιότητες σε αγωνίσματα του στίβου (τρέξιμο ταχύτητας, ρίψη ακοντίου και δίσκου).</p> <p>Συμμετέχουν σε τροποποιημένες συνθήκες (παιχνίδια 1Χ1, 2Χ2 κά.) ενός αθλήματος.</p> <p>Εφαρμόζουν τις δεξιότητες με κατάλληλη τεχνική σε παιχνίδια όπως «κλέβω την μπάλα των άλλων κάνοντας ντρίμπλα», ολοκληρώνουν την προσπάθεια στο συντομότερο δυνατό χρόνο κά.</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Ανάπτυξη ρουτίνας αθλητικών δεξιοτήτων χορού.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να συνδυάζουν τις αθλητικές δεξιότητες σε ρουτίνες και τις εκτελούν με διαφορετικό ρυθμό, ροή και δύναμη. Να εκτελούν τουλάχιστον ένα χορό με διαφορετική διάταξη στο χώρο (π.χ. σε ευθεία, κύκλο).</p> <p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να παρουσιάζουν επαρκή ικανότητα εκτέλεσης στο χορό.</p>	<p>Ακολουθούν το ρυθμό εκτελώντας περπάτημα, τρέξιμο, άλματα.</p> <p>Βάζουν σε σειρά δεξιότητες μετακίνησης και τις εκτελούν σύμφωνα με το ρυθμό.</p> <p>Εκτελούν χορούς (σε ευθεία, σε κύκλο κά) μόνοι, σε ζευγάρια, σε ομάδα.</p> <p>Αλλάζουν ταχύτητα και κατεύθυνση, ενώ χειρίζονται μία μπάλα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Επιλέγουν χορούς διαφορετικών αντιπροσωπευτικών μέτρων, για την ανάπτυξη του ρυθμού, με διαφορετικές διατάξεις στο χώρο.</li> <li>➤ Επιλέγουν διαφορετικούς ρυθμούς.</li> <li>➤ Θέτουν ερωτήσεις, όπως «τι άλλες κινήσεις μπορούμε να κάνουμε με το ρυθμό;».</li> <li>➤ Παρουσιάζουν ποικιλία ερεθισμάτων, όπως</li> </ul>

		Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη ΣΤ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.		παραδοσιακούς και σύγχρονους χορούς σάλας (βαλς, για την εκμάθηση των τριών βημάτων).
<b>Στόχος 3:</b> Ανάπτυξη ατομικών επιθετικών ενεργειών αμυντικών ενεργειών.	και	<b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν, σε μικρές ομάδες, σε δραστηριότητες που απαιτούν γνώση και εφαρμογή βασικών εννοιών (π.χ. αμυντική-επιθετική θέση κά) των αθλημάτων.	Παίρνουν αμυντική θέση μεταξύ αντιπάλου και στόχου κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού (π.χ. όπως 1:1 στην ποδοσφαίριση, στην καλαθοσφαίριση κά).	➤ Χρησιμοποιούν παιχνίδια και τροποποιημένες καταστάσεις παιχνιδιού ώστε να βοηθήσουν τους μαθητές να κατανοήσουν βασικά σημεία της ταχτικής και των κανονισμών των αθλοπαιδιών.
		<b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να ελίσσονται επιθετικά, για να εκτελέσουν ρίψη/χτύπημα μπάλας ή για να βρεθούν σε ελεύθερο χώρο, ώστε να πάρουν πάσα χωρίς πίεση από αντίπαλο. <b>Επιδίωξη 2 (Ε΄ τάξη):</b> Να έχουν κατάλληλες αμυντικές τοποθετήσεις (π.χ. μεταξύ αντιπάλου και στόχου).	Διακρίνουν και εκτελούν τις ατομικές και επιθετικές ενέργειες. Εφαρμόζουν τη σωστή αμυντική τοποθέτηση σε διάφορα ομαδικά σπορ.	
		<b>Επιδίωξη 2 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να εκτελούν ικανοποιητικά ατομικές επιθετικές και αμυντικές ενέργειες σε διάφορα ομαδικά αθλήματα και ομαδικές ενέργειες.	Εκτελούν σε ικανοποιητικό επίπεδο ατομικές επιθετικές (π.χ. πάσα και κίνηση, προσποίηση και σκριν) και αμυντικές ενέργειες στην κανονική μορφή των αθλημάτων (π.χ. 3:3, 4:4 και 5:5 στην καλαθοσφαίριση).	
<b>Στόχος 4:</b> Ανάπτυξη επιθετικών αμυντικών συνδυασμών και δεξιοτήτων προσανατολισμού.	και	Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Δ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.		➤ Επιβραβεύουν τις ορθές επιλογές στην επίθεση και την άμυνα και προωθούν τη συνεργασία μεταξύ των παιδιών.  ➤ Επιδεικνύουν τα σημεία του ορίζοντα με τη χρήση πυξίδας και χάρτη.
		<b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να εκτελούν, σε αρχικό στάδιο, κινητικούς επιθετικούς και αμυντικούς συνδυασμούς σε ομαδικά αθλήματα.	Εκτελούν επιθέσεις σε παιχνίδια 3 εναντίον 2 (συνθήκη που απαιτεί ταχύτητα και συνεργασία μεταξύ των παικτών έτσι ώστε ένας επιθετικός να βρεθεί μόνος κοντά στο καλάθι).	
		<b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να εκτελούν, σε αρχικό στάδιο, δεξιότητες προσανατολισμού και χρησιμοποίησης χάρτη, για την ολοκλήρωση μίας αρχικής πορείας προσανατολισμού.	Αναγνωρίζουν τα σημεία του ορίζοντα και κινούνται σύμφωνα με τις παρεχόμενες οδηγίες, χρησιμοποιώντας χάρτη. Για παράδειγμα, όπως στο παιχνίδι του <i>κρυμμένου θησαυρού</i> , στον <i>προσανατολισμό</i> στο δάσος (orienteering).	

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 2- Απόκτηση γνώσεων από την αθλητική επιστήμη και παράλληλη εφαρμογή τους για την αποτελεσματική συμμετοχή σε παρούσες και μελλοντικές συνθήκες φυσικής δραστηριότητας.**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<b>Στόχος 1:</b> Γνώση του τρόπου εκτέλεσης των αθλητικών δεξιοτήτων.	<b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν ικανοποιητικά τα σημαντικά σημεία στην εκτέλεση των βασικών αθλητικών δεξιοτήτων ισορροπίας, μετακίνησης και χειρισμού, με διαφορετικούς συνδυασμούς σχημάτων, επιπέδων, δύναμης, ταχύτητας και ροής και να τις παρουσιάζουν.	Εκτελούν δεξιότητες μετακίνησης [π.χ. τρέξιμο και οριζόντιο άλμα με διαφορετικούς συνδυασμούς ταχύτητας (γρήγορα, αργά, εναλλάσσοντας αργό και γρήγορο ρυθμό), δύναμης (απαλά, σκληρά, στις άκρες των δαχτύλων, στα πέλματα) , ροής (με απότομες κινήσεις, ομαλά, χωρίς χρήση χεριών) και επιπέδου (σε ψηλό επίπεδο, σε χαμηλό επίπεδο)].	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συσχετίζουν το διδακτικό αντικείμενο με γνώση που έχουν λάβει τα παιδιά στο μάθημα της φυσικής.</li> <li>➤ Ζητούν από τα παιδιά να μελετήσουν από το βιβλίο της <i>φυσικής</i> το σχετικό μάθημα που αφορά τους μοχλούς.</li> <li>➤ Υποβάλλουν ερωτήσεις στα παιδιά (π.χ. «γιατί δεν μπορούμε να στείλουμε την μπάλα τόσο μακριά με την κεφαλιά, όσο με το σουτ;» κά).</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να εξηγούν πώς μεταβάλλεται η κατεύθυνση ενός αντικειμένου και η ταχύτητα εκτέλεσης, ανάλογα με το μήκος και το σχήμα του σώματος. Να εξηγούν τις έννοιες που σχετίζονται με την αποτελεσματική χρήση των μοχλών, να εκτελούν ικανοποιητικά βάσει των εννοιών αυτών και να γνωρίζουν, ποιος είναι ο κατάλληλος εξοπλισμός για τη βελτίωση της εκτέλεσης.	Κατανοούν ότι το ανθρώπινο σώμα λειτουργεί ως μοχλός, κατά την εκτέλεση των δεξιοτήτων: εξασκούνται στο σουτ προς την εστία μετά από πάσα συμπαίκτη. Ο εκπαιδευτικός εξηγεί ότι όσο πιο μεγάλο μοχλό χρησιμοποιούν, τόσο πιο μακριά πηγαίνει η μπάλα.	

	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να κατανοούν πιο ανεπτυγμένα κινητικά πρότυπα, καθώς ρολάρουν, υπερπηδούν, ισορροπούν, μεταφέρουν το βάρος τους, χειρίζονται όργανα με τα άνω και κάτω άκρα.</p> <p><b>Επιδίωξη 2:</b> Να εφαρμόζουν κινητικές έννοιες και αρχές στη μάθηση αθλητικών δεξιοτήτων, να έχουν αυξημένη χωρική αντίληψη και γνώση των σημαντικών σημείων εκτέλεσής τους.</p>	<p>Αναφέρουν τα σημαντικά σημεία εκτέλεσης των δεξιοτήτων όπως αντίθεση χεριού-ποδιού, φάση απελευθέρωσης του οργάνου κατά την εκτέλεση των ρίψεων.</p> <p>Παίρνουν θέση, ανάλογα με την κατεύθυνση της μπάλας, καλύπτουν τον κενό χώρο (π.χ. μεταξύ της μπάλας, του στόχου, του αντιπάλου και του εαυτού τους), κατευθύνουν την μπάλα σε κενό χώρο στο αντίπαλο γήπεδο, σε ένα παιχνίδι μπάσκετ.</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Αναγνώριση και σχεδιασμός δραστηριοτήτων που βελτιώνουν τις αθλητικές δεξιότητες.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν και να σχεδιάζουν αθλητικές δεξιότητες (από προτεινόμενο κατάλογο), εφαρμόζοντας με αποτελεσματικότητα τις έννοιες του χώρου, της προσπάθειας και των σχέσεων.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Δ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν και να επιλέγουν (από προτεινόμενο κατάλογο) τις κατάλληλες δραστηριότητες, για τη βελτίωση των αθλητικών δεξιοτήτων.</p>	<p>Εκτελούν ντρίμπλα σε διαφορετικό επίπεδο (π.χ. στο ύψος του ποδιού, χαμηλότερα από το γόνατο, στο ύψος της μέσης, αλλάζουν επίπεδο σε κάθε αναπήδηση), χώρος-κατεύθυνση (π.χ. μπροστά του, στη μια πλευρά, πίσω του, σε ευθεία, σε κύκλο, σε ζικ-ζακ), χώρος-πεδίο (π.χ. στο χώρο του, στο ίδιο σημείο, σε όλο το γήπεδο, μακριά από το σώμα, κοντά στο σώμα, με το άλλο χέρι).</p>	<p>➤ Επιλέγουν δραστηριότητες που εκτελούνται σε διαφορετικούς συνδυασμούς επιπέδων, σχημάτων, δύναμης, ταχύτητας και ροής.</p> <p>➤ Συνδέουν τη δημιουργία των παιχνιδιών με τα σπορ που αγαπούν τα παιδιά.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να μπορούν να σχεδιάσουν ένα χορό ή ένα αθλητικό παιχνίδι για μικρή ομάδα παιδιών.</p>	<p>Συζητούν, εξασκούνται και παρουσιάζουν ένα δικό τους παιχνίδι.</p>	
	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη ΣΤ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>		
<p><b>Στόχος 3:</b> Γνώση των επιθετικών και αμυντικών στρατηγικών.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν και να εφαρμόζουν δύο τουλάχιστον απλές επιθετικές και αμυντικές στρατηγικές/τακτικές, σε συνθήκες εκπαιδευτικού παιχνιδιού.</p>	<p>Εκτελούν μεταβιβάσεις, ενώ η αντίπαλη ομάδα προσπαθεί να κλέψει την μπάλα σε ένα παιχνίδι, επιδιώκοντας να μετακινηθούν σε ελεύθερο χώρο για την υποδοχή της, αποφεύγοντας τους αντιπάλους.</p>	<p>➤ Δημιουργούν προσαρμοσμένες συνθήκες εκτέλεσης, οι οποίες είναι ανάλογες με το επίπεδο των παιδιών (π.χ. χαμηλότερο καλάθι, πιο ελαφριά μπάλα).</p>



	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν τις κατάλληλες επιθετικές ενέργειες και τις αμυντικές τοποθετήσεις στο χώρο, κατά τη διεξαγωγή ομαδικών δραστηριοτήτων, καθώς και τα σημαντικά σημεία εκτέλεσής τους.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Ε΄ τάξη):</b> Γνωρίζουν ικανοποιητικά επιθετικές και αντίστοιχα αμυντικές στρατηγικές/τακτικές και έννοιες παιχνιδιού (π.χ. 2 εναντίον 2, 3 εναντίον 3) και συνδυάζουν δεξιότητες δημιουργώντας σύνθετες κινητικές ρουτίνες για να βοηθήσουν τους συμπαίχτες του ή να αποτρέψουν κινήσεις των αντιπάλων</p>	<p>Εφαρμόζουν την προσποίηση, το ξεμαρκάρισμα, την άμυνα «ένας προς έναν» (man-to-man) και διεκδικούν το ρημπάουντ σε τροποποιημένο παιχνίδι καλαθοσφαίρισης.</p> <p>Εκτελούν την κίνηση «δίνω και φεύγω» (give and go) σε παιχνίδι καλαθοσφαίρισης.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δημιουργούν καταστάσεις αγώνα, για την εφαρμογή των στρατηγικών του παιχνιδιού.</li> <li>➤ Θέτουν ερωτήσεις στα παιδιά, για τα σημαντικά σημεία των στρατηγικών του παιχνιδιού.</li> </ul>
	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη ΣΤ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>		
<p><b>Στόχος 4:</b> Έλεγχος της κίνησης (ανατροφοδότηση, διόρθωση, καθορισμός στόχων).</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να παρατηρούν και να αξιολογούν (βάσει καρτέλας) τα σημαντικά σημεία στην εκτέλεση μεμονωμένων δεξιοτήτων ή συνδυασμού (ρουτίνα) μίας ή περισσότερων κατηγοριών αθλητικών δεξιοτήτων.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες, τα μισά εκτελούν τη δεξιότητα [π.χ. μεταβίβαση με δάχτυλα, μεταβίβαση με τους πήχεις (μανσέτα), σερβίς κá] και τα υπόλοιπα αξιολογούν (βάσει καρτέλας) την εκτέλεση, ελέγχοντας τα σημαντικά σημεία.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δημιουργούν καρτέλες αξιολόγησης με τα σημαντικά σημεία εκτέλεσης των δεξιοτήτων.</li> <li>➤ Κατευθύνουν, μέσω οδηγιών, την προσοχή των παιδιών στα σημαντικά σημεία εκτέλεσης, κατά την επίδειξη της δεξιότητας.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να παρατηρούν την ύπαρξη σημαντικών σημείων στην προσωπική εκτέλεση (τεχνική) ή την εκτέλεση του συμμαθητή σε διάφορες δεξιότητες, μίας ή περισσότερων κατηγοριών σε συνδυασμό.</p>	<p>Σε ζευγάρια, ο ένας εκτελεί τη δεξιότητα (π.χ. μεταβίβαση με δάχτυλα, τους πήχεις, σερβίς) και ο άλλος αξιολογεί βάσει καρτέλας, την εκτέλεση ελέγχοντας τα σημαντικά σημεία.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Χρησιμοποιούν το <i>αμοιβαίο στιλ</i> διδασκαλίας.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν το στιλ του <i>αυτοελέγχου</i>, κατά τη διδασκαλία.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν (με τη βοήθεια του διδάσκοντα) τα κύρια λάθη στις προσωπικές κινήσεις και τις λεπτομέρειες.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να επιλέγουν τρόπους εξάσκησης, ανάλογους με το επίπεδο κινητικής ανάπτυξής τους.</p> <p><b>Επιδίωξη 3 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τη σημασία του καθορισμού στόχων και το ρόλο της συνεχούς εξάσκησης στη βελτίωση της απόδοσης.</p>	<p>Εξασκούνται ατομικά και αξιολογούν την απόδοσή τους με φύλλο ελέγχου.</p> <p>Επιλέγουν το επίπεδο δυσκολίας της άσκησης ανάλογα με τις δυνατότητές τους, για παράδειγμα μεταβάλλοντας τις παραμέτρους της δύναμης και της τροχιάς στη ρίψη και την υποδοχή.</p> <p>Εκτελούν σερβίς από τη γραμμή του σερβίς ή μέσα από το γήπεδο, στο απέναντι γήπεδο και επιλέγουν προσωπικούς στόχους απόδοσης.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ενθαρρύνουν τη συνέχιση της προσπάθειας των παιδιών με θετική ανατροφοδότηση.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν τα στυλ της <i>διαφοροποίησης του βαθμού δυσκολίας/μη αποκλεισμού</i>, κατά τη διδασκαλία.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τη συζήτηση για τη σημασία της εξάσκησης και του καθορισμού ατομικών στόχων στη βελτίωση της απόδοσης.</li> <li>➤ Ακολουθούν τις αρχές καθορισμού στόχων.</li> </ul>
--	---	--	--

### ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 3- Γνώση και ανάπτυξη ενός επιπέδου φυσικής κατάστασης για την υγεία.

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕ ΝΑ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b>	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
		<b>Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....</b>	<b>Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...</b>
<p><b>Στόχος 1:</b> Γνώση της δομής και της λειτουργίας του σώματος.</p>	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Δ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p> <p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τους κύριους μύες του σώματος.</p>	<p>Εκτελούν διαφορετικές δραστηριότητες (π.χ. άλματα, κάμψεις, κοιλιακούς, ραχιαίους κá) και αναγνωρίζουν τους μυς που ασκούνται σε κάθε δραστηριότητα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Τοποθετούν στο χώρο άσκησης αφίσες που περιγράφουν τους μύες του σώματος.</li> <li>➤ Εξηγούν στα παιδιά ότι ένας πρακτικός τρόπος</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να υπολογίζουν τη μέγιστη και την καρδιακή συχνότητα στην «ιδανική ζώνη» και να μετρούν τον καρδιακό παλμό σε δύο σημεία του σώματος (πριν, κατά τη διάρκεια και μετά το τέλος της φυσικής δραστηριότητας). Να παρουσιάζουν ανεπτυγμένα πρότυπα, κατά την εκτέλεση δραστηριοτήτων διάρκειας 20 λεπτών, που διατηρούν την καρδιακή συχνότητα στο 60%-85% της μέγιστης, καθώς και δραστηριοτήτων που αυξάνουν το εύρος κίνησης και τη μυϊκή δύναμη/αντοχή.</p>	<p>Επιλέγουν 4-5 ασκήσεις-σταθμούς και ασκούνται στην «ιδανική ζώνη». Μετρούν και καταγράφουν τον καρδιακό παλμό: ηρεμίας, κατά τη διάρκεια και στο τέλος της άσκησης.</p>	<p>για να καταλάβουν το 100% της προσπάθειάς τους είναι να νιώθουν εξουθενωμένα στο τέλος των ασκήσεων: το 60%-85% της προσπάθειας είναι να νιώθουν κούραση, αλλά να μπορούν να συνεχίσουν την άσκηση για λίγο ακόμη ή και να προχωρήσουν σε άλλη δραστηριότητα και το ελάχιστο ποσοστό προσπάθειας, όταν νιώθουν σαν να μην έκαναν τίποτα.</p>
<p><b>Στόχος 2:</b> Γνώση των στοιχείων της φυσικής κατάστασης που προάγουν την υγεία και του τρόπου ανάπτυξής τους.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να διαχωρίζουν τη μυϊκή δύναμη από τη μυϊκή αντοχή, να περιγράφουν πώς αναπτύσσεται η κάθε μία μέσω της άσκησης και να αναγνωρίζουν την επίδραση της «υπερφόρτωσης» σε αυτές. Να περιγράφουν πώς διατηρείται και πώς βελτιώνεται η ευλυγισία.</p>	<p>Εξασκούνται με μεγαλύτερο βάρος και λιγότερες επαναλήψεις, για την αύξηση της μυϊκής δύναμης και με λιγότερο βάρος και περισσότερες επαναλήψεις, για τη βελτίωση της μυϊκής αντοχής.</p>	<p>➤ Εξηγούν την αρχή της υπερφόρτωσης (ένταση, διάρκεια, συχνότητα άσκησης) και θέτουν σχετικές ερωτήσεις στα παιδιά.</p> <p>➤ Δημιουργούν σταθμούς εργασίας. Σε κάθε σταθμό αναρτούν καρτέλα με το σκοπό της άσκησης (π.χ. δύναμη χεριών, αντοχή ποδιών κά). Τα παιδιά επιλέγουν από κατάλογο δραστηριοτήτων και εκτελούν τις ασκήσεις.</p>
<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να εξηγούν έννοιες που σχετίζονται με την καρδιαγγειακή αντοχή, τη μυϊκή δύναμη/αντοχή και την ευλυγισία και να εκτελούν με ανεπτυγμένα πρότυπα.</p>	<p>Αυξάνουν την ένταση της δραστηριότητας, προκειμένου να επιτευχθεί η ιδανική καρδιακή συχνότητα.</p>		
<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να διαχωρίζουν τη μυϊκή δύναμη από τη μυϊκή αντοχή και την αερόβια από την αναερόβια ικανότητα και να γνωρίζουν τους τρεις παράγοντες για την επίτευξη της «υπερφόρτωσης».</p>	<p>Ασκούνται σε σταθμούς εργασίας (κυκλική άσκηση ή κυκλική προπόνηση), με διαφορετικές δραστηριότητες (π.χ. κάμψεις-τάσεις αγκώνων, έλξεις, κοιλιακοί, καθίσματα με πλάτη στον τοίχο, ραχιαίοι, ανέβασμα σε σκαλοπάτια, σχοινάκι κά) και στη συνέχεια, περιγράφουν τι βελτιώνεται σε κάθε σταθμό.</p>		

<p><b>Στόχος 3 (ισχύει για τη Δ' τάξη):</b> Γνώση των δραστηριοτήτων που βελτιώνουν τη σχετική με την υγεία ΦΚ, αλλά και του τρόπου εκτέλεσής τους.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1:</b> Να γνωρίζουν και να αναφέρουν τρία προσωπικά οφέλη από τη συμμετοχή στη φυσική δραστηριότητα και τα σημαντικά σημεία στην εκτέλεση των δραστηριοτήτων, για την ανάπτυξη της ΦΚ για υγεία.</p>	<p>Παρουσιάζουν παιχνίδια ή δραστηριότητες που εκφράζουν το δραστήριο τρόπο ζωής και τα αποτελέσματα από τη συμμετοχή ή το αντίθετο.</p>	<p>➤ Συζητούν για τα οφέλη από τη συμμετοχή στη ΦΚ.</p>
<p><b>Στόχος 4:</b> Απόκτηση στοιχείων φυσικής κατάστασης που προάγουν την υγεία.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ' τάξη):</b> Να έχουν ικανοποιητικά επίπεδα καρδιαγγειακής αντοχής, μυϊκής δύναμης/αντοχής, ευλυγισίας.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Δ' τάξη):</b> Να επιλέγουν και να συμμετέχουν τακτικά σε δύο διαφορετικές δραστηριότητες, για τη βελτίωση δύο διαφορετικών στοιχείων της ΦΚ για υγεία.</p>	<p>Ολοκληρώνουν απόσταση 1.500 μ. με τρέξιμο και ενδιάμεσα βάδισμα, έχοντας σταθερό ρυθμό, σε χρονικό διάστημα ανάλογο της ηλικίας τους.</p> <p>Τρέχουν και ενδιάμεσα περπατούν απόσταση 1200μ. (για παιδιά ηλικίας 10-11 ετών). Το σκορ είναι ο χρόνος (σε λεπτά και δευτερόλεπτα) κάλυψης της απόστασης.</p> <p>Διατηρούν <i>Ατομική Καρτέλα Απόδοσης</i> με ατομικές επιδόσεις της καρδιαγγειακής αντοχής, της μυϊκής δύναμης και αντοχής και της ευλυγισίας.</p>	<p>➤ Παροτρύνουν τα παιδιά να βοηθήσουν στη διαμόρφωση του περιβάλλοντος για τη διεξαγωγή των τεστ ΦΚ αλλά και στην αξιολόγηση των συμμαθητών τους.</p> <p>➤ Τονίζουν ότι ο στόχος είναι η ατομική βελτίωση.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε' τάξη):</b> Να ολοκληρώνουν απόσταση 1500 μ. με τρέξιμο (και βάδισμα ενδιάμεσα), σε χρονικό διάστημα ανάλογο της ηλικίας τους.</p>	<p>Τρέχουν σε διαδρομή που έχει δημιουργηθεί ανάλογα με το χώρο που διαθέτει το σχολείο, καλύπτοντας συνεχόμενα ή διαλειμματικά αποστάσεις από 100 ως 300 μέτρα.</p>	<p>➤ Θέτουν ερωτήσεις για τα οφέλη της φυσικής δραστηριότητας (διατήρηση της υγείας, διασκέδαση, ικανότητα να εκτελείται φυσική εργασία, όχι συνεχής κούραση, θετική αυτο-εικόνα, αυξημένη ενέργεια για μάθηση,</p>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν ποιες δραστηριότητες αναπτύσσουν τη ΦΚ για υγεία και τη θετική επίδραση της φυσικής δραστηριότητας και της προθέρμανσης-αποθεραπείας στην ανάπτυξή της.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τις αρνητικές επιπτώσεις της υποκινητικότητας στην ΦΚ για υγεία. Να γνωρίζουν καταστάσεις και δραστηριότητες που εγκυμονούν τραυματισμούς, αλλά και πώς να συμπεριφέρονται – προσφέρουν πρώτες βοήθειες σε περιπτώσεις τραυματισμών κατά τη φυσική δραστηριότητα (π.χ. σ' ένα διάστρεμμα).</p>	<p>Δημιουργούν ή/και επιλέγουν δραστηριότητες προθέρμανσης και αναλαμβάνουν τη διεξαγωγή της συγκεκριμένης φάσης του προγράμματος (π.χ. αργό τρέξιμο ή παιχνίδι με μπάλα, διατάσεις, παιχνίδια προθέρμανσης).</p> <p>Επιλέγουν από κατάλογο και εκτελούν δραστηριότητες που αναπτύσσουν συγκεκριμένα στοιχεία ΦΚ για υγεία.</p>	<p>παράταση του προσδόκιμου ζωής).</p>
<p><b>Στόχος 5:</b> Καθορισμός στόχων και αξιολόγηση της ΦΚ που προάγει την υγεία.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να καθορίζουν προσωπικούς στόχους για τη βελτίωση των παραμέτρων της ΦΚ για υγεία και να συμμετέχουν σε διαδικασίες αξιολόγησής τους.</p> <p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να κατανοούν και να εξηγούν τα οφέλη που προκύπτουν από την επίτευξη των στόχων για υγεία και να καθορίζουν μακροπρόθεσμους ατομικούς στόχους, σε εκείνα τα στοιχεία ΦΚ για υγεία που διαγνώστηκαν αδυναμίες.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Ε΄ τάξη):</b> Να σχεδιάζουν ένα απλό προσωπικό πρόγραμμα ΦΚ για υγεία και να συμμετέχουν σε τυπική αξιολόγησή της.</p>	<p>Δημιουργούν <i>Ατομικό Φυλλάδιο Στόχων</i> για τα στοιχεία της ΦΚ για υγεία. Ασκούνται πάνω σε αυτό, καταγράφοντας τις επιδόσεις τους, τις οποίες χρησιμοποιούν για να θέσουν καινούργιους, ρεαλιστικούς στόχους.</p> <p>Ολοκληρώνουν κυκλικά τις ακόλουθες δραστηριότητες: α) τρέξιμο καλύπτοντας απόσταση τουλάχιστον 600 μ., β) 3 σετ κοιλιακών και ραχιαίων, γ) 3 σετ κάμψεων-τάσεων αγκώνων, διατάσεις από εδραία θέση, διατάσεις σε ζευγάρια εξάσκησης, δ) στάση πελαργού (ισορροπία), με συγκεκριμένη διάρκεια εξάσκησης και διαλείμματος.</p> <p>Καταγράφουν τις επιδόσεις τους στην <i>Ατομική Καρτέλα Απόδοσης</i> (π.χ. το σκορ-χρόνο διέλευσης της διαδρομής) και οριοθετούν (με τη βοήθεια του διδάσκοντα) το στόχο που πρέπει να πετύχουν στην επόμενη προσπάθεια.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Χρησιμοποιούν ασκησιολόγιο γνωστό στα παιδιά.</li> <li>➤ Βοηθούν τα παιδιά να θέσουν συγκεκριμένους στόχους (π.χ. βελτίωση 10% στους ραχιαίους).</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τα παιδιά να θέσουν προσωπικούς στόχους απόδοσης.</li> <li>➤ Ελέγχουν τακτικά τον <i>Ατομικό Φάκελο Μαθητή</i> (portfolio) και σχολιάζουν το περιεχόμενο σε συνεργασία με τον ίδιο το μαθητή.</li> <li>➤ Αφήνουν τα παιδιά να ασκηθούν μόνα τους. Επεμβαίνουν μόνο όταν κρίνουν πως είναι</li> </ul>

	<b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να ασκούνται ανεξάρτητα, με ελάχιστη επίβλεψη, να προσπαθούν να πετύχουν στόχους και να συμμετέχουν σε δραστηριότητες αξιολόγησης της ΦΚ που προάγουν την υγεία.	Αξιολογούν και αξιολογούνται σε δυο τεστ ΦΚ για υγεία και καταγράφουν τις επιδόσεις τους.	απαραίτητο.
--	--	---	-------------

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 4- Απόκτηση θετικής εμπειρίας από τη φυσική δραστηριότητα και ανάπτυξη της αυτοέκφρασης και της κοινωνικότητας.**

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕ ΝΑ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b>	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
		<b>Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....</b>	<b>Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...</b>
<b>Στόχος 1:</b> Συμμετοχή στη φυσική δραστηριότητα εντός και εκτός σχολικού περιβάλλοντος για την επίτευξη στόχων.	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε όλες τις δραστηριότητες εντός σχολείου και σε επιλεγμένες δραστηριότητες εκτός σχολείου, για να βελτιώσουν την κινητική τους απόδοση και να πετύχουν προσωπικούς στόχους ΦΚ για υγεία.</p> <p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε όλες τις δραστηριότητες εντός σχολείου και σε επιλεγμένες δραστηριότητες εκτός σχολείου, κάποιες από τις οποίες είναι σχεδιασμένες για τη βελτίωση των αδυναμιών τους.</p> <p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε αυτοεπιλεγμένες δραστηριότητες για τη βελτίωση της αερόβιας ικανότητας και μυϊκής δύναμης, εντός και εκτός σχολείου, ανάλογα με τα ενδιαφέροντά τους και να ξεχωρίζουν εκείνες που τα ευχαριστούν και θα τα οδηγήσουν στη δια βίου συμμετοχή.</p>	<p>Μαθαίνουν τις συνέπειες της άσκησης στον οργανισμό (π.χ. στους καρδιακούς σφυγμούς και τη θερμοκρασία του σώματος).</p> <p>Αξιολογούνται στην ταχύτητα, δύναμη κάτω άκρων και δύναμη άνω άκρων. Προτείνουν δραστηριότητες με τις οποίες θα βελτιώσουν τις αδυναμίες τους.</p> <p>Συμμετέχουν σε δραστηριότητες για την ανάπτυξη της αερόβιας ικανότητας, της μυϊκής ενδυνάμωσης, της ευλυγισίας ή της επιδεξιότητας (π.χ. σε χορούς, αθλήματα, εκπαιδευτικά παιχνίδια κά), τις οποίες έχουν επιλέξει.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Χρησιμοποιούν την <i>κυκλική εξάσκηση</i> και συζητούν με τα παιδιά για τις προσαρμογές του οργανισμού τους στις ασκήσεις.</li> <li>➤ Παρέχουν ανατροφοδότηση που αναφέρεται στις προσαρμογές του οργανισμού και όχι στην άρτια από τεχνικής πλευράς εκτέλεση των ασκήσεων.</li> <li>➤ Αποκτούν σαφή εικόνα για τις ικανότητες των παιδιών, εφαρμόζοντας ανάλογες δοκιμασίες.</li> <li>➤ Δημιουργούν <i>σταθμούς άσκησης</i> με διαφορετικά είδη δραστηριοτήτων.</li> <li>➤ Συζητούν για τη φυσική δραστηριότητα, τονίζουν τη σημασία του δραστήριου τρόπου ζωής και τα οφέλη από τη συμμετοχή στη φυσική δραστηριότητα, το ρόλο της στην ψυχική-σωματική υγεία και την ακαδημαϊκή απόδοσης, καθώς και τη σημασία του δια βίου δραστήριου τρόπου ζωής.</li> </ul>

<b>Στόχος 2:</b> Ανάπτυξη δημιουργικότητας και αυτο-έκφρασης.	<b>Επιδίωξη 1 (Δ' τάξη):</b> Να δημιουργούν (με τη βοήθεια του διδάσκοντα) κινητικές ρουτίνες (με ή χωρίς μουσική) και χορογραφίες και να τις παρουσιάζουν στους συμμαθητές.	Δημιουργούν και παρουσιάζουν τη δική τους σειρά κινήσεων, όπως ασκήσεις γυμναστικής (π.χ. ισορροπίες, βηματισμούς, άλματα, στροφές κá) και δεξιότητες της ενόργανης που ήδη γνωρίζουν.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ενημερώνουν τα παιδιά για τη σημασία του ρυθμού στην αποτελεσματική εφαρμογή των κινητικών ρουτινών και των αθλητικών δεξιοτήτων.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν σύγχρονη μουσική της αρεσκείας των παιδιών.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν και προωθούν τη συμμετοχή και των δύο φύλων στις δραστηριότητες.</li> <li>➤ Κατευθύνουν τα παιδιά στη δημιουργία κινητικών ρουτινών, με έμφαση στις γυμναστικές ασκήσεις και όχι μόνο στο χορό. Παράλληλα, όμως, τονίζουν όμως τη σημασία του ρυθμού.</li> <li>➤ Συζητούν με τα παιδιά για την έκφραση μέσα από την κίνηση (π.χ. συναίσθημα, δύναμη, ρυθμό, χώρο, ροή, σχήμα κá).</li> <li>➤ Παροτρύνουν τη χρήση διαφορετικών μέσων παρουσίασης, όπως δημιουργικό χορό, παραδοσιακό χορό, ρυθμική, μιμητικό παιχνίδι κá.</li> <li>➤ Συμμετέχουν στις δραστηριότητες.</li> <li>➤ Δίνουν χρόνο στα παιδιά να εξασκηθούν.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν ελκυστική μουσική.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Ε' τάξη):</b> Να χρησιμοποιούν την κίνηση ως μέσο έκφρασης και δημιουργικότητας και να αναπτύσσουν εμπιστοσύνη στον εαυτό τους, για τη συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες.	Εργάζονται σε ομάδες και παρουσιάζουν κινητικά ένα στοιχείο του ανεμοστρόβιλου (ο άνεμος μπορεί να εκφραστεί με τρέξιμο και αλλαγές κατεύθυνσης σε συγκεκριμένη διαδρομή, καθορισμένη από κώνους, η βροχή με τρέξιμο στις μύτες, τα σύννεφα με ασκήσεις με στεφάνια, οι κεραυνοί με το πέταγμα κορυνών, οι αστραπές με το πέταγμα φρίσμπι και το χαλάζι με γρήγορο και δυνατό επί τόπου τρέξιμο).	
	<b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ' τάξη):</b> Να παρακολουθούν τις δημιουργικές κινητικές ρουτίνες που εκτελούνται από έναν πιο έμπειρο και να συζητούν με τους συμμαθητές, για την έκφραση μέσω της κίνησης. <b>Επιδίωξη 2 (ΣΤ' τάξη):</b> Να επιλέγουν ένα μέσο που τους βοηθά να αυξήσουν την παρακίνηση και την ευχαρίστηση κατά την εξάσκηση. <b>Επιδίωξη 3 (ΣΤ' τάξη):</b> Να σχεδιάζουν και να εκτελούν (ατομικά ή σε συνεργασία) ρουτίνες κινητικών δεξιοτήτων με μουσική ή άλλα κατάλληλα μέσα, κάποιες από τις οποίες βασίζονται σε ένα θέμα.	Δημιουργούν μικρές κινητικές ρουτίνες και τις παρουσιάζουν. Παρουσιάζουν και αναφέρουν τις δεξιότητες που χρησιμοποίησαν καθώς και τα στοιχεία που πιστεύουν πως εκφράστηκαν μέσα από την κίνηση. Επιλέγουν το μέσο (π.χ. έλξη βάρους – ή συνοδεία μουσικής) που τους ευχαριστεί περισσότερο για να ασκηθούν στη δύναμη/αντοχή χεριών, ποδιών, κοιλιακών και στην καρδιαγγειακή αντοχή. Σχεδιάζουν ατομικά ή σε συνεργασία μία ρουτίνα (π.χ. βήματα χορογραφίας για πατινάζ ή αερόμπικ κá) και εκτελούν με μουσική.	

<b>Στόχος 3:</b> Αύξηση του επιπέδου δυσκολίας κατά την εξάσκηση	<b>Επιδίωξη 1 (Δ' τάξη):</b> Να αποδέχονται την άσκηση σε δυσκολότερες συνθήκες, την ανατροφοδότηση του διδάσκοντα και των συμμαθητών και να προσπαθούν να βελτιώσουν το επίπεδό τους.	Εκτελούν σε ζευγάρια πάσα στήθους στο μπάσκετ, αυξάνοντας σταδιακά την απόσταση ή προσθέτοντας κίνηση, ενώ ένας τρίτος μαθητής (ο παρατηρητής/βοηθός) ελέγχει την εκτέλεση και παρέχει ανατροφοδότηση (από κάρτες με τα σημαντικά σημείων των δραστηριοτήτων).	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Παρέχουν ανατροφοδότηση, σχετική με την επικοινωνία (ενθάρρυνση προσπάθειας, θετική προσέγγιση) μεταξύ ασκούμενου και παρατηρητή.</li> <li>➤ Εφαρμόζουν το σπιλ <i>του αυτοελέγχου</i> και της <i>διαφοροποίησης του βαθμού δυσκολίας</i>, κατά την εξάσκηση.</li> <li>➤ Διαμορφώνουν κατάλληλα τα επίπεδα δυσκολίας των δραστηριοτήτων, ώστε να διασφαλίζεται η εμπειρία επιτυχίας για όλα τα παιδιά.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Ε' τάξη):</b> Να επιλέγουν κατάλληλες ασκήσεις με αυξανόμενο βαθμό δυσκολίας, βάσει της προόδου τους και των εμπειριών επιτυχίας που αποκτούν.	Εξασκούνται στο σουτ στη χειροσφαίριση: διαφοροποιείται η απόσταση, η παρουσία (ή μη) τερματοφύλακα, το μέγεθος της εστίας. Τα παιδιά εκτελούν σε όλες τις συνθήκες. Επιλέγουν ασκήσεις ανάλογα με τις επιδόσεις τους, τις οποίες εκτελούν στο επόμενο μάθημα.	
	Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη ΣΤ' τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.		
<b>Στόχος 4:</b> Απόλαυση από τη συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες, ανεξάρτητα από το αποτέλεσμα.	<b>Επιδίωξη 1 (Δ' τάξη):</b> Να απολαμβάνουν το ρόλο του θεατή σε διάφορες εκδηλώσεις φυσικής δραστηριότητας/σπρο/αθλοπαιδιών.	Παρακολουθούν βίντεο με μεγάλες στιγμές του σύγχρονου αθλητισμού και τις αντίστοιχες αντιδράσεις των θεατών σε αυτές. Αναλαμβάνουν ρόλους αθλητή, αγωνοδίκη και θεατή στα αγωνίσματα του κλασικού αθλητισμού.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συζητούν με τα παιδιά, σχετικά με αποδεκτούς τρόπους αντιδράσεων των φιλάθλων στους αγώνες και τις συνέπειες των αντιδράσεων αυτών.</li> <li>➤ Δημιουργούν οι ίδιοι ή αναθέτουν στα παιδιά το σχεδιασμό <i>Κανόνων Φίλαθλης Συμπεριφοράς</i>, οι οποίες αναρτώνται στο χώρο άθλησης.</li> <li>➤ Τονίζουν τη σημασία της συμμετοχής.</li> <li>➤ Απονέμουν μετάλλια για προσπάθεια και απόδοση.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Ε' τάξη):</b> Να απολαμβάνουν το συναγωνισμό ανεξάρτητα από το αποτέλεσμα, να αποδέχονται τη νίκη με ταπεινότητα, να επαινούν τους αντιπάλους για την απόδοσή τους και να αναγνωρίζουν τις δυνατότητες της ηττημένης ομάδας.	Διοργανώνουν πρωτάθλημα τάξης/τμήματος, αναλαμβάνοντας ρόλους: κριτών, σημειωτών.	
	Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη ΣΤ' τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.		
<b>Στόχος 5:</b> Συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες.	<b>Επιδίωξη 1 (Δ' τάξη):</b> Να συμμετέχουν με ευχαρίστηση σε ομαδικές δραστηριότητες στο φυσικό περιβάλλον με φίλους/συμμαθητές.	Συμμετέχουν σε δραστηριότητες προσανατολισμού και ενημερώνονται για τη χρήση/ανάγνωση των χαρτών, τη χρήση της πυξίδας και τα σημεία του ορίζοντα στο χάρτη.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Προτιμούν περιοχές για τη δραστηριότητα προσανατολισμού, οι οποίες να μην είναι ιδιαίτερα γνωστές τα παιδιά.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τη συνεργασία.</li> </ul>



<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να δημιουργούν και να μετέχουν με την παρέα τους σε «παιχνίδια» της γειτονιάς ή του σχολείου (π.χ. ποδοσφαίρου, μπάσκετ, στίβου, κολύμβησης, χορών κά), προάγοντας τη συνεργασία.</p>	<p>Συμμετέχουν σε παιχνίδια με διαμορφωμένους κανονισμούς (χωρίς ή με μόνο μία ντρίμπλα).</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συζητούν με τα παιδιά το λόγο διαφοροποίησης των κανονισμών.</li> <li>➤ Θέτουν ερωτήσεις στα παιδιά, όπως: «Πότε συμμετέχουν περισσότεροι στη δημιουργία μιας φάσης, όταν επιτρέπεται η ντρίμπλα ή όταν απαγορεύεται;».</li> <li>➤ Δημιουργούν πρωτότυπα σενάρια δραστηριοτήτων.</li> <li>➤ Συζητούν για τη σημαντικότητα της συνεργασίας στην επίτευξη ομαδικών στόχων.</li> </ul>
<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε πρωτότυπες και συναγωνιστικές δραστηριότητες, με σκοπό τη βελτίωση των συνθηκών εξάσκησης και του τελικού αποτελέσματος.</p>	<p>Αναφέρουν στρατηγικές που θα χρησιμοποιήσουν για την επίτευξη ομαδικών στόχων σε διάφορες δραστηριότητες και τις εκτελούν σύμφωνα με το σενάριο που δίνεται από το διδάσκοντα: π.χ. «καθορίστε με ποιο τρόπο θα διασχίσετε το ποτάμι, έχοντας στη διάθεσή σας μόνο δύο σχεδίες». Συζητούν για την αποτελεσματικότητα των στρατηγικών που χρησιμοποίησαν.</p>		

### ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 5- Κατανόηση και σεβασμός της διαφορετικότητας των ατόμων και συνεργασία με όλους.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕ ΝΑ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<p><b>Στόχος 1:</b> Σεβασμός στις ατομικές διαφορές.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να καταλαβαίνουν ότι όλοι πρέπει να συμμετέχουν στις φυσικές δραστηριότητες, να παρέχουν θετική ανατροφοδότηση σε όλα τα μέλη μιας μικρής ομάδας και να επαινούν την επιτυχημένη ολοκλήρωση μιας προσπάθειας.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες, παίζουν ομαδικά παιχνίδια-αθλοπαιδιές, όπου αξιολογούνται η <i>ομαδικότητα</i> και η <i>συνεργασία</i> [π.χ. το σκορ σημειώνεται ως εξής: για κάθε επιτυχημένη προσπάθεια (γκολ) στην οποία συμμετέχουν όλοι οι παίκτες, σημειώνονται οι μέγιστοι βαθμοί κά]. Η καταγραφή σε καρτέλες γίνεται από μία ομάδα παιδιών. Οι ρόλοι των ομάδων εναλλάσσονται.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Τονίζουν συχνά τη σημασία συμμετοχής όλων και τις συνέπειες της στις κοινωνικές δραστηριότητες.</li> <li>➤ Παρέχουν θετική ανατροφοδότηση σε όλα τα παιδιά και ειδικά σε όσα αναπτύσσουν επιτυχημένη συνεργασία.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να δέχονται και να σέβονται το επίπεδο επιδεξιότητας, το εθνικό, πολιτισμικό υπόβαθρο κά των συμμαθητών/συναθλητών.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες συναγωνίζονται μεταξύ τους σε μίνι πρωταθλήματα (π.χ. ποδοσφαίρου), κατανέμοντας τους λιγότερο ικανούς μαθητές σε διαφορετικές ομάδες. Οι κανονισμοί τροποποιούνται, έτσι ώστε να επιβραβεύεται η συνεργασία (π.χ. για να μετρήσει ένα τέρμα, πρέπει να συμμετέχουν στη δημιουργία της φάσης όλοι οι παίκτες της ομάδας, για κάθε θετική ενέργεια δίκαιου παιχνιδιού η ομάδα λαμβάνει 1 πόντο κά).</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να σέβονται τις διαφορές μεταξύ των ατόμων και να συνεργάζονται μαζί τους, ανεξαρτήτως επιπέδου, φύλου, εθνικότητας κά εντός και εκτός του περιβάλλοντος άσκησης.</p>	<p>Δημιουργούν μόνα τους ομάδες και παίζουν παιχνίδι ποδοσφαίρου με κανόνες, «όρους», για να παίζουν όλοι οι συμμετέχοντες. Κάθε ομάδα αποτελείται από αγόρια και κορίτσια, αλλά και άτομα διαφορετικού επιπέδου επιδεξιότητας στο άθλημα.</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Αναγνώριση της διαφορετικής προέλευσης των δραστηριοτήτων.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να εξερευνούν το εθνικό υπόβαθρο διαφόρων χωρών.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Δ΄ τάξη):</b> Να εξερευνούν δραστηριότητες και παιχνίδια διαφορετικής πολιτισμικής ή εθνικής προέλευσης.</p> <p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν την πιθανή ιστορική και πολιτισμική σημασία διαφόρων δραστηριοτήτων και παιχνιδιών.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Ε΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν την ιστορική και πολιτισμική σημασία διαφόρων χωρών.</p>	<p>Διαθεματικά διερευνούν τα κοινά σημεία μεταξύ εθνικών ή βαλκανικών παραδοσιακών χορών (μέσα από τη μουσική, τις ενδυμασίες κά) Εξασκούνται σε παιγνιώδη μορφή του μπάντμιντον, σε ζεύγη, στο χώρο του βόλεϊ ή σε εξωτερικό χώρο διαμορφωμένο με τη βοήθεια ελαστικών σχοινιών, με σκοπό την εξοικείωση με την αγωνιστική μορφή του αθλήματος.</p> <p>Μαθαίνουν και εξασκούνται σε ένα παραδοσιακό χορό χωρίς και στη συνέχεια, με συνοδεία μουσικής.</p> <p>Παιδιά με καταγωγή από άλλες χώρες</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Έχουν από πριν δρομολογήσει τη διαθεματική προσέγγιση των χωρών σε συνεργασία με το δάσκαλο της τάξης, τον καθηγητή μουσική και των καθηγητή των καλλιτεχνικών.</li> <li>➤ Ενημερώνουν τα παιδιά για την ιστορία των αθλημάτων και τους κανόνες τους, καθώς και τον τρόπο διεξαγωγής των αγώνων.</li> <li>➤ Συζητούν με τα παιδιά για τη φιλοσοφία των αθλημάτων (π.χ. του μπάντμιντον) και τις ομοιότητες και διαφορές του με σπορ μεγαλύτερης έντασης, ανατολικής-δυτικής προέλευσης κά.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν διαφορετικά είδη δραστηριότητας και τον τρόπο που αυτές επιτρέπουν τη συμμετοχή σε ομαδικό επίπεδο.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν την πιθανή ιστορική και πολιτισμική προέλευση διαφόρων χορών, παιχνιδιών και δραστηριοτήτων, το ρόλο τους στην κατανόηση πολιτισμικών αξιών και να συμμετέχουν στις παραπάνω φυσικές δραστηριότητες.</p> <p><b>Επιδίωξη 3 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να σχεδιάζουν και να παρουσιάζουν τις παραπάνω δεξιότητες με τρόπο ανάλογο της προέλευσής τους.</p>	<p>παρουσιάζουν παραδοσιακούς χορούς του τόπου τους και βοηθούν τους συμμαθητές τους να τους μάθουν και να εξασκηθούν.</p>	<p>➤ Συνδέουν την ιστορία, τον πολιτισμό και την παράδοση της χώρας προέλευσης με τις αντίστοιχες δραστηριότητες στις οποίες εξασκούνται στο μάθημα.</p>
<p><b>Στόχος 3:</b> Συνεργασία με όλους τους συμμαθητές.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να συνεργάζονται πρόθυμα με συμμαθητές χαμηλότερης ικανότητας, όταν αυτό τους ζητείται, και να θέτουν στόχο που να μπορεί να επιτευχθεί και από όλους. Να δείχνουν αρετές και προσόντα ηγεσίας.</p>	<p>Συμμετέχουν σε αγώνες ταχύτητας ζευγών, στους οποίους τρέχουν δρόμο ταχύτητας 30 μ. και σημειώνεται η απόδοση του καθενός. Το τελικό σκορ κάθε ζεύγους αποτελείται από το μέσο όρο των χρόνων (απόδοση) των δύο συνασκουμένων.</p>	<p>➤ Επιβραβεύουν τα ζευγάρια-ομάδες που είχαν την καλύτερη συνεργασία.</p> <p>➤ Συμβουλεύουν τα παιδιά, τονίζοντας την ανάγκη όλων για συμμετοχή, τη δυνατότητα όλων να προσφέρουν στην ομάδα (ανάλογα με το ρόλο που θα τους δοθεί), καθώς και τη συμβολή της συνεργασίας στην επιτυχία.</p>
<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν τις αδυναμίες των συμμαθητών, να τροποποιούν ανάλογα ένα παιχνίδι ή μία δραστηριότητα και να θέτουν στόχο που μπορούν να πετύχουν με κάποιο παιδί χαμηλότερης ικανότητας.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Ε΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν με συμμαθητές και φίλους σε αξιολόγηση κινητικών προτύπων.</p>	<p>Χωρίζονται τυχαία σε μικτές ομάδες (αγόρια-κορίτσια), στις οποίες ορίζεται ένας/μία μαθητής/τρια ως αρχηγός. Κάθε αρχηγός διαλέγει μια χώρα από διαφορετική ήπειρο, της οποίας το όνομα δίνει στην ομάδα του. Οι ομάδες συναγωνίζονται μεταξύ τους σε σειρά αγωνισμάτων στίβου (π.χ. στο μπαλάκι, άλμα σε μήκος, ταχύτητα 30 μ., δρόμο αντοχής 1000 μ. κá). Κάθε παιδί αγωνίζεται σε ένα μόνο αγώνισμα. Τα παιδιά συζητούν και αποφασίζουν ποιος/ποια θα αγωνιστεί σε ποιο άθλημα.</p>		
<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη ΣΤ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>			

<p><b>Στόχος 4:</b> Συμμετοχή σε τροποποιημένες δραστηριότητες για την επίτευξη της επιτυχίας.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ' τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε παιχνίδι που έχει τροποποιηθεί, ώστε να προκαλεί το ενδιαφέρον όλων των συμμετεχόντων και να διασφαλίζουν την επιτυχία της ομάδας.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες, βρίσκονται στις μπασκέτες και συναγωνίζονται στα σουτ από απόσταση 2-3 μ. Το παιχνίδι ολοκληρώνεται μόλις κάποια ομάδα συμπληρώσει συγκεκριμένο και προεπιλεγμένο αριθμό σουτ.</p>	<p>➤ Διασφαλίζουν την παροχή του απαιτούμενου χρόνου για την ολοκλήρωση των συνεργατικών δραστηριοτήτων (π.χ. αφιερώνοντας δύο διδακτικές μονάδες σε μία δραστηριότητα), όταν αυτό είναι απαραίτητο.</p>
	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Ε' τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>		
	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ' τάξη):</b> Να παρουσιάζουν και να συμμετέχουν σε δραστηριότητες με τροποποιημένους κανόνες, δομές ή/και υλικό για την ίση συμμετοχή όλων.</p>	<p>Χωρισμένα σε δύο ομάδες, συνεργάζονται για να δημιουργήσουν ένα παιχνίδι, στο οποίο θα χρησιμοποιούνται όλα τα κομμάτια από το διαθέσιμο αθλητικό υλικό και θα συμπεριλαμβάνει όλα τα παιδιά που πρόκειται να συμμετέχουν στο παιχνίδι. Κάθε ομάδα παρουσιάζει και εξηγεί τους κανόνες του παιχνιδιού της σε όλη την τάξη, υποδεικνύοντας τρόπους για να συμμετέχουν όλοι οι παίκτες. Η μία ομάδα εξασκείται παίζοντας το παιχνίδι που δημιούργησε η άλλη.</p>	

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 6- Επίδειξη υπεύθυνης αθλητικής και κοινωνικής συμπεριφοράς ως αποτέλεσμα της συμμετοχής στη φυσική δραστηριότητα.**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕ ΝΑ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ	ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<p><b>Στόχος 1:</b> Ασφαλής διεξαγωγή δραστηριοτήτων.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν και να επιλέγουν τα κατάλληλα όργανα εξάσκησης για την ασφαλή διεξαγωγή παιχνιδιών, αθλημάτων και χορών ή/και τον κατάλληλο συνασκούμενο, για να αναπτύξουν αποτελεσματικά μία δεξιότητα. Να ενθαρρύνουν τους συμμαθητές ή την ομάδα τους να μοιραστούν τουλάχιστον μία ιδέα και έναν κατάλληλο κανόνα, για την ανάπτυξη μιας κινητικής δραστηριότητας που θα παρουσιάσουν.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Δ΄ τάξη):</b> Να εφαρμόζουν κατάλληλους κανόνες συμπεριφοράς για την κίνηση, το χορό και τα παιχνίδια και να κινούνται με ασφάλεια στο χώρο του σχολικού και εξωσχολικού περιβάλλοντος.</p>	<p>Γνωρίζουν τους σωστούς τρόπους χρήσης του εξοπλισμού για τις δεξιότητες, δραστηριότητες, αθλήματα του μαθήματος. Κινούνται αποτελεσματικά και με ασφάλεια ανάμεσα στους συμμαθητές τους (π.χ. για να επανακτήσουν τον έλεγχο μίας μπάλας, κατά τη διάρκεια ενός αθλητικού παιχνιδιού).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Επικεντρώνουν τη διδασκαλία στην αφομοίωση των κανόνων ασφαλούς εκτέλεσης των δραστηριοτήτων.</li> <li>➤ Επιδιώκουν η ορθή εκτέλεση (ποσοτικά και ποιοτικά) μιας δεξιότητας να είναι αποτέλεσμα εφαρμογής των κανόνων και εκτέλεσης των προασκήσεων.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν την κατάλληλη ορολογία, απευθυνόμενοι στα παιδιά, σχετικά με τους κανονισμούς των δραστηριοτήτων.</li> <li>➤ Προμηθεύουν στα παιδιά πληροφοριακό υλικό με τους κανόνες και τους κινδύνους που σχετίζονται με συγκεκριμένες φυσικές δραστηριότητες και σπορ.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τα παιδιά να ψάξουν σε διάφορες βάσεις πληροφοριών και να εντοπίσουν αρχές και κανόνες ασφάλειας για την ασφαλή συμμετοχή σε διάφορες φυσικές δραστηριότητες και σπορ, δημιουργώντας παράλληλα τα κατάλληλα πρωτόκολλα συμμετοχής.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν τους παράγοντες ασφάλειας και να ακολουθούν κανόνες για την ασφαλή συμμετοχή σε δραστηριότητες εντός και εκτός σχολείου.</p>	<p>Συμμετέχουν με ασφάλεια σε δραστηριότητες της καθημερινότητάς τους, όπως ποδηλασία, πατίνια, σκέιτμπορντ κά.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν και να τηρούν τους κανόνες/κανονισμούς και να χρησιμοποιούν κατάλληλα το χώρο και τον αθλητικό εξοπλισμό για την ασφαλή διεξαγωγή των δραστηριοτήτων.</p>	<p>Γνωρίζουν τους κανόνες και την αντίστοιχη ορολογία τους και επιδεικνύουν επίγνωση των λαθών και των λανθασμένων ενεργειών τους, ως προς την ασφαλή διεξαγωγή των δραστηριοτήτων.</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Επίδειξη υπεύθυνης αθλητικής συμπεριφοράς.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Δ΄ τάξη):</b> Να παρατηρούν την εκτέλεση του συμμαθητή ή του φίλου τους και να τον βοηθούν να τη βελτιώσει. <b>Επιδίωξη 2 (Δ΄ τάξη):</b> Να μην αντιδρούν άσχημα στους διαιτητές, τους συμμαθητές, ή τους αντιπάλους και να αναλαμβάνουν πρωτοβουλία για την επίλυση διαφωνιών. Να γνωρίζουν και να ενσωματώνουν ικανοποιητικά τα <i>Ολυμπιακά Ιδεώδη</i> στις δραστηριότητές τους. <b>Επιδίωξη 3 (Δ΄ τάξη):</b> Να δεσμεύονται στη μάθηση μιας νέας δεξιότητας εκτός σχολικού περιβάλλοντος και να ολοκληρώνουν ότι έχουν αναλάβει σε συγκεκριμένο χρόνο.</p>	<p>Εξασκούνται, σε ζευγάρια και σε μικρές μπάσκετες, στις ελεύθερες βολές. Το ένα παιδί σουτάρει και το άλλο αξιολογεί και σημειώνει σε <i>Καρτέλα Κριτηρίων</i> (εναλλάξ). (π.χ. καταγράφει πόσα από τα σουτ που έγιναν σε προκαθορισμένο χρόνο ήταν επιτυχημένα).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Για να ενισχύσουν το ενδιαφέρον των παιδιών για εξάσκηση και συνεργασία, μειώνουν τις συνθήκες εκτέλεσης (π.χ. χρησιμοποιούν μίνι μπάσκετες ή/και μειώνουν την απόσταση της ελεύθερης βολής), αυξάνοντας έτσι τις επιτυχημένες προσπάθειές τους.</li> <li>➤ Αξιολογούν και οι ίδιοι την απόδοση των μαθητών, καταγράφοντας την στις καρτέλες (π.χ. αξιολογούν ενδεικτικά ένα δείγμα 5-6 μαθητών).</li> <li>➤ Προσπαθούν να μη διακόπτουν την εξάσκηση με παρατηρήσεις. Τονίζουν ότι οι αρχικές οδηγίες και οι γνώσεις των μαθητών είναι αρκετές για να γυμναστούν μόνοι τους.</li> <li>➤ Επιβραβεύει ατομικά και ομαδικά κάθε εκδήλωση συμπεριφοράς που δείχνει σεβασμό και μεγαλοψυχία προς τον αντίπαλο και τους κανόνες.</li> <li>➤ Δημιουργεί σε συνεργασία με τους άλλους</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄ τάξη):</b> Να εξασκούνται ατομικά ή ομαδικά και να ολοκληρώνουν σειρά δεξιοτήτων, σε μικρό χρονικό διάστημα, θέτοντας βασικούς κανόνες και στόχους, με ελάχιστη επίβλεψη του διδάσκοντα. Να σταματούν και να προτείνουν αλλαγές, για να διασφαλίσουν την επιτυχημένη ολοκλήρωση της δεξιότητας.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Ε΄ τάξη):</b> Να βοηθούν και να σέβονται τη διαιτησία σε μία δραστηριότητα (παιχνίδι ή σπορ) τους συμμαθητές, τους συναθλητές και τους αντιπάλους. Να μην επικροτούν τη βία και να μην τη χρησιμοποιούν. Να περιγράφουν τα <i>Ολυμπιακά Ιδεώδη</i> με αντίστοιχα παραδείγματα και να τα ενσωματώνουν ικανοποιητικά στο περιβάλλον άσκησης και ευρύτερα.</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες, εκτελούν σλάλομ ανάμεσα σε κώνους και στη συνέχεια, επιστρέφουν στην αφετηρία. Τα παιδιά χρονομετρούνται και ως σκορ, ορίζεται το άθροισμα των χρόνων όλων των μελών κάθε ομάδας. Η άσκηση επαναλαμβάνεται, αφού προηγουμένως τα παιδιά θέσουν ομαδικούς στόχους βελτίωσης.</p> <p>Παρακολουθούν αποσπάσματα από αθλητικά γεγονότα και εντοπίζουν τις αντιαθλητικές συμπεριφορές, συζητούν τις αιτίες και προτείνουν τρόπους πρόληψης και επίλυσης των διαφωνιών.</p> <p>Δημιουργούν πρωτόκολλα <i>αθλητικής συμπεριφοράς</i> τα οποία συζητούν σε κάθε περίπτωση καταστροφή των κανόνων ή εκδήλωσης μη αποδεκτής συμπεριφοράς.</p>	<p>διδάσκοντες σε επίπεδο σχολείου μια αθλητική κουλτούρα στην οποία αναγνωρίζεται και επιβραβεύεται κάθε εκδήλωση που δείχνει έμπρακτη εφαρμογή των <i>Ολυμπιακών Ιδεωδών</i> και σεβασμό της ανθρώπινης υπόστασης, τόσο στους αθλητικούς χώρους όσο και έξω από αυτούς.</p>
--	--	---	---

	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να εξασκούνται για τη βελτίωση της κινητικής απόδοσης, της κινητικής δημιουργικότητας ή της κατάστασης της υγείας, χωρίς υπενθύμιση. Να γνωρίζουν και να εφαρμόζουν στην πράξη δεξιότητες επίλυσης διαφωνιών.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν τους όρους «καλή αθλητική συμπεριφορά», «δίκαιο παιχνίδι», τη σχετική σημασία της νίκης και της ήττας, τα <i>Ολυμπιακά Ιδεώδη</i> γενικότερα και να τα ενσωματώνουν κατάλληλα σε περιβάλλοντα άσκησης. Να σέβονται και να δέχονται αναντίρρητα τις αποφάσεις των διαιτητών.</p>	<p>Δημιουργούν ομάδες και παίζουν κάποιο άθλημα, εφαρμόζοντας τα ιδεώδη «ευ αγωνίζεσθαι», «δίκαιο παιχνίδι» κ.ά. Μερικά παιδιά αναλαμβάνουν ρόλους διαιτητή, προπονητή, θεατών και καταγράφουν αντίστοιχα την τήρηση των κανόνων, την προσπάθεια για τη νίκη, τη σωστή αθλητική συμπεριφορά κ.ά. Στο τέλος του παιχνιδιού, αναφέρουν παραδείγματα (θετικά ή αρνητικά) αθλητών, προπονητών, διαιτητών ή ομάδων με συμπεριφορές ανάλογες με αυτές που παρατήρησαν.</p>	
<p><b>Στόχος 3:</b> Επίλυση διαφωνιών και αντιμετώπιση δύσκολων συνθηκών.</p>	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Δ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p> <p><b>Επιδίωξη 2 (Ε΄ τάξη):</b> Να συμμετέχουν σε ομαδικές δεξιότητες επίλυσης διαφωνιών, αλλά να σταματούν να ασχολούνται, όταν αυτές δεν έχουν θετικό αποτέλεσμα.</p>	<p>Παίζουν όλα μαζί παιχνίδι της αρεσκείας τους με διαιτητή το διδάσκοντα, ο οποίος φροντίζει κατά τη διάρκεια του αγώνα να δημιουργεί συνθήκες/σενάρια διαφωνιών ανάμεσα στους μαθητές ή με το διαιτητή. Στο τέλος του παιχνιδιού, γίνεται σχετική συζήτηση.</p>	<p>➤ Βοηθούν τα παιδιά να καταλάβουν ότι όσο υπάρχουν άνθρωποι θα υπάρχουν και διαφορές μεταξύ τους και ότι ο τρόπος αντιμετώπισης των διαφορών-διαφωνιών αποτελεί την ειδοποιό διαφορά του πολιτισμένου και του ώριμου ατόμου ή κοινωνίας.</p>



	<p><b>Επιδίωξη 3 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να συμπεριφέρονται κατάλληλα σε περιστατικά τραυματισμών που σχετίζονται με τη φυσική δραστηριότητα (π.χ. διάστρεμμα).</p>	<p>Συμμετέχουν, σε ομάδες, σε αθλητικό παιχνίδι . Μία ομάδα παιδιών συμπληρώνουν φόρμα αξιολόγησης (π.χ. κυκλώνουν τη σωστή απάντηση σε ερωτήσεις, όπως «ποια είναι τα συμπτώματα μιας θλάσης; α. αιμορραγία; β. οίδημα; γ. πόνος; δ. αιμάτωμα;» κά). Οι απαντήσεις τοποθετούνται στο κουτί κάθε ομάδας. Νικήτρια είναι η ομάδα με τις περισσότερες σωστές απαντήσεις. Οι ρόλοι των ομάδων εναλλάσσονται.</p>	
<p><b>Στόχος 4:</b> Επίδειξη υπεύθυνης κοινωνικής συμπεριφοράς.</p>	<p>Ο συγκεκριμένος στόχος δεν είναι κυρίαρχος για τη Δ΄ τάξη. Τα παιδιά αναπτύσσουν και τελειοποιούν την εκτέλεση των ήδη διδαχθέντων, στις προηγούμενες τάξεις, δεξιοτήτων και δραστηριοτήτων.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Επιβραβεύουν τις θετικές προσπάθειες των παιδιών, συνδέοντάς τις με τα θέματα των δραστηριοτήτων (π.χ. την ανακύκλωση).</li> <li>➤ Παρέχουν ανατροφοδότηση, κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, με κατάλληλες αναφορές (π.χ. για το ρόλο της ανακύκλωσης στη ζωή μας).</li> <li>➤ Επιβλέπει την τήρηση των κανόνων-κανονισμών από όλα τα παιδιά, επαινεί και επιβραβεύει τις επιθυμητές συμπεριφορές.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Ε΄τάξη):</b> Να αναγνωρίζουν την υπεύθυνη συμπεριφορά και να την εφαρμόζουν και εκτός του κινητικού περιβάλλοντος. Να μην επικροτούν και να μην εφαρμόζουν τη βία. Να δείχνουν ενδιαφέρον, φροντίδα και να βοηθούν παιδιά μικρότερης ηλικίας σε κινητικές δραστηριότητες.</p>	<p>Ασχολούνται με σημαντικά θέματα, όπως η ανακύκλωση και η προστασία του φυσικού περιβάλλοντος. Σε project τα παιδιά ενημερώνονται για τους κινδύνους από τους οποίους απειλείται το δάσος και σε ημερήσια εκδήλωση γνωριμίας φυσικών δραστηριοτήτων βουνού, προβαίνουν σε καταγραφή των προβλημάτων και σε ενέργειες προστασίας του (συντάσσουν έγγραφο προς τη δασική υπηρεσία και τον τοπικό δήμο, προβαίνουν σε καθαρισμό των απορριμμάτων κά).</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (ΣΤ΄ τάξη):</b> Να γνωρίζουν τα Ολυμπιακά ιδεώδη γενικότερα και να τα ενσωματώνουν και εκτός του κινητικού περιβάλλοντος. Να συμπεριφέρονται κατάλληλα ως θεατές/φίλαθλοι, να βοηθούν πρόθυμα άτομα κάθε ηλικίας που έχουν ανάγκη και να συμμετέχουν σε δραστηριότητες με όλους (όχι μόνο με φίλους).</p>	<p>Χωρισμένα σε ομάδες, παίζουν (π.χ. ποδόσφαιρο), όπου δεν επιτρέπεται το άγγιγμα αντίπαλου παίκτη και πρέπει η μπάλα να περάσει από τα πόδια τριών παιχτών για να μετρήσει το γκολ. Με λανθασμένη εκτέλεση του πλάγιου άουτ, η μπάλα πηγαίνει στην αντίπαλη ομάδα. Μία ομάδα παιδιών φροντίζουν για την ομαλή διεξαγωγή του παιχνιδιού («καλή αθλητική συμπεριφορά»), την τήρηση των κανονισμών («δίκαιο παιχνίδι») και καταγράφουν σε φύλλο αγώνα τις παρατηρήσεις τους. Οι ρόλοι των ομάδων εναλλάσσονται.</p>	

## Πρόγραμμα σπουδών Γυμνασίου

### Διδακτικό μαθησιακό αντικείμενο: Σχολική και Κοινωνική Ζωή

Η «Σχολική και Κοινωνική ζωή» (ΣΚΖ) συνιστά μια σημαντική καινοτομία του νέου Προγράμματος Σπουδών. Πρόκειται για ένα νέο γνωστικό αντικείμενο, το οποίο εισάγεται για πρώτη φορά στο πλαίσιο της υποχρεωτικής εκπαίδευσης. Η ΣΚΖ **δεν αποτελεί «μάθημα»** υπό τη συνήθη έννοια του όρου αλλά τομέα δράσεων και δραστηριοτήτων βασιζόμενων στη βιωματική προσέγγιση, την εργασία σε ομάδες, την ενεργό συμμετοχή των μαθητών αλλά και όλων των μελών της σχολικής κοινότητας.

Η σημαντική επίδραση που ασκεί στη σχολική επιτυχία και στη μάθηση ο συναισθηματικός και κοινωνικός τομέας ώθησε πολλά εκπαιδευτικά συστήματα διεθνώς στη συστηματική διδασκαλία των κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των παιδιών και την ένταξη της διδασκαλίας τους στο αναλυτικό πρόγραμμα των μαθημάτων, δημιουργώντας ένα αντίστοιχο "συναισθηματικό αναλυτικό πρόγραμμα" (emotional curriculum).

Με βάση την προσέγγιση αυτή, το σχολείο, εκτός από ακαδημαϊκές γνώσεις, η ΣΚΖ παρέχει δεξιότητες ζωής, οι οποίες –όπως έχει αποδειχθεί από τη διεθνή και ελληνική έρευνα και εμπειρία- όχι μόνο δεν είναι αυτονόητες και αναπτυξιακά προδιαγεγραμμένες αλλά μπορούν να «διδάσκονται» με συστηματικό τρόπο στο σχολείο, αποτελώντας μέρος του προγράμματος σπουδών ή/και διαπνέοντας όλα τα υπόλοιπα μαθησιακά αντικείμενα. Στόχοι αυτής της προσέγγισης είναι η ενίσχυση της θετικής ανάπτυξης των μαθητών σε όλους τους τομείς, η ενδυνάμωση της ψυχικής ανθεκτικότητας και ευεξίας των μελών της σχολικής κοινότητας, η βελτίωση της παιδαγωγικής σχέσης και της μαθησιακής διαδικασίας καθώς και η γενικότερη προσαρμογή των μαθητών στη σχολική ζωή και στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο. Οι τάξεις και γενικότερα το σχολείο μπορούν να γίνουν πλαίσια τα οποία λειτουργούν ως κοινότητες όπου ο καθένας συνεργάζεται, νοιάζεται και φροντίζει τον άλλο. Επιπλέον, έμφαση δίνεται στη σύνδεση του σχολείου με την ευρύτερη κοινότητα καθώς το σχολείο δεν θεωρείται αποκομμένο από την κοινωνική ζωή αλλά αποτελεί ζωντανό και αναπόσπαστο κομμάτι του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου, διευκολύνοντας, έτσι, τη μετάβαση των παιδιών από το σχολείο στην κοινωνία.

### Σκοπός του ΠΣ

Οι γενικοί σκοποί του ΠΣ «Σχολική και Κοινωνική Ζωή» ενσωματώνουν τις βασικές αρχές του Νέου Σχολείου, καθώς και τα συμπεράσματα της διαβούλευσης σε ευρωπαϊκό επίπεδο σχετικά με τη βελτίωση των ικανοτήτων για τον 21<sup>ο</sup> αιώνα και την ευρωπαϊκή συνεργασία στον τομέα της εκπαίδευσης<sup>2</sup>.

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, η «Σχολική και Κοινωνική Ζωή», επιχειρεί να συμβάλει:

- ✓ στην ολόπλευρη **θετική ανάπτυξη** των μαθητών και στην προαγωγή της **σωματικής και ψυχικής τους υγείας και ευεξίας**
- ✓ στην **καλλιέργεια ικανοτήτων και αξιών** που είναι απαραίτητες για μια επιτυχημένη ζωή στα σύγχρονα κοινωνικά δεδομένα

<sup>2</sup> Ανακοίνωση της επιτροπής των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων SEC(2008)2177 και Σύσταση 2006/962/ΕΚ.

- ✓ στην ανάπτυξη κλίματος εποικοδομητικής **επικοινωνίας, συνεργατικότητας**, καλών σχέσεων στην ομάδα, αποδοχής και αξιοποίησης της **διαφορετικότητας**, ενθάρρυνσης της **δημιουργικότητας** και της **καινοτομίας**
- ✓ στην ανάπτυξη μιας διαφορετικής, ολιστικής προσέγγισης της μάθησης με χαρακτηριστικά την **κριτική σκέψη**, την **έρευνα**, την ενεργό **συμμετοχή** και την ανάληψη **προσωπικής ευθύνης και δράσης** των μαθητών για την κατάκτηση της γνώσης και των μαθησιακών στόχων
- ✓ στην πρόληψη φαινομένων όπως η **εγκατάλειψη του σχολείου, ο κοινωνικός αποκλεισμός** και οι **εκδηλώσεις βίας** στο σχολικό περιβάλλον
- ✓ στην ενίσχυση της **αίσθησης της κοινότητας** στο σχολικό περιβάλλον, η οποία προάγει τη μάθηση και τη **διασύνδεση** του σχολείου με τη ζωή της ευρύτερης κοινότητας.

### **Μεθοδολογία**

Με δεδομένο το μεγάλο πλήθος των θεμάτων και των Προσδοκώμενων Μαθησιακών Αποτελεσμάτων που απαρτίζουν ένα ΠΣ που αφορά στην ψυχοκοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη και προσαρμογή των μαθητών, στην πιλοτική εφαρμογή έχουν δομηθεί Σχέδια Εργασίας (Σ.Ε.) για το Γυμνάσιο που στοχεύουν στην ανάπτυξη των ποικίλων δεξιοτήτων που περιλαμβάνονται στις τέσσερις θεματικές ενότητες του πεδίου «Σχολική και Κοινωνική Ζωή» (βλ. Οδηγό Εκπαιδευτικού):

Τα Βασικά θέματα που προσεγγίζονται και οι δραστηριότητες που προτείνονται στοχεύουν (α) στην καλλιέργεια δεξιοτήτων επικοινωνίας, (β) στην ανάπτυξη δεξιοτήτων αναγνώρισης, έκφρασης και διαχείρισης συναισθημάτων, (γ) στην ενίσχυση της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης, (δ) στην ανάπτυξη λειτουργικών στρατηγικών διαχείρισης αγχογόνων καταστάσεων, (ε) στην καλλιέργεια κοινωνικών δεξιοτήτων που προάγουν τις διαπροσωπικές σχέσεις και τη λειτουργία των ομάδων, (στ) στην ανάπτυξη στάσεων και δεξιοτήτων διαχείρισης συγκρούσεων και αντιμετώπισης των διαφόρων μορφών βίας και επιθετικότητας στο σχολείο, (ζ) στην κατανόηση, αποδοχή και αξιοποίηση των ποικίλων επιπέδων της διαφορετικότητας, (η) στην καλλιέργεια κοινωνικών αξιών και θετικά προσανατολισμένων συμπεριφορών στην ομάδα, (θ) στην ενίσχυση της αίσθησης της κοινότητας στο σχολικό περιβάλλον και (ι) στην ανάπτυξη στάσεων και συμπεριφορών προάσπισης της σωματικής υγείας και ασφάλειας των μαθητών.

**Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»****Υποενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩΝΤΑΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ»****Στόχοι της υποενότητας είναι:**

Οι μαθητές να είναι σε θέση, στη διάρκεια της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, να κατανοούν βασικά δομικά στοιχεία της επικοινωνίας, να αντιλαμβάνονται τη λεκτική και μη-λεκτική επικοινωνία και να γνωρίζουν διαστάσεις που κάνουν την επικοινωνία αποτελεσματικότερη όπως είναι η κατανόηση των ρόλων και η αποδοχή και δεσμευτική τήρηση κανόνων.

Για τους μαθητές στις μεγαλύτερες τάξεις του Δημοτικού επισημαίνονται οι διαφορές στην επικοινωνία σε διαφορετικούς χώρους και χρόνους, δηλαδή σε διαφορετικά πλαίσια, η διαφοροποίηση της άμεσης, πρόσωπο-με-πρόσωπο επικοινωνίας από την έμμεση-διαμεσολαβημένη επικοινωνία, καθώς και η διαπολιτισμική επικοινωνία.

Για τους μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης επιδιώκεται η κατανόηση της λειτουργίας της επικοινωνίας σε διαπροσωπικό, διομαδικό και πολιτισμικό επίπεδο και δίνεται έμφαση, σε επίπεδο κριτικής και αφηρημένης σκέψης που αφορά στην εφηβεία, στους κανόνες επικοινωνίας και στους κοινωνικούς ρόλους που αναπτύσσονται, καθώς και στους φραγμούς επικοινωνίας που καθιστούν την επικοινωνία δυσλειτουργική. Τέλος, οι μαθητές καλούνται να επεξεργαστούν τις ιδιαιτερότητες και τα νέα ζητήματα που προκύπτουν κατά την επικοινωνία σε εικονικά, δικτυακά περιβάλλοντα και εξοικειώνονται με την ανάγκη για καθορισμό του νοήματος του μέσου/των μέσων που επιλέγουν για επικοινωνία.

## Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

## Υποενότητα: ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩΝΤΑΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ, Γ' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΛΕΚΤΙΚΗ ΚΑΙ ΜΗ- ΛΕΚΤΙΚΗ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ</b></p> <p>ΠΜΑ: 1 {επικοινωνώ με τους άλλους με λόγια και χωρίς λόγια}</p> <p>ΠΜΑ: 2 {μπορώ να πω το ίδιο μήνυμα με πολλούς τρόπους, με λόγια ή/και χωρίς λόγια, στο σπίτι, στην τάξη, στους φίλους μου}</p> <p>ΠΜΑ: 3 {χρησιμοποιώ το πρόσωπο και το σώμα μου για να εκφράσω τις επιθυμίες μου, τις ανάγκες μου, τα αιτήματα και τα συναισθήματά μου}</p> <p>ΠΜΑ: 4 {αντιλαμβάνομαι και κατανοώ τα μη-λεκτικά μηνύματα που διακινούνται στο περιβάλλον μου}</p> <p>{κατανοώ πώς επικοινωνούν μη-λεκτικά οι άνθρωποι που δεν μιλούν την ίδια γλώσσα}</p> <p>ΠΜΑ: 5 {ποια πολιτισμικά μηνύματα μεταφέρονται μέσα από τις γλώσσες, τις θρησκείες, τα μνημεία, τα ΜΜΕ, τη διαφήμιση, τα περιβάλλοντα κοινωνικής δικτύωσης}</p>	<p>Οι μαθητές/τριες να μπορούν:</p> <p>1. Να προσδιορίζουν, να χρησιμοποιούν και να συνδυάζουν όλα τα κανάλια της μη-λεκτικής επικοινωνίας</p> <p>2. Να εμπλουτίσουν και να χρησιμοποιούν συνδυαστικά τους μη-λεκτικούς τρόπους επικοινωνίας δηλ. τις εκφράσεις του προσώπου, το βλέμμα, τη στάση και τις κινήσεις του σώματος, τη σωματική επαφή-άγγιγμα</p> <p>3. Να χρησιμοποιούν το σώμα τους ως εργαλείο επικοινωνίας, αυτοέκφρασης και αυτοπαρουσίασης. (εφηβεία – ρόλος του σώματος).</p> <p>4. Να κατανοούν τη σημασία πιο πολύπλοκων καθημερινών μηνυμάτων αποκωδικοποιώντας τα μη-λεκτικά μηνύματα του περιβάλλοντος (συμμαθητές, φίλοι, καθηγητές).</p> <p>5. Να αντιλαμβάνονται το είδος και τη σημασία των μηνυμάτων που σχετίζονται με το πολιτισμικό πλαίσιο</p>	<p><b>ΠΜΑ 1, 4</b> Ο εκπαιδευτικός προβάλλει απόσπασμα από μια ταινία του σύγχρονου κινηματογράφου χωρίς ήχο και υπότιτλους (πχ «το κύμα») και ζητά να προσεγγίσουν το περιεχόμενο της σκηνής (είναι κωμωδία? Ποιος είναι ο πρωταγωνιστής? Τι τον απασχολεί? Ποιοι είναι φίλοι του και ποιοι όχι? Ποια είναι τα μηνύματα από το συγκεκριμένο απόσπασμα?)</p> <p><b>ΠΜΑ: 2, 4</b> Οι μαθητές ζωγραφίζουν, σε μικρές ομάδες, με χρώματα και σκίτσα μια σκηνή από το απόσπασμα της ταινίας που παρακολούθησαν, εκφράζοντας τα μηνύματα που ανταλλάχθηκαν μεταξύ των εμπλεκόμενων ατόμων και την ατμόσφαιρα της επικοινωνίας. Σαρώνουν ψηφιακά τις ζωγραφιές τους και τις εκτυπώνουν για να τις συνθέσουν σε κολλάζ όλης της τάξης.</p> <p>Οι μαθητές σε μικρές ομάδες, κατασκευάζουν κολλάζ στον υπολογιστή με σκίτσα και ζωγραφιές δικά τους και με υλικό που βρίσκουν από το διαδίκτυο, εκφράζοντας τα μηνύματα της ταινίας που παρακολούθησαν</p> <p><b>ΠΜΑ: 3, 4</b> Οι μαθητές ανακαλύπτουν μέσα από παιχνίδια ρόλων ανάμεσα σε παιδιά με διαφορετική καταγωγή αλλά και με αναζητήσεις και παρουσιάσεις μέσα από το διαδίκτυο, τη σημασία των μη λεκτικών μηνυμάτων της ευρύτερης κοινωνικής ζωής (χαιρετισμοί διαφόρων ειδών σε διαφορετικά περιβάλλοντα, π.χ. παρουσιάσεις και συστάσεις, εκδηλώσεις χαράς και λύπης, τελετουργίες και εθιμοτυπίες σε διάφορους λαούς, στην οικογένεια, στο σχολείο, στην πολυκατοικία, στο δρόμο και σε άλλους δημόσιους χώρους). Συνειδητοποιούν τη σημασία των μη-λεκτικών μηνυμάτων όταν η επικοινωνία έχει διακοπή ή δυσλειτουργεί.</p> <p><b>ΠΜΑ: 4</b> Παντομίμα. Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες. Κάποιες από αυτές</p>	<p>Για ΠΜΑ 1, 4 DVD με ταινία, Η/Υ, projector και οθόνη προβολής</p> <p>Για ΠΜΑ 2, 3, 4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Χαρτί</li> <li>• Μαρκαδόροι, χρώματα</li> <li>• Ψηφιακή φωτ. μηχανή</li> <li>• Εκτυπωτής</li> <li>• Σαρωτής</li> <li>• Η/Υ</li> </ul>

<p>{πως τα πολιτισμικά μηνύματα επηρεάζουν/επηρεάζονται το/από το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον}</p> <p><b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΑ</b></p> <p>ΠΜΑ: 6 {διατυπώνω την γνώμη μου, ακόμα κι αν δεν συμφωνούν οι άλλοι μ' αυτήν}</p> <p>ΠΜΑ: 7 {πώς ακούω τον άλλον: προσέχω, νοιάζομαι, ενδιαφέρομαι, παρατηρώ, συνεισφέρω} {σέβομαι τη γνώμη του άλλου, μπαίνω στη θέση του άλλου}</p> <p>ΠΜΑ: 8 {μπορώ να πείθω και δέχομαι να πείθομαι για μια διαφορετική από τη δική μου γνώμη}</p> <p>ΠΜΑ: 9 {διακρίνω την ύπαρξη πρόθεσης πίσω από το μήνυμα}</p> <p>ΠΜΑ: 10 {τι με εμποδίζει να επικοινωνήσω?}</p> <p>{που βρίσκονται τα εμπόδια στην επικοινωνία: μέσα μας και έξω}</p> <p>ΠΜΑ: 11 {αποφεύγω φράσεις σαν τις επόμενες: «δεν μ' ενδιαφέρει αν είσαι κουρασμένος, θέλω να πάμε .....», «Πάψε να φωνάζεις γιατί αλλιώς θα ...», «είναι ντροπή και για μένα και για την παρέα μας αν εσύ....».</p>	<p>στο οποίο βρίσκονται</p> <p>6. Να διατυπώνουν μια προσωπική θέση και να την υποστηρίζουν, ακόμα κι αν δεν είναι σε συμφωνία με την άποψη του εκπαιδευτικού ή με την «επικρατέστερη» άποψη της ομάδας των συμμαθητών/συνομηλίκων</p> <p>7. Να ακούνε με προσοχή, να σέβονται την «άλλη» άποψη όταν είναι διαφορετική, προσπαθώντας να μπουν στη θέση του άλλου (ενσυναίσθηση).</p> <p>8. Να αναγνωρίζουν ότι οι άνθρωποι μπορούν να έχουν διαφορετικές απόψεις/θέσεις για το ίδιο θέμα και να μπορούν να πείθονται από τα επιχειρήματα των άλλων.</p> <p>9. Να αντιλαμβάνονται ότι κάποια μηνύματα είναι εμπρόθετα και κάποια όχι (οι έφηβοι κρίνουν και το αποτέλεσμα και την πρόθεση).</p> <p>10. Να αντιλαμβάνονται τον «θόρυβο» στην επικοινωνία</p> <p>11. Να κατανοούν ότι η επικοινωνία εμποδίζεται όταν χρησιμοποιούνται προσταγές, απειλές-προειδοποιήσεις, κήρυγμα ή</p>	<p>αυτοσχεδιάζουν με το σώμα, πάνω σε ένα θέμα που δίνει ο εκπαιδευτικός. Οι υπόλοιπες ομάδες παρακολουθούν, ως παρατηρητές τους «βουβούς διαλόγους» και προσπαθούν κάθε φορά να προσεγγίσουν το νόημα των μηνυμάτων που μεταφέρονται.</p> <p><b>ΠΜΑ: 1, 5</b> Ο εκπαιδευτικός μέσα από προβολή video ή/και παρουσίαση φωτογραφικού υλικού με θέμα «εκφράσεις προσώπων και σωμάτων», ζητά από τους μαθητές να εντοπίσουν και να καταγράψουν μηνύματα ανάλογα με τα πολιτισμικά πλαίσια επικοινωνίας.</p> <p><b>ΠΜΑ: 5</b> Εγγραμματισμός στα μέσα: Οι μαθητές αποκωδικοποιούν τα μηνύματα των μέσων, μπροστά σε έναν πίνακα ζωγραφικής, σε ένα μνημείο, σε μια διαφήμιση, σε μια διακήρυξη, σε ένα τραγούδι. Στο τέλος χρησιμοποιώντας ένα μέσο της επιλογής τους στέλνουν το δικό τους μήνυμα ως διαφήμιση, ως σύνθημα, ως αφίσα, ως video κλπ. Γίνεται επισήμανση λέξεων ή φράσεων στις διάφορες γλώσσες των μαθητών που έχουν ιδιαίτερο νόημα και αναζητούνται συγκλίσεις στα νοήματα. Ακολουθεί παιχνίδι ρόλων για την απόδοση των εννοιών.</p> <p><b>ΠΜΑ 6, 7, 8</b> Σε μια ιστορία-σενάριο που καταλήγει σε ερώτημα με επίλυση μέσω ενός διλήμματος ή με πολλές λύσεις, οι μαθητές διατυπώνουν τη δική τους γνώμη για το ερώτημα. Διατυπώνουν επιχειρήματα υπέρ ή/και κατά των απόψεων που ακούγονται (Επιπλέον, η δραστηριότητα μπορεί να γίνει και διαδικτυακά σε περιβάλλον blog ή/και wiki). Οργανώνονται αγώνες επιχειρηματολογίας για θέματα με κοινωνικό προσανατολισμό (ανισότητα στις παρεχόμενες ευκαιρίες, δικαιώματα των νέων, σχέσεις με γονείς/εκπαιδευτικούς, περιβάλλον κλπ) όπου αναπτύσσονται και διατυπώνονται αντικρουόμενες απόψεις που υποστηρίζονται από επιχειρήματα.</p> <p><b>ΠΜΑ 8, 9</b> Οι μαθητές σε ζευγάρια συντάσσουν γράμμα από κάποιον/α προς κάποιον/α που δεν γνωρίζονται καλά, γιατί συναντήθηκαν και σχετίστηκαν σε προηγούμενες καλοκαιρινές διακοπές. Εκφράζεται η</p>	<p><u>ΠΜΑ: 5</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Η/Υ</li> </ul> <p><u>Για ΠΜΑ 6, 7, 8</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Χαρτί</li> </ul>
---	--	---	--

<p>{αποφεύγω να αναφέρομαι στο συνομιλητή μου μόνο με λογικά επιχειρήματα, αγνοώντας το συναίσθημα του, να τον/την συμβουλεύω και να προσφέρω λύσεις όταν δεν μου ζητά}</p> <p>{δεν ασκώ κριτική στη γνώμη του, στη στάση του, αποφεύγω τις φράσεις «ποτέ, πάντα», δεν τον/την απορρίπτω πχ «είσαι τεμπέλης/α», «πάντα αναβάλλεις», «ποτέ δεν μου λες...»..}</p> <p>{δεν προσπαθώ να ελέγξω το συνομιλητή μου με ψεύτικους επαίνους και επιβραβεύσεις, χαίρομαι με τη χαρά του ή με την επιτυχία του χωρίς να επιβραβεύω ή να τον κάνω να νιώθει αμήχανα}</p> <p><b>ΔΙΑΜΟΡΦΩΝΩ ΚΑΝΟΝΕΣ ΚΑΙ ΔΕΣΜΕΥΟΜΑΙ ΝΑ ΤΟΥΣ ΤΗΡΩ</b></p> <p>ΠΜΑ: 12, 13</p> <p>{«βρίσκω τους κανόνες που ισχύουν σε κάθε επικοινωνία}</p> <p>{συνειδητοποιώ τους θεσμικούς / άγραφους / παραδοσιακούς / μετά_από_συμφωνία κανόνες που ισχύουν γύρω μου}</p> <p>{δημιουργώ κανόνες για να επικοινωνώ καλύτερα και δεσμεύομαι να τους τηρώ}</p> <p>ΠΜΑ: 14, 15</p> <p>{βλέπω γύρω μου τους κοινωνικούς ρόλους που αναλαμβάνει ο καθένας}</p>	<p>ηθικολογία, εκλογίευση, συμβουλές και προσφορά λύσεων, όταν ασκούμε κριτική, έπαινο, ή επιβράβευση σε υπερβολικό βαθμό ή σε ακατάλληλη στιγμή ή ακατάλληλη συναισθηματική ατμόσφαιρα. Αυτά αφορούν κυρίως όσα πρέπει να αποφεύγει ο δάσκαλος. Για τον μαθητή φραγμούς ίσως αποτελούν η υποκρισία, η επίδειξη, η ειρωνεία, ο χλευασμός, η υπεροψία, οι διακρίσεις κλπ.</p> <p>12. Να εντοπίζουν κανόνες επικοινωνίας σε κάθε συγκεκριμένο περιβάλλον και να προσδιορίζουν το είδος τους (θεσμικοί, αποτέλεσμα συμβιβασμού, άγραφοι, παραδοσιακοί κλπ)</p> <p>13. Να διατυπώνουν κανόνες που διαφοροποιούνται ανάλογα με το πλαίσιο της επικοινωνίας (οικείο, κοινωνικό, δημόσιο) και διευκολύνουν την επικοινωνία. Να αναλαμβάνουν την προσωπική ευθύνη για την τήρησή τους.</p> <p>14. Να αντιλαμβάνονται ότι οι κοινωνικοί ρόλοι</p>	<p>επιθυμία να διατηρήσουν τη φιλία τους διατυπώνοντας τις απόψεις για τη φιλία και τους άγραφους κανόνες που ισχύουν για τη φιλία στην κοινωνία μας. Τα υπόλοιπα ζευγάρια, στο ρόλο του μαθητή που απαντάει στο μήνυμα (γραπτά), εστιάζουν στα κοινά σημεία που υπάρχουν στις απόψεις των δύο ατόμων και συζητούν ποιες προθέσεις μπορεί να υπάρχουν πίσω από τα μηνύματα. Το ίδιο σενάριο επαναλαμβάνεται και μέσω του διαδικτύου. Εντοπίζονται ομοιότητες και διαφορές με την πραγματική ζωή, συζήτηση για την ασφάλεια στο διαδίκτυο, διατύπωση κανόνων, αυτοδέσμευση.</p> <p><b>ΠΜΑ: 10</b></p> <p>Η τάξη χωρίζεται σε τρεις ομάδες. Δίνουμε ένα μήνυμα-ερώτημα στην ομάδα Α η οποία πρέπει να το επεξεργαστεί και να επικοινωνήσει/συνεργαστεί με την ομάδα Γ για να δοθεί ένα μήνυμα-απάντηση στον εκπ/κό. (π.χ. βρείτε σε ποιο μήνα έχουν γεννηθεί οι περισσότεροι της ομάδας Α και σε ποιο μήνα οι περισσότεροι της ομάδας Γ. Δώστε μου μια απάντηση). Η ομάδα Β λειτουργεί ως «παράσιτο». Προσπαθεί να εμποδίσει την επικοινωνία των ομάδων με θόρυβο, εμποδίζοντας την οπτική επαφή κλπ αλλά χωρίς απτική επαφή. Η διαδικασία έχει χρονικό όριο 15 λεπτά. Στη συνέχεια συζητάμε σχετικά με επικοινωνιακούς φραγμούς που εμποδίζουν τη διαπροσωπική και ομαδική μας επικοινωνία.</p> <p><b>ΠΜΑ: 11</b></p> <p>Προβάλλεται απόσπασμα από μια ταινία, στο οποίο οι μαθητές παρακολουθούν μια λεκτική σύγκρουση. Ζητάμε να καταγράψουν κάθε τι που κατά τη γνώμη τους δυσκόλεψε την επικοινωνία ανάμεσα στα πρόσωπα. Μετά ζητάμε να μας πουν με τι θα αντικαθιστούσαν ότι αποτέλεσε εμπόδιο.</p> <p><b>ΠΜΑ: 12, 13</b></p> <p>Οι μαθητές καλούνται να καταγράψουν τους κανόνες που ισχύουν στην τάξη / παρέα / αθλητική ομάδα, τόσο τους άγραφους κανόνες όσο και αυτούς που έχει θέσει το σχολείο. Κατόπιν εντοπίζουν αυτούς τους κανόνες που κατά τη γνώμη τους δεν διευκολύνουν την επικοινωνία και τους αντικαθιστούν με άλλους, με <u>δέσμευση</u> να τους τηρούν. Ζωγραφίζουν με χρώματα τον κάθε κανόνα και συνθέτουν το ταμπλό κανόνων επικοινωνίας της τάξης για να τον</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Μολύβι</li> <li>• Χρονόμετρο</li> <li>• Η/Υ</li> <li>• Διαδίκτυο</li> </ul> <p>Για ΠΜΑ 8, 9</p> <p>Στυλό και χαρτί</p> <p>Για ΠΜΑ 10, 11, 13</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Χαρτί, μολύβι</li> <li>• Ασπροπίνακα</li> <li>• Dvd</li> <li>• Projector</li> </ul>
--	--	---	--

<p>{πώς οι ρόλοι διαμορφώνουν κανόνες και συμπεριφορές} {πίσω από κάθε του ρόλο, βλέπω τον ίδιο άνθρωπο}</p> <p><b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΑ ΣΕ ΠΟΙΚΙΛΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΑ</b></p> <p>ΠΜΑ: 16 {Ομοιότητες και διαφορές, πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα των διαφόρων περιβαλλόντων και μέσων επικοινωνίας πχ τάξη συμβατική και τάξη δικτυωμένη}</p> <p>ΠΜΑ: 17 {Επιλέγω το περιβάλλον που με διευκολύνει στην επικοινωνία} {Γνωρίζω γιατί επιλέγω ένα περιβάλλον ή μέσο (πχ facebook, κινητό κλπ), γιατί δίνει νέο νόημα στην επικοινωνία μου, ποιους στόχους μου εξυπηρετεί}</p> <p>ΠΜΑ: 18 {ο κόσμος της οθόνης και ο πραγματικός κόσμος} {είμαι αυτό που φαίνομαι στο δίκτυο?} {το δίκτυο είναι εργαλείο του πραγματικού κόσμου, δεν είναι ο πραγματικός κόσμος} {δεν περιμένω, δεν απογοητεύομαι, ούτε απαιτώ να βρίσκω πάντα τους φίλους μου διαθέσιμους στο κινητό τους, στο facebook, στο e-mail} {τι χάνεται μέσα στην εικονική επικοινωνία?}</p>	<p>επηρεάζουν τον τρόπο που επικοινωνούν οι άνθρωποι και υιοθετούν κανόνες.</p> <p>15. Να κατανοούν ότι οι κανόνες και οι ρόλοι μας στα διαφορετικά πλαίσια επηρεάζουν τη συμπεριφορά μας.</p> <p>16. Να διακρίνουν τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα κάθε επικοινωνιακού περιβάλλοντος και να τα αξιοποιούν κατάλληλα, ελαχιστοποιώντας τις απώλειες.</p> <p>17. Να εντοπίζουν τους λόγους για τους οποίους επιλέγουν ένα επικοινωνιακό περιβάλλον ή ένα επικοινωνιακό μέσο (πχ καφετέρια, πλατεία, γήπεδο, facebook, twitter, κινητό, κλπ), ποιο νόημα προσθέτει στην επικοινωνία τους, τι εξυπηρετεί</p> <p>18. Να αντιλαμβάνονται ότι ο χώρος, ο χρόνος και η ατομική ταυτότητα έχουν διαφορετική υπόσταση στην εικονική / δικτυακή επικοινωνία απ' ότι στην επικοινωνία σε συνθήκες του πραγματικού κόσμου.</p>	<p>κρεμάσουν στον τοίχο. Η ίδια δραστηριότητα μπορεί να γίνει με μικρές αναπαραστάσεις θεατρικού τύπου για κάθε κανόνα από τους μαθητές, να βιντεοσκοπηθούν, και να αναρτηθούν στην ιστοσελίδα του σχολείου/τάξης.</p> <p><b>ΠΜΑ: 14, 15</b> Σε παιχνίδι ρόλων με σενάριο καθημερινής ζωής στο σχολείο, οι μαθητές σε μικρές ομάδες εναλλάσσονται σε ρόλους διαφορετικούς, πχ ο ρόλος του μαθητή που δεν τηρεί συμφωνημένους κανόνες και ο ρόλος του εκπαιδευτικού, ο ρόλος του διευθυντή σχολείου που καλείται να τιμωρήσει τον μαθητή αυτό κλπ. Σε απόσπασμα ταινίας που προβάλλεται στην τάξη, γίνεται παρατήρηση άγραφων κανόνων και κοινωνικών προτύπων συμπεριφοράς κάποιου ήρωα/κάποιων ηρώων της ταινίας, ποιους ρόλους αναλαμβάνει, πώς επηρεάζουν τις συμπεριφορές του, σε διαφορετικά επικοινωνιακά συμβάντα (εναλλακτικά, εργάζονται σε απόσπασμα βιβλίου που έχουν προετοιμάσει από το σπίτι).</p> <p><b>ΠΜΑ: 16, 17</b> Οι μαθητές καταρτίζουν το ερωτηματολόγιο των μέσων: συλλέγουν και επεξεργάζονται δεδομένα για το ποια μέσα και με ποια συχνότητα και για πόσο χρόνο χρησιμοποιούν οι μαθητές. Τα αποτελέσματα παρουσιάζονται από τους ίδιους στην τάξη. Ο κάθε μαθητής επεξεργάζεται το δικό του προφίλ ως χρήστη των μέσων: Καταγράφει μετά από συζήτηση σε ομάδα, τους λόγους που τον ωθούν να επιλέγει το συγκεκριμένο μέσο. Αξιολογεί επίσης, με κριτήρια που θέτει η τάξη εξ αρχής, τα μέσα. Η διαδικασία επαναλαμβάνεται και για τα φυσικά περιβάλλοντα «Πού μου αρέσει να συχνάζω και γιατί?»</p> <p><b>ΠΜΑ: 18</b> Αφήγηση ιστοριών από προσωπικές εμπειρίες, συζήτηση στην τάξη με θέματα: Με πόσα πρόσωπα παρουσιάζομαι στο δίκτυο? Τι προσωπικά μου δεδομένα εμπιστεύομαι? Μπορώ να εκφράσω συναισθήματα? Μπορώ να στηρίζομαι σε διαδικτυακές σχέσεις?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Οθόνη</li> <li>• Χαρτί, μολύβι</li> </ul>
--	--	---	--



--	--	--	--

### Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

#### Υποενότητα: ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: «ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΜΑΣ»

#### Στόχοι της υποενότητας είναι:

Οι μαθητές να α) αναγνωρίζουν και να αποδέχονται τα ευχάριστα και τα δυσάρεστα συναισθήματα και να αναλογίζονται πώς και πότε αυτά δημιουργούνται, β) να εκφράζουν τα συναισθήματα με διάφορους τρόπους σεβόμενοι τα συναισθήματα των άλλων, γ) να μαθαίνουν να κατανοούν την οπτική των άλλων αναγνωρίζοντας τα συναισθήματά τους, και δ) να συνδέουν τα συναισθήματα με τη συμπεριφορά τους και τις διαφορετικές αντιδράσεις τους, ιδίως στην περίπτωση των δυσάρεστων συναισθημάτων.

#### Επιμέρους στόχοι:

-[τι/πώς νιώθω, πότε νιώθω έτσι][πώς διαφοροποιείται η διάθεσή μου][νιώθω ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα][αποδέχομαι τα συναισθήματά μου][πώς διαφοροποιείται η συναισθηματική διάθεσή μου] [αντιλαμβάνομαι ότι οι άνθρωποι μπορεί να εκφράζουν ένα συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο από εμένα ή από άλλους] [αναγνωρίζω ότι η αλλαγή της έντασης ενός συναισθήματος επιδρά στην αλλαγή της διάθεσης, στο σώμα και γενικότερα στη συμπεριφορά μου][αντιλαμβάνομαι τη σημασία τού να εκφράζω λεκτικά τα συναισθήματά μου σε καθημερινές καταστάσεις][διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να χαίρονται, να στενοχωρούνται, να φοβούνται] [διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να νιώθουν ντροπή, θυμό, απόρριψη] [διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να νιώθουν άβολα, αμήχανα, ένοχα, προδομένοι, απομονωμένοι]

-[σε τι χρησιμεύει να μοιράζομαι τα συναισθήματά μου π.χ. ανακουφίζομαι, κατανοώ και ρυθμίζω καλύτερα τη συμπεριφορά μου, επικοινωνώ καλύτερα][αναγνωρίζω ότι η αλλαγή της έντασης ενός συναισθήματος επιδρά στην αλλαγή της διάθεσης, στο σώμα και γενικότερα στη συμπεριφορά μου κλπ.][εκφράζω δυσάρεστα συναισθήματα χωρίς να πληγώνω άλλους][μαθαίνω στρατηγικές ρύθμισης της συμπεριφοράς μου όταν νιώθω δυσάρεστα συναισθήματα για να ηρεμώ και να ελέγχω τον εαυτό μου][αποδέχομαι το δυσάρεστο συναίσθημα, ρυθμίζω τη συμπεριφορά μου και τις πράξεις μου]

-[αναγνωρίζω τα συναισθήματα των άλλων][αντιλαμβάνομαι ότι οι άνθρωποι μπορεί να εκφράζουν ένα συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο από εμένα ή από άλλους] [μαθαίνω να ακούω τον άλλο και να καταλαβαίνω τι σκέφτεται και πώς νιώθει][μπορώ με τις πράξεις μου να κάνω τους άλλους να νιώθουν καλύτερα][αναλογίζομαι πώς επηρεάζονται οι άλλοι από τα συναισθήματα που εκφράζω]

**Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**  
**Υποενότητα: «ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΜΑΣ», Γ' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ-ΕΚΦΡΑΣΗ-ΑΠΟΔΟΧΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ</b> (ΠΜΑ 1, 2)  [τι/πώς νιώθω, [πότε νιώθω έτσι][πώς διαφοροποιείται η διάθεσή μου] [νιώθω ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα] [αποδέχομαι τα συναισθήματά μου][πώς διαφοροποιείται η συναισθηματική μου διάθεση π.χ. η αγωνία που νιώθω στην αρχή και στο τέλος ενός διαγωνίσματος] [ένα γεγονός μπορεί να προκαλέσει ποικίλα συναισθήματα στα άτομα, τα οποία να εκδηλώνονται με διαφορετικούς τρόπους] [αντιλαμβάνομαι ότι οι άνθρωποι μπορεί εκφράζουν ένα συναίσθημα με διαφορετικό τρόπο από εμένα ή από άλλους] [αντιλαμβάνομαι τη σημασία του να εκφράζω λεκτικά τα συναισθήματά μου σε καθημερινές καταστάσεις]</p> <p><b>ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ</b> (ΠΜΑ 3, 4, 5)  [τα συναισθήματά μου συνδέονται με τη συμπεριφορά μου][μαθαίνω στρατηγικές ρύθμισης της συμπεριφοράς μου όταν νιώθω δυσάρεστα συναισθήματα για να ηρεμώ και να ελέγχω τον εαυτό μου]</p> <p><b>ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 6,7)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αναγνωρίζουν τα παιδιά τα διαφορετικά συναισθήματα που αναδύονται σε σχέση με ένα γεγονός και ότι διαφοροποιείται η έκφραση τους από άτομο σε άτομο</li> <li>2. Να αυξήσουν οι μαθητές τη συχνότητα λειτουργικής έκφρασης των συναισθημάτων τους στην καθημερινή ζωή</li> <li>3. Να μπορούν να ηρεμούν (ελέγχουν τον εαυτό τους) με ή χωρίς βοήθεια όταν νιώθουν δυσάρεστα συναισθήματα.</li> <li>4. Να μπορούν να εκφράζουν και να προσπαθούν να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους με διαφορετικούς τρόπους.</li> <li>5. Να μπορούν αν κατανοήσουν τα παιδιά ότι οι σκέψεις, τα συναισθήματα και οι αντιδράσεις αποτελούν ένα συνεχές και ότι υπάρχει αλληλεπίδραση μεταξύ τους</li> <li>6. Να βρίσκουν και να αναφέρουν τρόπους που θα μπορούσαν να βοηθήσουν ατομικά τον κάθε μαθητή</li> </ol>	<p>1.«<i>Μπορεί να νιώθουμε το ίδιο...μπορεί και όχι</i>»  Οι μαθητές καλούνται να περιγράψουν συμπεριφορές και εκφράσουν τα συναισθήματα που τις συνοδεύουν μέσα από ερεθίσματα οπτικά ή ακουστικά π.χ. των ηρώων μίας θεατρικής παράστασης κατά προτίμηση μίας αρχαίας τραγωδίας. Σε ένα δεύτερο επίπεδο εκφράζουν τι νιώθουν οι ίδιοι βλέποντας ή ακούγοντας το συγκεκριμένο ερέθισμα και ακολουθεί συζήτηση για τη χρησιμότητα της έκφρασης των συναισθημάτων <b>[ΠΜΑ: 1,2,5]</b></p> <p>2.«<i>Αντιγνωμίες...συναισθημάτων</i>»  Οι μαθητές επιλέγουν ένα θέμα με κοινωνικές διαστάσεις π.χ. από ντοκιμαντέρ, ειδησεογραφικό ρεπορτάζ, μία διαφήμιση που μπορεί να προκαλεί διαφορετικές αντιδράσεις και δημιουργούν ομάδες-πάνελ συζητητών. Η συζήτηση περιλαμβάνει επιχειρήματα για τη στήριξη των διαφορετικών απόψεων και την έκφραση διαφορετικών συναισθημάτων από τις ομάδες των συζητητών. Δίνεται με</p>	<p>ΠΜΑ 1,2  Φωτογραφικό υλικό από εφημερίδες και περιοδικά, μαγνητοσκοπημένες εκπομπές με συζητήσεις κοινωνικών ζητημάτων, μαγνητοσκοπημένες θεατρικές παραστάσεις κλπ</p>

<p>[μαθαίνω να ακούω τον άλλο και να καταλαβαίνω τι σκέφτεται και πώς νιώθει], [μπορώ με τις πράξεις μου να κάνω τους άλλους να νιώθουν καλύτερα], [αναλογίζομαι πώς επηρεάζονται οι άλλοι από τα συναισθήματα που εκφράζω], [προτείνω πιθανές στρατηγικές για τη ρύθμιση της συμπεριφοράς μου όταν νιώθω δυσάρεστα συναισθήματα], [διακρίνω τις συμπεριφορές που κάνουν τους άλλους να νιώθουν άβολα, αμήχανα, ένοχα, προδομένοι, απομονωμένοι]</p>	<p>στη διαχείριση των δυσάρεστων συναισθημάτων 7. Να αντιλαμβάνονται ότι ο τρόπος με τον οποίο εκφράζουν τα συναισθήματά τους επηρεάζει τον τρόπο που τους φέρονται οι άλλοι.</p>	<p>αυτό τον τρόπο η αφόρμηση προκειμένου τα παιδιά να ελέγχουν τις συναισθηματικές αντιδράσεις τους ακούγοντας τους συμμαθητές τους με τις αντίθετες απόψεις. Επίσης, ενθαρρύνονται να λεκτικοποιήσουν και να προτείνουν τους τρόπους με τους οποίους βοηθούνται να ελέγξουν τα συναισθήματά τους προκειμένου να συνεχίσουν να συζητούν. [ΠΜΑ:1,2,3,4,5,6]</p>	
--	---	--	--

### Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

#### Υποενότητα: «ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΑΣ»

**Στόχοι της υποενότητας** είναι: η συνειδητοποίηση της προσωπικής, κοινωνικής και ιδανικής ταυτότητας, η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και η κινητοποίηση που αποσκοπεί στην απόκτηση επιθυμητών δεξιοτήτων/ικανοτήτων και στην υπέρβαση δυσκολιών ή αποτυχιών. Πιο συγκεκριμένα, τα παιδιά

- Σκέφτονται, συζητούν και παρουσιάζουν τον εαυτό τους, αναγνωρίζοντας κύρια στοιχεία και διαστάσεις της ταυτότητάς τους.
- Συνειδητοποιούν ότι ανήκουν σε ομάδες και ότι ένα μέρος του εαυτού τους καθορίζεται από την υπαγωγή τους σε αυτές, κάτι που συνεπάγεται προσωπική ευθύνη, οριοθέτηση, δικαιώματα και υποχρεώσεις.
- Αντιλαμβάνονται/αποδέχονται/αξιοποιούν τη μοναδικότητά τους ως άτομα καθώς και αυτή των άλλων ανθρώπων. Μαθαίνουν να αξιολογούν τον εαυτό τους, να θέτουν στόχους και να υιοθετούν τρόπους αυτοβελτίωσης.

Μέσα από όλα τα παραπάνω, ενισχύουν την αυτοεκτίμησή τους, τον αυτοσεβασμό και την αίσθηση της προσωπικής τους αξίας.

[πώς βλέπω τον εαυτό μου, πώς πιστεύω ότι με βλέπουν οι άλλοι, πώς θα ήθελα να είμαι/γίνω, τι μπορώ να κάνω τώρα που παλαιότερα δεν μπορούσα]

[σε τι μοιάζω, σε τι διαφέρω με τους άλλους] [κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός]

[ανήκω σε ομάδες, πολλά από τα στοιχεία που με χαρακτηρίζουν προέρχονται από την οικογένειά μου, ή/και τις ομάδες στις οποίες ανήκω, ένα μέρος του εαυτού μου καθορίζεται από τις ομάδες μου, στις ομάδες έχω δικαιώματα και υποχρεώσεις, αποδέχομαι τη διαφορετικότητα]  
[Αξίζω, έχω θετικά στοιχεία, αξιοποιώ τις δυνατότητές μου, αποκτώ γνώσεις και προσπαθώ να βελτιώνομαι σε θέματα που μου αρέσουν, αναγνωρίζω δυνατότητες και αδυναμίες μου (δεξιότητες, ικανότητες, στοιχεία του χαρακτήρα), αναγνωρίζω βασικές επιθυμίες, ανάγκες, προτιμήσεις, ενδιαφέροντά μου, προσπαθώ να αντιμετωπίζω τις αδυναμίες μου και να γίνομαι καλύτερος, αναλαμβάνω πρωτοβουλίες στην

τάξη, αποκτώ κοινωνική υπευθυνότητα, συμμετέχω σε δραστηριότητες που μου αρέσουν, συνειδητοποιώ τι θα μπορώ να κάνω στο μέλλον που τώρα δεν μπορώ, ποιοι και πώς με επηρεάζουν θετικά ή/και αρνητικά]

**Θεματική Ενότητα: Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»**

**Υποενότητα: «ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΑΣ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ</b> [πώς βλέπω τον εαυτό μου] [σε τι μοιάζω, σε τι διαφέρω με τους άλλους], [τι μπορώ να κάνω τώρα που παλαιότερα δεν μπορούσα] <b>ΠΜΑ: 1, 2</b></p> <p><b>ΙΔΑΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ</b> [πώς θα ήθελα να είμαι] <b>ΠΜΑ: 1, 2</b></p> <p><b>ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΙΚΟΝΑ</b> [πώς πιστεύω ότι με βλέπουν οι άλλοι] <b>ΠΜΑ: 3</b></p> <p><b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ-ΥΠΑΓΩΓΗ ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ</b> [ένα μέρος του εαυτού μου καθορίζεται από τις ομάδες στις οποίες ανήκω], [στις ομάδες έχω δικαιώματα και υποχρεώσεις] <b>ΠΜΑ: 4, 5</b></p> <p><b>ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ: ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ-ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΔΥΣΚΟΛΙΩΝ/ΑΠΟΤΥΧΙΩΝ-</b></p>	<p><b>1.</b> Να αναγνωρίζουν δυνατότητες και αδυναμίες τους (δεξιότητες, ικανότητες, στοιχεία του χαρακτήρα) καθώς και βασικές επιθυμίες, ανάγκες, προτιμήσεις, ενδιαφέροντά τους και πώς αυτά καθορίζουν την αυτοαντίληψή τους.</p> <p><b>2.</b> Να αναγνωρίζουν στοιχεία τους που μένουν σταθερά ή εξελίσσονται θετικά στο χρόνο (στον τρόπο που σκέφτονται και νιώθουν καθώς και στον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρονται/επικοινωνούν στις κοινωνικές και διαπροσωπικές τους σχέσεις).</p> <p><b>3.</b> Να αντιλαμβάνονται πώς «τους βλέπουν» οι σημαντικοί άλλοι και να αξιοποιούν την ανατροφοδότηση αυτή.</p> <p><b>4.</b> Να κατανοούν ότι, μέσα στα κοινωνικά συστήματα οι άνθρωποι έχουν πολλαπλούς ρόλους, οι οποίοι πρέπει να συνδυάζονται με αρμονικό τρόπο προκειμένου να</p>	<p><b>1. «Η ανταλλαγή της εικόνας μας» (Προσεγγίζει Π.Μ.Α. 1, 2, 3, 4) (περιγράφουμε και εξηγούμε όλη τη δραστηριότητα από την αρχή στα παιδιά ώστε να γνωρίζουν τι ακριβώς θα συμβεί)</b></p> <p>- Δίνουμε στα παιδιά ένα χαρτί (μεγέθους μισής κόλλας Α4) και τους ζητούμε αφού γράψουν επάνω το όνομά τους, να σκεφτούν και να γράψουν 3-5 βασικές πληροφορίες για τον εαυτό τους (θετικά ή/και αρνητικά ψυχολογικά χαρακτηριστικά). Στη συνέχεια τους ζητούμε να κινηθούν στο χώρο και να ανταλλάξουν με κάποιον άλλο το χαρτί με τα χαρακτηριστικά τους, αφού τα διαβάσει ο ένας στον άλλο. Η διαδικασία συνεχίζεται με άλλα άτομα όπου κάθε φορά διαβάζουμε και ανταλλάσσουμε χαρτιά με χαρακτηριστικά διαφόρων ατόμων (εφόσον κάθε φορά έχουμε ένα διαφορετικό χαρτί στο χέρι μας). Με το σύνθημά μας, η διαδικασία σταματά, τα παιδιά κάθονται στη θέση τους και καθένας παρουσιάζει αυτόν του οποίου το όνομα είναι γραμμένο στο χαρτί που κρατάει στο χέρι του.</p> <p>Στη συνέχεια συζητούμε με τα παιδιά:</p> <p>-τι ένιωθαν καθώς προσπαθούσαν να εντοπίσουν και να καταγράψουν τα κεντρικά τους χαρακτηριστικά γνωρίζοντας από πριν ότι οι άλλοι θα ακούσουν την αυτοπαρουσίασή τους.</p> <p>- για ποιους λόγους μια αυτοπαρουσίαση μπορεί να ταιριάζει ή/και να διαφέρει έντονα με την εικόνα κάποιων άλλων για το συγκεκριμένο άτομο.</p> <p><b>2. Είμαστε ίδιοι και διαφορετικοί (Π.Μ.Α. 2, 6, 7, 9)</b></p>	Κόλλες Α4

<p><b>ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ</b>  [αξιοποιώ τις δυνατότητές μου, αποκτώ γνώσεις και προσπαθώ να βελτιώνομαι σε θέματα που μου αρέσουν π.χ. ζωγραφική, αθλητισμός, κατασκευές, μουσική κλπ]  [προσπαθώ να αντιμετωπίζω τις αδυναμίες μου]  [αναλαμβάνω πρωτοβουλίες και ευθύνες στην τάξη και στις ομάδες που ανήκω-αποκτώ κοινωνική υπευθυνότητα],  [συμμετέχω σε δραστηριότητες που μου αρέσουν]  [ποιοι και πώς με επηρεάζουν θετικά ή/και αρνητικά]  <b>ΠΜΑ: 6, 7, 8.</b></p>	<p>επιτυγχάνεται προσωπική ισορροπία και ικανοποίηση.  <b>5.</b> Να εμβραθύνουν τη σκέψη τους, να εκφράζουν απόψεις και να συζητούν εποικοδομητικά αναφορικά με κοινωνικά δικαιώματα και υποχρεώσεις καθώς και αναφορικά με <i>κοινωνικά και ηθικά διλήμματα</i>.  <b>6.</b> Να μπορούν να ιεραρχούν τις ανάγκες τους και καθώς επιχειρούν να τις καλύψουν να μπορούν να διεκδικούν τα δικαιώματά τους χωρίς να παραβιάζουν τα δικαιώματα άλλων.  <b>7.</b> Να υιοθετούν τρόπους και στρατηγικές αυτοβελτίωσης και να θέτουν βραχυπρόθεσμους και μακροπρόθεσμους στόχους για να ενισχύουν τις δυνατότητες και να αντιμετωπίζουν τις αδυναμίες τους (π.χ. περισσότερη προσπάθεια, εξάσκηση, ανάληψη ευθύνης στις ομάδες που ανήκουν, αναζήτηση βοήθειας κλπ)  <b>8.</b> Να συνειδητοποιούν ότι ο βαθμός στον οποίο συμφωνούν ή αποκλίνουν οι επιμέρους διαστάσεις του εαυτού (προσωπική, ιδανική, κοινωνική ταυτότητα και δημόσια εικόνα) καθορίζει την αυτοεκτίμηση, την προσωπική ισορροπία και τη συμπεριφορά τους.</p>	<p>Τα παιδιά σχηματίζουν ένα κύκλο με τις καρέκλες τους και κάθονται. Ξεκινούμε ζητώντας από τα παιδιά να αλλάξουν θέσεις μεταξύ τους μόνο π.χ. έχουν ξανθά μαλλιά. Στη συνέχεια π.χ. όσοι τους αρέσουν τα Μαθηματικά...όσοι βλέπουν θρίλερ κ.ο.κ.. Βασικός όρος του παιχνιδιού είναι όταν κάποιος σηκώνεται δεν μπορεί να ξανακαθίσει στη θέση που ήταν πριν. Στη συνέχεια αφαιρούμε μια καρέκλα, οπότε ένας μαθητής μένει όρθιος έξω από τον κύκλο, γίνεται συντονιστής και δίνει οδηγίες, προσπαθώντας με τις οδηγίες που δίνει να μείνει κάποιος όρθιος και να έρθει στη θέση του συντονιστή. Αφού αρκετά παιδιά έχουν βρεθεί στη θέση του συντονιστή, διακόπτουμε τη δραστηριότητα και συζητούμε:  Υπήρχε οδηγία που σηκώθηκαν όλοι; Ποια ήταν αυτή; Σε τι δηλ. μοιάζουμε όλοι; Ποια είναι τα θετικά του να μοιάζουμε; Ποια τα αρνητικά; Ποια είναι τα θετικά του να διαφέρουμε; Ποια τα αρνητικά; Ποιες είναι οι διαφορές των ανθρώπων; (εξωτερικές και εσωτερικές). Τι νιώθουμε απέναντι στη διαφορετικότητα τη δική μας ή των άλλων; Πώς τα παραπάνω σχετίζονται με τη δημιουργία προκαταλήψεων;  <b>3. «Ποιοι και πώς μας επηρεάζουν» (Π.Μ.Α 1, 2, 5, 10)</b>  Χωρίζουμε την τάξη σε ομάδες 3-4 ατόμων. Κάνουμε κάθε φορά μια ερώτηση ζητώντας από τα παιδιά να συζητήσουν με την ομάδα τους σχετικά με την ερώτηση. Ενδεικτικές ερωτήσεις είναι:  - Ποιοι σας επηρεάζουν... για το πώς ντύνεστε, για το τι βλέπετε στην τηλεόραση, για το πώς και πόσο μελετάτε τα μαθήματά σας, για τη μουσική που ακούτε.  - Πώς μας επηρεάζουν οι άλλοι; Γιατί δε θέλουμε να απογοητεύουμε τους φίλους μας; Είναι πάντα καλό αυτό; Πότε δεν είναι; Περιμένουν οι φίλοι μας να συμπεριφερόμαστε με συγκεκριμένους τρόπους; Υπάρχουν κανόνες στις ομάδες μας που θα θέλαμε να παραβούμε αλλά φοβόμαστε ότι η ομάδα θα μας απορρίψει; Πώς νιώθουμε όταν κάποιος παραβιάζει συνήθειες ή κανόνες της ομάδας/παρέας μας</p>	<p>(καρέκλες της σχολικής τάξης)</p>
--	---	--	--------------------------------------

### Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

#### Υποενότητα: «ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ»

**Στόχοι της υποενότητας είναι** η κατανόηση της έννοιας του άγχους και των επιπτώσεών του στο ανθρώπινο σώμα, καθώς και η συνειδητοποίηση της φυσιολογικότητάς τους, η αναγνώριση και ο προσδιορισμός των συμπεριφορών που συνήθως υιοθετούμε όταν ερχόμαστε αντιμέτωποι με αγχογόνα γεγονότα και η διαφορετικότητα στον τρόπο που αξιολογούνται οι καταστάσεις από τον καθένα ως αγχογόνες ή μη, η γνωριμία με λειτουργικούς τρόπους διαχείρισης και αντιμετώπισης αγχογόνων καταστάσεων και η υιοθέτησή τους στην καθημερινότητά μας, καθώς και η δυνατότητα αναγνώρισης και αξιολόγησης καταστάσεων που απαιτούν την αναζήτηση βοήθειας από τρίτους όταν αυτές ξεπερνούν τα όρια και τις δυνάμεις μας.

Πιο συγκεκριμένα οι μαθητές:

-Κατανοούν την έννοια του άγχους και της φυσιολογικότητάς του

-Συνειδητοποιούν τη σχέση του άγχους με σωματικές αντιδράσεις που αποτελούν ουσιαστικά αυθόρμητες αντιδράσεις άμυνας του σώματος απέναντι στο άγχος

-Αξιολογούν και καταγράφουν το προσωπικό τους ρεπερτόριο συμπεριφορών και αντιδράσεων απέναντι σε αγχογόνες καταστάσεις

-Γνωρίζουν και καλούνται να γενικεύσουν στην καθημερινότητά τους πιο λειτουργικούς τρόπους διαχείρισης του άγχους

-Συνειδητοποιούν την ύπαρξη καταστάσεων που για την αντιμετώπισή τους απαιτούνται δυνατότητες και μέσα τα οποία μπορεί να μην διαθέτουμε.

(Νιώθω άγχος όταν με τιμωρούν, όταν πρέπει να υποστηρίξω τις απόψεις μου ή να μιλήσω μπροστά σε πολύ κόσμο, όταν πέφτουν δυνατές βροντές, όταν είμαι μόνος μου στο σπίτι...)

(Όταν νιώθω άγχος με καταλαμβάνει φόβος, παγώνω, ζητάω πάντα κάποιον να μου δώσει μια λύση...)

(Θα αντιμετωπίσω καλύτερα το άγχος μου εάν ξέρω τι ακριβώς συμβαίνει, εάν προσπαθήσω να ηρεμήσω μετρώντας μέχρι το δέκα, εάν καταλάβω τι ακριβώς συμβαίνει και δεν βγάζω γρήγορα συμπεράσματα, εάν είμαι προετοιμασμένος για μια δύσκολη εργασία...)

(Καλό είναι να ζητήσω τη βοήθεια κάποιου που γνωρίζει καλύτερα όταν νιώθω ότι αυτό που αντιμετωπίζω δεν μπορώ να το λύσω μόνος μου γιατί απαιτεί δυνάμεις και δεξιότητες που δεν διαθέτω...)

## Θεματική Ενότητα «ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ ... ΕΙΜΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΜΟΥ»

## Υποενότητα: «ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ», Γ' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ.</b> Τι είναι άγχος; Πότε νιώθω άγχος; Ποια συναισθήματα κινητοποιούνται όταν αντιμετωπίζουμε μια αγχογόνο κατάσταση; Νιώθουμε όλοι το ίδιο σε δύσκολες καταστάσεις;) <b>(ΠΜΑ1,2)</b></p> <p><b>ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ.</b> Το σώμα μας αντιδρά σε καταστάσεις πίεσης και φόβου. Είναι φυσιολογικές οι σωματικές αντιδράσεις. <b>(ΠΜΑ1,2)</b></p> <p><b>ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΑΓΧΟΓΟΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ.</b> Πώς αντιδρούμε σε καταστάσεις που νιώθουμε ότι ξεπερνούν τις δυνάμεις μας; Δεν αντιμετωπίζουμε όλοι με τον ίδιο τρόπο μια αγχογόνο κατάσταση <b>(ΠΜΑ 3)</b></p> <p><b>ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΑΓΧΟΓΟΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ.</b> Αξιολογούμε μια κατάσταση που μας προκαλεί άγχος. Προσδιορίζουμε τα μέσα και τις συμπεριφορές που μπορούμε να τη διαχειριστούμε καλύτερα <b>(ΠΜΑ 4)</b></p> <p><b>ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΟΡΙΩΝ ΚΑΙ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΩΝ</b> Αξιολογούμε τα μέσα και τις συμπεριφορές που διαθέτουμε. Αξιολογούμε την κατάσταση που πρέπει να διαχειριστούμε. Αναζητούμε βοήθεια όταν αυτή ξεπερνάει τις δυνατότητές μας) <b>(ΠΜΑ 5)</b></p>	<p><b>2.</b> Να μπορούν να περιγράψουν και να εξηγούν τι σημαίνει άγχος και να το συνδέουν με συναισθήματα και σωματικές αλλαγές που βιώνουν</p> <p><b>3.</b> Να αναγνωρίζουν τις καταστάσεις που τους προκαλούν άγχος και για ποιο λόγο και να μπορούν να αναφέρουν σχετικές προσωπικές τους εμπειρίες</p> <p><b>4.</b> Να αναγνωρίζουν πότε αισθάνονται λιγότερο και πότε περισσότερο άγχος και να αναφέρουν πώς αντιμετωπίζουν το άγχος σε κάθε περίπτωση</p> <p><b>5.</b> Να αναφέρουν τις στρατηγικές που χρησιμοποιούν μέχρι σήμερα και να αναγνωρίζουν ποιες είναι λειτουργικές και ποιες όχι</p> <p><b>6.</b> Να αισθάνονται άνετα να αναζητήσουν βοήθεια όταν είναι αντιμέτωποι με μια κατάσταση που ξεπερνά τα όρια και τις δυνατότητές τους</p>	<p><b>ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ...</b> Ζητάμε από τους μαθητές σε ομάδες να καταγράψουν στίχους από τραγούδια που προτιμούν όπου εκφράζεται αυτό που τους προκαλεί περισσότερο άγχος. Ή κάθε ομάδα σε συνεργασία να γράψει στίχους όπου θα συνδυάζονται οι βασικοί αγχογόνοι παράγοντες κάθε μέλους <b>(ΠΜΑ 1)</b></p> <p><b>ΥΓΕΙΑ...ΠΑΝΩ ΑΠ' ΟΛΑ.</b> Χωρίζουμε τους μαθητές σε ομάδες. Κάθε ομάδα έχει περιγραφή της αντίδρασης κάποιου οργάνου στο άγχος. Μαζί δίνουμε σχετικό υλικό. Κάθε ομάδα καλείται να ετοιμάσει μια σύντομη παρουσίαση για την υπόλοιπη τάξη σχετικά με τον τρόπο που αντιδρούν τα διάφορα όργανα στο άγχος <b>(ΠΜΑ 1)</b></p> <p><b>ΕΤΣΙ ΕΙΜΑΙ.</b> Σε ομάδες εργασίας οι μαθητές καλούνται σε μεγάλα χαρτόνια να καταγράψουν με όποιο τρόπο θέλουν (σχέδιο ή φράση) σε γκράφτι τον τρόπο που συνήθως επιλέγουν για να αντιμετωπίσουν μια αγχογόνο κατάσταση (καλό είναι να έχουν όλοι το ίδιο ερέθισμα πχ. βαθμολογία) <b>(ΠΜΑ 2,3)</b></p> <p><b>ΓΙΑ ΝΑ ΝΙΩΣΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ.</b> Χωρίζουμε τους μαθητές σε ομάδες. Κάθε ομάδα θα πρέπει να παρουσιάσει τους στίχους ενός υποτιθέμενου τραγουδιού με θέμα την αντιμετώπιση των αγχογόνων καταστάσεων με λειτουργικό τρόπο <b>(ΠΜΑ 4)</b></p>	<p>Φύλλα χαρτί</p> <p>Πληροφορίες σχετικά με τη λειτουργία σωματικών οργάνων σε κατάσταση άγχους</p> <p>Χαρτόνια, χονδροί μαρκαδόροι</p> <p>Φύλλα χαρτί</p>

Θεματική Ενότητα: **ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΓΧΟΣ, Γ' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Η ΕΝΝΟΙΑ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ.</b> Τι είναι άγχος; Πότε νιώθω άγχος; Ποια συναισθήματα κινητοποιούνται όταν αντιμετωπίζουμε μια αγχογόνο κατάσταση; Νιώθουμε όλοι το ίδιο σε δύσκολες καταστάσεις;) <b>(ΠΜΑ1,2)</b></p> <p><b>ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ.</b> Το σώμα μας αντιδρά σε καταστάσεις πίεσης και φόβου. Είναι φυσιολογικές οι σωματικές αντιδράσεις. <b>(ΠΜΑ1,2)</b></p> <p><b>ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΑΓΧΟΓΟΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ.</b> Πώς αντιδρούμε σε καταστάσεις που νιώθουμε ότι ξεπερνούν τις δυνάμεις μας; Δεν αντιμετωπίζουμε όλοι με τον ίδιο τρόπο μια αγχογόνο κατάσταση <b>(ΠΜΑ 3)</b></p> <p><b>ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΑΓΧΟΓΟΝΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ.</b> Αξιολογούμε μια κατάσταση που μας προκαλεί άγχος. Προσδιορίζουμε τα μέσα και τις συμπεριφορές που μπορούμε να τη διαχειριστούμε καλύτερα <b>(ΠΜΑ 4)</b></p> <p><b>ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΟΡΙΩΝ ΚΑΙ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΩΝ</b> Αξιολογούμε τα μέσα και τις συμπεριφορές που διαθέτουμε. Αξιολογούμε την κατάσταση που πρέπει να διαχειριστούμε. Αναζητούμε βοήθεια όταν αυτή ξεπερνάει τις δυνατότητές μας) <b>(ΠΜΑ 5)</b></p>	<p><b>7.</b> Να μπορούν να περιγράψουν και να εξηγούν τι σημαίνει άγχος και να το συνδέουν με συναισθήματα και σωματικές αλλαγές που βιώνουν</p> <p><b>8.</b> Να αναγνωρίζουν τις καταστάσεις που τους προκαλούν άγχος και για ποιο λόγο και να μπορούν να αναφέρουν σχετικές προσωπικές τους εμπειρίες</p> <p><b>9.</b> Να αναγνωρίζουν πότε αισθάνονται λιγότερο και πότε περισσότερο άγχος και να αναφέρουν πώς αντιμετωπίζουν το άγχος σε κάθε περίπτωση</p> <p><b>10.</b> Να αναφέρουν τις στρατηγικές που χρησιμοποιούν μέχρι σήμερα και να αναγνωρίζουν ποιες είναι λειτουργικές και ποιες όχι</p> <p><b>11.</b> Να αισθάνονται άνετα να αναζητήσουν βοήθεια όταν είναι αντιμέτωποι με μια κατάσταση που ξεπερνά τα όρια και τις δυνατότητές τους</p>	<p><b>ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ...</b> Ζητάμε από τους μαθητές σε ομάδες να καταγράψουν στίχους από τραγούδια που προτιμούν όπου εκφράζεται αυτό που τους προκαλεί περισσότερο άγχος. Ή κάθε ομάδα σε συνεργασία να γράψει στίχους όπου θα συνδυάζονται οι βασικοί αγχογόνοι παράγοντες κάθε μέλους <b>(ΠΜΑ 1)</b></p> <p><b>ΥΓΕΙΑ...ΠΑΝΩ ΑΠ' ΟΛΑ.</b> Χωρίζουμε τους μαθητές σε ομάδες. Κάθε ομάδα έχει περιγραφή της αντίδρασης κάποιου οργάνου στο άγχος. Μαζί δίνουμε σχετικό υλικό. Κάθε ομάδα καλείται να ετοιμάσει μια σύντομη παρουσίαση για την υπόλοιπη τάξη σχετικά με τον τρόπο που αντιδρούν τα διάφορα όργανα στο άγχος <b>(ΠΜΑ 1)</b></p> <p><b>ΕΤΣΙ ΕΙΜΑΙ.</b> Σε ομάδες εργασίας οι μαθητές καλούνται σε μεγάλα χαρτόνια να καταγράψουν με όποιο τρόπο θέλουν (σχέδιο ή φράση) σε γκράφτι τον τρόπο που συνήθως επιλέγουν για να αντιμετωπίσουν μια αγχογόνο κατάσταση (καλό είναι να έχουν όλοι το ίδιο ερέθισμα πχ. βαθμολογία) <b>(ΠΜΑ 2,3)</b></p> <p><b>ΓΙΑ ΝΑ ΝΙΩΣΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ.</b> Χωρίζουμε τους μαθητές σε ομάδες. Κάθε ομάδα θα πρέπει να παρουσιάσει τους στίχους ενός υποτιθέμενου τραγουδιού με θέμα την αντιμετώπιση των αγχογόνων καταστάσεων με λειτουργικό τρόπο <b>(ΠΜΑ 4)</b></p>	<p>Φύλλα χαρτί</p> <p>Πληροφορίες σχετικά με τη λειτουργία σωματικών οργάνων σε κατάσταση άγχους</p> <p>Χαρτόνια, χονδροί μαρκαδόροι</p> <p>Φύλλα χαρτί</p>



## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΟΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΜΑΣ»

**Σκοπός της υποενότητας** είναι η καλλιέργεια δεξιοτήτων που βοηθούν τα παιδιά να επιτυγχάνουν θετικά αποτελέσματα σε κοινωνικό επίπεδο, να δημιουργούν και να διατηρούν υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις και να αναπτύσσουν αξίες και στάσεις που προάγουν την κοινωνική ευαισθησία και υπευθυνότητα. Ειδικότερα, η ενότητα έχει ως στόχους:

- \* Τη συνειδητοποίηση της αναγκαιότητας ορισμένων κοινωνικών συμβάσεων για την αρμονική λειτουργία των ομάδων και την επίτευξη κοινών στόχων. *[Για ποιο λόγο είναι σημαντικές αυτές οι δεξιότητες; Πώς θα ήταν οι σχέσεις μας με τους άλλους και η ζωή μας χωρίς αυτές;]*
- \* Την αναγνώριση βασικών κοινωνικών δεξιοτήτων *[Ποιες είναι οι δεξιότητες αυτές;]*
- \* Την υιοθέτηση των δεξιοτήτων αυτών στις διαπροσωπικές σχέσεις σε διαφορετικά πλαίσια και καταστάσεις *[Μαθαίνω να είμαι ευγενικός, να συνεργάζομαι, να διεκδικώ κλπ. Μαθαίνω να χρησιμοποιώ τις κατάλληλες συμπεριφορές με διαφορετικά άτομα, ομάδες ή καταστάσεις]*

## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΟΙ ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΜΑΣ», Γ' ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<b>ΑΡΧΗ ΓΝΩΡΙΜΙΑΣ-ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ[ΠΜΑ: 1, 2, 3, 7]</b> [χαιρετάω, συστήνομαι, γνωρίζομαι με κάποιον, κάνω φιλοφρονήσεις, βοηθώ τους άλλους, προσκαλώ κάποιον να κάνουμε κάτι μαζί, ξεκινάω έναν διάλογο, αναγνωρίζω τα λάθη μου, δέχομαι τις συνέπειες των πράξεών μου,	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να υιοθετούν βασικές κοινωνικές δεξιότητες</li> <li>2. Να διατηρούν καλές σχέσεις και να συνεργάζονται αρμονικά με τους άλλους</li> <li>3. Να συνειδητοποιήσουν την αξία της φιλίας, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές που τη διέπουν</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Αρχή μιας γνωριμίας.</b> Οι μαθητές δουλεύουν σε ομάδες προσομοιώσεις μιας αρχικής γνωριμίας και συζητούν ποιες προσεγγίσεις, φράσεις και συμπεριφορές θα μπορούσαν να είναι περισσότερο αποτελεσματικές σε διάφορες περιπτώσεις (ΠΜΑ: 1, 2)</li> <li>2. <b>Πόσο φίλος είσαι;</b> Δραστηριότητα για την αντίσταση στην κοινωνική πίεση Συζήτηση με σενάρια του τύπου «Ένας φίλος σου κάνει μια αξιόποινη πράξη (π.χ. κλέβει κάτι από το σχολείο, προκαλεί μια ζημιά, εκφοβίζει έναν</li> </ol>	

<p>μπορώ να αντέχω και να αντιμετωπίζω την απόρριψη, τη ματαιώση ή την αποτυχία στο πλαίσιο μιας σχέσης κ.α.]</p> <p><b>ΟΡΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ [ΠΜΑ: 4, 5, 6]</b> [συναινώ με τις επιθυμίες της ομάδας, κάνω επιλογές με βάση τα προσωπικά μου όρια, τις επιθυμίες και τις αξίες μου κ.α.]</p> <p><b>ΔΙΕΚΔΙΚΗΣΗ [ΠΜΑ: 5, 6]</b> [ζητάω το λόγο, λέω τη γνώμη μου / τα συναισθήματά μου όταν αδικούμαι, λέω «όχι» όταν κάτι δε μου αρέσει, συμμετέχω ενεργά σε παιχνίδια ή δραστηριότητες, ξέρω να διεκδικώ χωρίς να γίνομαι επιθετικός κα]</p>	<p>4. Να μπορούν να ακολουθούν κοινωνικές συμβάσεις, όρια και υποχρεώσεις σε διάφορα πλαίσια</p> <p>5. Να διεκδικούν με κατάλληλο τρόπο και να υπερασπίζονται τον εαυτό και τα δικαιώματά τους</p> <p>6. Να διαχειρίζονται την πίεση της ομάδας, να αξιολογούν, ιεραρχούν τις επιλογές ανάμεσα στη συμμόρφωση / την υποστήριξη των φίλων και της παρέας τους και στις προσωπικές αξίες, απόψεις και επιθυμίες</p> <p>7. Να αποδέχονται τα λάθη, τις συνέπειες των πράξεών τους και να διαχειρίζονται τις ματαιώσεις και τις αποτυχίες στο κοινωνικό επίπεδο.</p>	<p><i>συμμαθητή σας κλπ) την οποία εσύ δεν θεωρείς σωστή, πώς αντιδράς; Αποφασίζεις να μην προδώσεις τον φίλο σου ή να υπερασπιστείς τις αρχές σου και αυτό που εσύ θεωρείς σωστό; Υπάρχει συμβιβαστική λύση; Μπορείς να ζητήσεις από κάποιον βοήθεια;» (ΠΜΑ: 2, 3, 6)</i></p> <p><b>3. Γράμμα συγνώμης...</b> Δραστηριότητα για την αναγνώριση και αποδοχή ότι σε κάποιες περιστάσεις μπορεί να κάνουμε λάθος, να προσβάλουμε ή να πληγώσουμε κάποιον με αποτέλεσμα να επηρεαστεί αρνητικά η σχέση μας μαζί του. Επίσης, η δραστηριότητα αφορά στον τρόπο με τον οποίο προσπαθούμε να αποκαταστήσουμε σχέσεις που είναι σημαντικές για μας. Οι μαθητές μπορούν να σκεφτούν μια πραγματική ή υποθετική κατάσταση στην οποία είχαν άδικο και πλήγωσαν κάποιον. Επιχειρούν λοιπόν να γράψουν ένα γράμμα συγνώμης, να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να αποκαταστήσουν τη σχέση τους με το πρόσωπο αυτό... (ΠΜΑ: 2, 3, 7)</p>	<p>Χαρτί, μολύβι, φάκελος</p>
---	--	--	-------------------------------

### Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

#### Υποενότητα: «ΔΙΑΧΕΙΡΙΖΟΜΑΙ ΤΙΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΙΣ – ΒΑΖΩ ΟΡΙΑ»

**Στόχοι της υποενότητας είναι:** να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές τους λόγους για τους οποίους προκαλείται μια σύγκρουση, τους τρόπους με τους οποίους εκφράζεται (λεκτικά, με χειροδικία, με υποτιμητικά σχόλια, με ηλεκτρονικά μέσα κλπ), αλλά και τα συναισθήματα που οδηγούν σε συγκρούσεις αλλά και εκείνα που προκαλούνται από αυτή. Η σημασία της διαπραγμάτευσης, της συνεργασίας και της ενσυναίσθησης αποτελούν έννοιες τις οποίες καλούνται οι μαθητές να κατανοήσουν και να γενικεύσουν στην καθημερινότητά τους ως συμπεριφορές λειτουργικών τρόπων επίλυσης συγκρούσεων. Η κατανόηση των συνεπειών επιθετικών μορφών συμπεριφοράς στις ανθρώπινες σχέσεις, ο τρόπος αντιμετώπισης επιθετικών μορφών συμπεριφοράς και η αναποτελεσματικότητα της υιοθέτησης τους σε καταστάσεις σύγκρουσης, αποτελεί έναν άλλο σημαντικό στόχο. Η περιγραφή της έννοιας και των μορφών εκφοβισμού, ο ρόλος των «θεατών», οι τρόποι αντίδρασης και η αναζήτηση βοήθειας είναι ένας ακόμα στόχος, ο οποίος αφορά κυρίως τη Β' και Γ' ηλικιακή ομάδα.

Πιο συγκεκριμένα οι μαθητές

-Αναγνωρίζουν τους λόγους των συγκρούσεων και των αναγκών που καλύπτονται από αυτές

-Συνειδητοποιούν τους τρόπους με τους οποίους συγκρούμαστε

-Γνωρίζουν λειτουργικούς τρόπους επίλυσης συγκρούσεων

**Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»**

**Υποενότητα: «ΔΙΑΧΕΙΡΙΖΟΜΑΙ ΤΙΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΙΣ – ΒΑΖΩ ΟΡΙΑ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (Π.Μ.Α.)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
---------------	--	----------------------------	--------------------

-Αναγνωρίζουν, κατανοούν και αποδέχονται τα συναισθήματα που εμπλέκονται στις συγκρούσεις

-Γνωρίζουν τη σημασία της ενσυναίσθησης στην επίλυση μιας σύγκρουσης καθώς και της συνεργασίας

-Αξιολογούν και προσδιορίζουν την σημασία της επιθετικότητας και τον τρόπο που επηρεάζει τις ανθρώπινες σχέσεις

-Γνωρίζουν τρόπους αντιμετώπισης φαινομένων επιθετικότητας

-Γνωρίζουν την έννοια του Εκφοβισμού καθώς και την σημασία του «θεατή»

-Συνειδητοποιούν την σημασία αντίδρασης σε φαινόμενα εκφοβισμού είτε από τη θέση του «θύματος» είτε από τη θέση του «θεατή»

-Συνειδητοποιούν τη σημασία της αναζήτησης βοήθειας όταν αντιλαμβάνονται περιστατικά που διακυβεύεται η ασφάλεια τους ή κάποιου συμμαθητή / φίλου (σωματική ή ψυχολογική κάποιου)

(Οι συγκρούσεις με τους άλλους γίνονται όταν μας παίρνουν κάτι που μας ανήκει, όταν μας υποτιμούν, όταν μας κάνουν κακή κριτική, όταν μας αποκλείουν από ομάδες και παρέες)

(Όταν κάποιος μας αδικεί, νιώθουμε θυμό, όταν μας αγνοεί απογοήτευση)

(Κατανοώντας και λαμβάνοντας υπόψη τη θέση και τα συναισθήματα του άλλου ο θυμός μετριάζεται και εκλογικεύεται, δίνοντας χώρο στη λογική για λύσεις και προτάσεις χωρίς ένταση)

(Η βία προκαλεί βία και εντείνει δεν επιλύει θέματα και προβλήματα)

(Η πραγματική ισχύς είναι στη διαπραγματευτική δυνατότητα, στη συνεργασία και στην κατανόηση του άλλο. Η βία δεν είναι «μαγκιά»)

(Όταν βλέπω κάποιο συμμαθητή / συμμαθήτριά μου να είναι θύμα εκφοβισμού το αναφέρω. Αυτό δεν με κάνει καρφί αλλά υπεύθυνο για την ασφάλεια των συνανθρώπων μου (σωματική και ψυχολογική)

<p><b>ΟΙ ΛΟΓΟΙ ΜΙΑΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΗΣ</b>          Συνειδητοποίηση των ψυχολογικών αναγκών που οδηγούν σε συγκρούσεις.  <b>(ΠΜΑ1) (ΠΜΑ2)</b> [ΠΟΤΕ ΤΣΑΚΩΝΟΜΑΙ; Πχ. Όταν βρίσκομαι σε αδιέξοδο, όταν παρασύρομαι από την οργή μου, την απογοήτευση ή το θυμό μου και ξεσπάω σε άλλους, όταν νιώθω μόνος, όταν στεναχωριέμαι, όταν οι άλλοι δεν με καταλαβαίνουν...]  <b>ΘΥΜΟΣ-ΦΟΒΟΣ-ΑΠΟΓΟΗΤΕΥΣΗ...</b>          Η αναγνώριση και συνειδητοποίηση των βασικών συναισθημάτων που αναδύονται όταν συγκρουόμαστε <b>(ΠΜΑ 3) (ΠΜΑ 4)</b>          [Θυμώνω όταν με αμφισβητούν, όταν επιχειρούν να περιορίσουν την ελευθερία μου, φοβάμαι όταν με απειλούν, απογοητεύομαι όταν δεν επιτυγχάνω να διεκδικήσω αυτό που θέλω .Είναι φυσιολογικό να νιώθει κάποιος έτσι .Ο τρόπος έκφρασης του θυμού, του φόβου της απογοήτευσης δεν πρέπει να είναι επιθετικός]  <b>ΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΣΗ</b>          Η ανάπτυξη διαπραγματευτικών δεξιοτήτων , διεκδίκησης και υποστήριξης επιθυμιών και απόψεων <b>(ΠΜΑ 5)</b>          [ΜΕ ΠΟΙΟ ΤΡΟΠΟ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΖΗΤΗΣΩ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΘΕΛΩ: Διεκδικώ τις επιθυμίες μου με επιχειρήματα] [Λέω τι νιώθω και τι θέλω. Λέω τα συναισθήματά μου. Ακούω τη θέση του άλλου. Αναζητούμε από κοινού μια μέση λύση]  <b>ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ</b>          Τι είναι «Εκφοβισμός». Ποιά είναι η διαφορά του εκφοβισμού από το πείραγμα. Με ποιο τρόπο κάποιος μπορεί να εκφοβίσει κάποιον (άμεσα με πείραγμα, χειροδικία κλπ, ή έμμεσα, ηλεκτρονικός εκφοβισμός...). <b>(ΠΜΑ 6)</b>          [ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ; Είναι μια επιθετική πράξη η οποία έχει σα στόχο να βλάψει (σωματική ή ψυχολογικά) κάποιον και επαναλαμβάνεται . Ο Εκφοβισμός γίνεται με χειροδικία, με διάδοση φημών για κάποιον, με αφαίρεση προσωπικών αντικειμένων, με έκθεση ψευδών φημών και εικόνων στο διαδίκτυο, με SMS κα).  <b>ΑΠΟΤΡΕΠΟΝΤΑΣ ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ (Ο «ΘΕΑΤΗΣ»)</b>          Τι είναι αυτό που κάνει το «θεατή» εκφοβισμού να μην αναφέρει το γεγονός;          Τι μπορεί να κάνει κάποιος που είναι «θεατής» ενός τέτοιου συμβάντος.  <b>(ΠΜΑ 7,9,10)</b>          [ΟΤΑΝ ΕΙΜΑΙ ΘΕΑΤΗΣ: Φοβάμαι για την ασφάλειά μου και την ασφάλεια του άλλου, σκέφτομαι ότι μπορεί να γίνω και εγώ θύμα. Πολλές φορές με</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αναγνωρίζουν τι τους κάνει να έρχονται σε σύγκρουση με κάποιον (φίλο, συμμαθητή...) Να κατανοήσουν ποιές ανάγκες προσπαθούμε να «υπερασπιστούμε» μέσα από μια σύγκρουση.</li> <li>2. Να συνειδητοποιήσουν ότι σε μια σύγκρουση και τα δύο μέρη που συμμετέχουν σε αυτή προσπαθούν να ικανοποιήσουν μια ανάγκη (να ανήκουν κάπου, να τους καταλαβαίνουν, να μην τους αποκλείουν από ομάδες, να μην υποτιμούν την αξία τους, να μην αμφισβητούν την ιδιοκτησία τους...)</li> <li>3. Να συνειδητοποιήσουν ότι τα έντονα συναισθήματα που βιώνονται σε μια σύγκρουση είναι φυσιολογικά.</li> <li>4. Να κατανοήσουν ότι αυτό που τίθεται υπό αμφισβήτηση είναι ο τρόπος που εκφράζονται τα συναισθήματα που προκαλούν ή αναδύονται από μια σύγκρουση και όχι τα συναισθήματα καθαυτά</li> <li>5. Να εξοικειωθούν με τη διαδικασία της διαπραγμάτευσης και να γνωρίσουν τη σημασία υποστήριξης της γνώμης και των επιθυμιών, με επιχειρήματα και αξιολογικές διαδικασίες.</li> <li>6. Να κατανοήσουν τι είναι ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ, ποια είναι η</li> </ol>	<p><b>Α. Με στίχους:</b> Οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες και κάθε ομάδα καταγράφει στίχους τραγουδιών που μιλούν για συγκρούσεις και προστριβές. Για κάθε αναφορά τους θα πρέπει να προσδιορίζουν και το λόγο της σύγκρουσης στην οποία αναφέρεται ο στίχος / οι στίχοι <b>(ΠΜΑ 1 &amp; 2)</b>  <b>Β. Αφίσες με νόημα:</b> Οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες και θα πρέπει να παρουσιάσουν στην τάξη τους μια αφίσα τύπου graffiti όπου θα αναπαριστά ένα από τα συναισθήματα που νιώθουμε όταν «αποφασίζουμε» να συγκρουστούμε με κάποιον ή που νιώθουμε μετά από μια σύγκρουση <b>(ΠΜΑ 3)</b>  <b>Γ. Σε ...διαβούλευση:</b> Η τάξη χωρίζεται σε δύο ομάδες. Δίνεται ένα κοινό θέμα το οποίο έχει δυο εκδοχές. Κάθε ομάδα θα πρέπει να συνεργαστεί ώστε να υποστηρίξει τη δική της εκδοχή (σε μορφή debate) <b>(ΠΜΑ 5)</b>  <b>Δ. Συνθήματα:</b> Η τάξη χωρίζεται σε ομάδες. Κάθε</p>	<p>Φύλλα χαρτί</p> <p>Χαρτόνια, χονδροί μαρκαδόροι, γκλίτερ, φωτογραφίες</p> <p>Φύλλα χαρτί</p> <p>Σενάριο με επιθετική συμπεριφορά</p>
---	--	--	---

<p>εκβιάζουν ότι αν μιλήσω θα έχω ...συνέπειες.  [ΟΤΑΝ ΕΙΜΑΙ ΘΕΑΤΗΣ: Δεν ενισχύω τον «εκφοβιστή», εκφράζω την αντίθεσή μου για αυτό που συμβαίνει, ενημερώνω κάποιον που εμπιστεύομαι (εκπαιδευτικό ή συμμαθητή) σχετικά με αυτό]  <b>ΑΠΟΤΡΕΠΟΝΤΑΣ ΦΑΙΝΟΜΕΝΑ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ (ΤΟ «ΘΥΜΑ»)</b>  Τι είναι αυτό που κάνει το «θύμα» εκφοβισμού να μην αναφέρει το γεγονός ή να μην αντιδρά; Τι μπορεί να κάνει κάποιος που είναι «θύμα» εκφοβισμού; <b>(ΠΜΑ 8,9,10)</b>  [ΟΤΑΝ ΒΡΕΘΩ ΣΤΗ ΘΕΣΗ ΤΟΥ ΘΥΜΑΤΟΣ; Φοβάμαι για την ασφάλειά μου και την αξιοπρέπειά μου. Πολλές φορές με εκβιάζουν ότι αν μιλήσω θα υποστώ συνέπειες. Νιώθω αδύναμος και απροστάτευτος ...]  [ΟΤΑΝ ΒΡΕΘΩ ΣΤΗ ΘΕΣΗ ΤΟΥ ΘΥΜΑΤΟΣ: Αποφεύγω να μένω μόνος σε επικίνδυνα μέρη. Προσπαθώ να μην δείχνω αδυναμία και λέω με αποφασιστικότητα να σταματήσουν. Προσπαθώ να απομακρυνθώ σε ασφαλές μέρος. Ενημερώνω κάποιον που εμπιστεύομαι (εκπαιδευτικό ή συμμαθητή)]  <b>ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ ΒΟΗΘΕΙΑΣ</b>  Η κατανόηση της σοβαρότητας μιας κατάστασης, στην οποία υπάρχει επιθετικότητα, και η αναζήτηση βοήθειας όταν τίθεται θέμα ασφάλειας ατόμων. Διαφοροποίηση της έννοιας «καρφώνω» από την έννοια βοηθώ με υπευθυνότητα <b>(ΠΜΑ 9,10)</b>  [ΠΟΤΕ ΖΗΤΑΩ ΒΟΗΘΕΙΑ: Υπάρχουν καταστάσεις που δεν μπορώ να ελέγξω, που ξεφεύγουν από τις δυνατότητές μου. Όταν κινδυνεύει η ασφάλεια ή η αξιοπρέπεια η δική μου ή κάποιου άλλου. Η αναζήτηση βοήθειας είναι ένδειξη υπευθυνότητας και όχι αδυναμίας. Υπάρχει διαφορά μεταξύ του «καρφώνω» και προστατεύω κάποιον που κινδυνεύει. Όταν «καρφώνω» κάποιον θέλω να τον βλάψω]</p>	<p>διαφορά του από το πείραγμα, και να προσδιορίσουν τρόπους με τους οποίους εκφράζεται  7. Να γνωρίσουν συμπεριφορές αντίδρασης / απάντησης σε φαινόμενα εκφοβισμού είτε αυτή εκφράζεται λεκτικά είτε με άλλο τρόπο, όταν είναι «θεατές»  8. Να γνωρίσουν συμπεριφορές αντίδρασης / απάντησης σε φαινόμενα εκφοβισμού είτε αυτή εκφράζεται λεκτικά είτε με άλλο τρόπο, εάν βρεθούν στη θέση του «θύματος»  9. Να είναι σε θέση να αναφέρουν περιστατικά στα οποία διακυβεύεται η σωματική ή συναισθηματική τους ασφάλεια ή κάποιου συμμαθητή /τριας τους  10. Να συνειδητοποιήσουν τη διαφορά της έννοιας «καρφώνω» από εκείνη της «αναφέρω ένα περιστατικό στο οποίο απειλείται ή απειλήθηκε η ασφάλεια – σωματική ή ψυχολογική- κάποιου»</p>	<p>ομάδα θα πρέπει να εφεύρει συνθήματα τα οποία θα αποτρέπουν τη χρήση βίας σε οποιαδήποτε μορφή. Για κάθε σύνθημα θα πρέπει να αναφερθεί το σκεπτικό δημιουργίας και ο στόχος <b>(ΠΜΑ 6, 7,8)</b>  <b>Ε. Κάρτα Προστασίας:</b> Σε ένα σενάριο σύγκρουσης με επιθετικές συμπεριφορές οι μαθητές καλούνται να αναφέρουν τρόπους «άμυνας»/ προστασίας <b>(ΠΜΑ 9 &amp; 10)</b></p>	
--	---	--	--

## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ»

**Στόχοι της υποενότητας είναι:** Για την Α΄ ηλικιακή ομάδα, στόχος είναι οι μαθητές να κατανοήσουν τις έννοιες της «ταυτότητας» και της «διαφορετικότητας» σε πολλαπλά επίπεδα – όπως σε θέματα χαρακτηριστικών εμφάνισης και συμπεριφοράς, σε θέματα ικανοτήτων, δεξιοτήτων και ειδικών ταλέντων ή αναπηριών και μειονεξιών, στο οικογενειακό, κοινωνικό και πολιτισμικό επίπεδο. Για τη Β΄ ηλικιακή ομάδα πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης του Δημοτικού σχολείου, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο να αναγνωρίζουν οι μαθητές τα αρνητικά στερεότυπα και τις προκαταλήψεις, τον τρόπο που δημιουργούνται και τη δύναμή τους. Συγκεκριμένα, επιδιώκεται να κατανοήσουν την έννοια των αρνητικών στερεοτυπικών αντιλήψεων σχετικά με άτομα και κοινωνικές ομάδες που έχουν «διαφορετικά» χαρακτηριστικά (εμφάνιση, εξαιρετικές ικανότητες και ταλέντα, αναπηρίες, διαφορετικές μορφές οικογένειας, εθνοπολιτισμική καταγωγή κα.). Έμφαση δίνεται στο να μάθουν να αποδέχονται και να σέβονται τη διαφορετικότητα σε όλα τα επίπεδα, επισημαίνοντας τις επιπτώσεις των αρνητικών στερεοτυπικών αντιλήψεων και των προκαταλήψεων στις αντιλήψεις και στη συμπεριφορά μας προς άτομα, ομάδες και πολιτισμούς διαφορετικούς από το δικό μας. Στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, επιδιώκεται οι μαθητές να κατανοήσουν τη διαφορετικότητα κυρίως στην κοινωνική συμπεριφορά, σε διαφορετικά πλαίσια διαβίωσης και σε ομάδες –κοινωνικές και εθνοπολιτισμικές- και να αναστοχαστούν τα πλεονεκτήματα επιλογής συμπεριφορών με κριτήριο το κοινό καλό, τη συνεργασία και την αλληλεγγύη.

## Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

## Υποενότητα: «ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<b>ΑΤΟΜΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ</b> ΠΜΑ 1 [«ποιος/ποια είμαι, «πού θέλω να κατευθύνω τη ζωή μου»] ΠΜΑ 2 [«ποια χαρακτηριστικά μου βασίζονται σε όσα έμαθα από τους	1. Να κατανοήσουν την ανάγκη για αναζήτηση του «ποιος/ποια είμαι», δηλαδή ποια είναι τα δικά μου ξεχωριστά, μοναδικά χαρακτηριστικά, πώς με επηρεάζουν στα σχέδιά μου για το μέλλον και πώς διαφέρουν από των άλλων συνθέτοντας τη διαφορετικότητα μεταξύ των ατόμων.	<u>ΠΜΑ 1</u> Σενάριο που αντιμετωπίζει τις οπτικές των δύο φύλων. Συζήτηση σε ζευγάρια για το πώς το κάθε φύλο, με τον ίδιο τρόπο, αντιμετωπίζει τη δική του προσέγγιση από τη σκοπιά του «κανονικού», και την προσέγγιση του άλλου φύλου από τη σκοπιά του «παράξενου», «του μη φυσιολογικού».	

<p>γονείς μου, από τους δασκάλους μου, από συγγενικά ή φιλικά πρόσωπα του περιβάλλοντός μου»]</p> <p><b>ΑΠΟΔΟΧΗ ΤΗΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΑΤΟΜΙΚΟ &amp; ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ</b></p> <p>ΠΜΑ 3 [«έχουμε διαφορετικές ικανότητες και δυνατότητες, είμαστε διαφορετικοί», «κατανοώ και αποδέχομαι τις διαφορετικές υψηλές ικανότητες που έχουν οι άλλοι και άλλες υψηλές ικανότητες που έχω εγώ σε διαφορετικούς τομείς», «ο καθένας με τα δικά του χαρίσματα μπορεί να συμβάλει δημιουργικά στο έργο μιας ομάδας»]</p> <p>ΠΜΑ 4 [«κατανοώ τις ειδικές δυσκολίες που αντιμετωπίζουν άτομα με ειδικές αδυναμίες, αναπηρίες»]</p> <p>ΠΜΑ 5, 6 [«δεν είναι η οικογένειά σου όμοια με τη δική μου, όμοια με όλων των υπολοίπων συμμαθητών/συμμαθητριών μου», «όπως και να είναι η οικογένειά σου είναι το ίδιο σημαντική με τη δική μου» ]</p> <p><b>ΑΠΟΔΟΧΗ ΤΗΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΕ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ</b></p>	<p>2. Να αναγνωρίζουν τα στοιχεία της υπό διαμόρφωση ταυτότητάς τους και το ρόλο των σημαντικών άλλων στη διαμόρφωση της ταυτότητάς τους (γονείς, εκπαιδευτικοί, σεβαστά πρόσωπα στην «κοινότητα»).</p> <p>3. Να κατανοήσουν ότι η αποδοχή και αξιοποίηση της διαφορετικότητας των υψηλών ικανοτήτων και δεξιοτήτων αποτελεί πλούτο και πηγή δημιουργικότητας για κάθε ομάδα και τις δραστηριότητές της.</p> <p>4. Να κατανοήσουν ότι οι περιορισμοί στις ικανότητες και δεξιότητες και οι αναπηρίες αντισταθμίζονται με κάποιες ικανότητες και δυνατότητες που μπορούν να κάνουν το ρόλο του καθενός λειτουργικό μέσα σε οποιαδήποτε ομάδα.</p> <p>5. Να κατανοήσουν τις διαφορετικές μορφές της σύγχρονης διαβίωσης και τις διαφορετικές δομές-μορφές που χαρακτηρίζουν τη σύγχρονη οικογένεια.</p> <p>6. Να κατανοήσουν ότι στην αντιμετώπιση της διαφορετικότητας της οικογένειας δεν εισχωρούν a priori αξιολογικές κρίσεις για τη λειτουργία της που επιβάλλονται από στερεοτυπικές αντιλήψεις για την «κανονικότητα» της οικογένειας των δύο βιολογικών γονέων με παιδί/παιδιά».</p> <p>7. Να επισημάνουν ότι το «ποιος /ποια είμαι» καθορίζεται επιπλέον από την εικόνα των άλλων για μένα (δημόσια εικόνα), δηλαδή το πώς μας βλέπουν οι άλλοι στις ομάδες όπου συμμετέχουμε, (στην οικογένεια, στο συγγενικό κύκλο, στη γειτονιά, στη σχολική τάξη, στη σχολική</p>	<p><u>ΠΜΑ 2</u> Διαβάζεται από τον/την εκπαιδευτικό ένα σενάριο με την επιρροή των σημαντικών άλλων ως προτύπων στη ζωή μας. Κάθε μέλος του ζευγαριού συζητάει για ένα δικό του πρόσωπο που αποτελεί πρότυπο ζωής. Γράφουν ένα καταστάλαγμα της συζήτησής τους και το διαβάζουν στην τάξη</p> <p>ΠΜΑ 3, 4 Χωρίζονται οι μαθητές σε ομάδες. Τους δίνονται 2 θέματα για ζωγραφική από το κοινωνικο-φυσικό περιβάλλον π.χ, ένα πολυσύχναστος δρόμος στην πόλη και μία βάρκα με δύο εφήβους κοντά σε μια παραλία. Ανά δύο στην κάθε ομάδα ζωγραφίζουν το θέμα με χρώματα ή άλλα σχέδια και γράφουν μια ιστορία που διηγείται τι ακολούθησε από την αρχική σκηνή που σχεδιάστηκε. Συνδέουν την ιστορία με κάποιο γνωστό τραγούδι ή συνθέτουν κάποιους στίχους ή στροφές. Η κάθε ομάδα αναφέρει τα όσα έγραψαν. Ακολουθεί συζήτηση και προβληματισμός σχετικά με το κατά πόσο και πώς ο καθένας συνεισέφερε στην ομάδα του σύμφωνα με ιδιαίτερες ικανότητές του και δεξιότητες. Ανάλογα προσαρμόζεται η δραστηριότητα ξεκινώντας με μια καθημερινή σκηνή που αφορά σε άτομα με ειδικές δυσκολίες /αναπηρίες.</p> <p><u>ΠΜΑ 5, 6</u> Σενάριο που εκφράζει τις σχέσεις αλληλεπίδρασης ανάμεσα στα μέλη μιας μέσης οικογένειας και μιας μονογονικής οικογένειας με παππού και γιαγιά, όπου η αλληλεγγύη μεταξύ των μελών διαπιστώνεται και στις δύο δομές σε πολλαπλά επίπεδα (υλικό, συναισθηματικό, κοινωνικό).</p>	<p><u>ΠΜΑ 3</u> Στυλό και χαρτί</p> <p><u>ΠΜΑ 4-7</u> Ξυλομπογιές, μαρκαδόροι, χαρτί και εικόνες που προβάλλονται σε έντυπη ή ηλεκτρονική μορφή, Η/Υ και projector</p>
---	---	--	--

<p>ΠΜΑ 7 «τα χαρακτηριστικά που με κάνουν όμοιο ή διαφορετικό από τα άλλα παιδιά-αγόρια και κορίτσια της ηλικίας μου προέρχονται από τις ομάδες στις οποίες ανήκω ως μέλος (την τάξη μου, μια αθλητική ομάδα, τη γειτονιά μου)»]</p> <p><b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ, ΕΘΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΟΜΑΔΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ</b></p> <p>ΠΜΑ 8 [«γεννήθηκα στο/στη.....», «η μητρική μου γλώσσα είναι....» αυτά είναι στοιχεία της εθνικής μου ταυτότητας», «διαφέρουμε με κάποιους συμμαθητές μου ως προς την εθνική μας καταγωγή, και αυτό δεν μας εμποδίζει να είμαστε φίλοι»</p> <p><b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΣΤΕΡΕΟΤΥΠΙΚΕΣ ΑΝΤΙΛΗΨΕΙΣ</b></p> <p>ΠΜΑ 9-11 [«πόσο εύκολα αποδεχόμαστε απλοποιημένες γενικεύσεις για τους άλλους και για διαφορετικές ομάδες από τη δική μας» (εύρωστες κοινωνικές ομάδες ή αντίθετα, ευάλωτες ομάδες όπως αλλοδαποί, Ρομά, πρόσφυγες)», «πόσο εύκολα γινόμαστε θύματα αρνητικών στερεοτύπων και προκαταλήψεων εις βάρος των συμμαθητών μας/συμμαθητριών μας από άλλες χώρες ή με</p>	<p>μονάδα, σε μία θεατρική ομάδα, σε μία αθλητική ομάδα).</p> <p>8. Να κατανοήσουν ότι οι διαφορές μας με τους άλλους μπορεί να σχετίζονται με την εθνικότητά μας, την εθνοπολιτισμική μας καταγωγή, τη φυλή που εκπροσωπούμε.</p> <p>9. Να αναγνωρίζουν τη λειτουργία των στερεοτύπων, θετικών και αρνητικών στις διαπροσωπικές και διομαδικές σχέσεις.</p> <p>10. Να κατανοήσουν τις αρνητικές συνέπειες των αρνητικών στερεοτύπων και των προκαταλήψεων στην καθημερινή και στην κοινωνική ζωή (διαπροσωπικές σχέσεις, διομαδικές σχέσεις).</p> <p>11. Να κατανοήσουν πόσο δύσκολο, αλλά και εφικτό είναι, να αποφεύγουμε τα αρνητικά στερεότυπα και τις προκαταλήψεις.</p> <p>12. Να συνειδητοποιήσουν ότι οι ευάλωτες κοινωνικές ομάδες βιώνουν δύο κοινωνικές ταυτότητες, αυτή που έχουν διαμορφώσει εξ αρχής και αυτή που είναι κυρίως αρνητική και τους αποδίδουν οι πλειοψηφικές ομάδες. Η διπλή κοινωνική ταυτότητα τούς ασκεί ασφυκτική πίεση και προκαλεί σοβαρές δυσκολίες προσαρμογής στη ζωή τους.</p> <p>13. Να μπορούν να εκφράζουν τη γνώμη τους, τις επιθυμίες τους στην οποιαδήποτε ομάδα, να διαπραγματευτούν με επιχειρήματα διεκδικώντας ό,τι θεωρούν δίκαιο σε πνεύμα συνεργασίας και αλληλεγγύης.</p>	<p><u>ΠΜΑ 7, 8</u> Προβολή φωτογραφικού υλικού ή video με θέμα την ποικιλότητα χαρακτηριστικών των εφήβων ως προς το φύλο, σωματικές διαστάσεις και χαρακτηριστικά, φυλή, εθνοπολιτισμική καταγωγή.</p> <p>ΠΜΑ 9 Video με σκηνές-στιγμιότυπα από την καθημερινότητα σε άλλα εθνικά-πολιτισμικά περιβάλλοντα. Για άλλα από αυτά τα περιβάλλοντα έχουμε διαμορφώσει θετικές στερεοτυπικές αντιλήψεις και για άλλα αρνητικές, σε συνδυασμό με προκαταλήψεις. Τα παιδιά ανακαλύπτουν συζητώντας το video ότι τη στοιχεία της εθνικής και εθνοτικής ταυτότητας τούς κάνουν ξεχωριστούς και, ότι άλλα από αυτά τα στοιχεία είναι σημαντικά και αδιαπραγμάτευτα και άλλα μεταβαλλόμενα. Αποδέχονται ότι τα άτομα που έχουν διαφορετικά στοιχεία ταυτότητας δίνουν την ίδια βαρύτητα στη δική τους.</p> <p><u>ΠΜΑ 10, 11</u> Διλημματικές καταστάσεις που οι μαθητές συζητούν σε ομάδες στην τάξη με θέμα τις ευάλωτες ομάδες και τις ιδιαίτερες δυσκολίες τους στη συνύπαρξη με την ισχυρή κοινωνική ομάδα κάθε χώρας. Τα παιδιά αναστοχάζονται ότι πολύπλοκα κοινωνικά προβλήματα δεν βρίσκουν απαντήσεις σε στερεοτυπικές αντιλήψεις του τύπου «η τεμπελιά τους ή η ανεπάρκεια του κράτους» είναι η αιτία.</p> <p><u>ΠΜΑ 12, 13</u> Video ή αποσπάσματα ταινίας με σύγχρονα κοινωνικά προβλήματα (πείνα, φτώχεια, ανεργία, έλλειψη στέγης, παράνομοι μετανάστες). Ακολουθεί συζήτηση σε ομάδες με έμφαση στις πολλαπλές αιτίες των προβλημάτων αυτών. Αισιοδοξία ότι</p>	<p><u>ΠΜΑ 13</u> H/Y, projector</p>
---	--	---	---



<p>διαφορετική εθνοπολιτισμική καταγωγή»]  ΠΜΑ 12  <b>ΕΘΝΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΠΛΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ;</b>  [«οι ευάλωτες κοινωνικές ομάδες βιώνουν δύο κοινωνικές ταυτότητες, τη θετική που έχουν διαμορφώσει εξ αρχής και την αρνητική που τους αποδίδουν όσοι ανήκουν σε πλειοψηφικές ομάδες»].  ΠΜΑ 13  [«μαζί μπορούμε καλύτερα», «κρίνουμε και διαπραγματευόμαστε με επιχειρήματα»]</p>		<p>μπορούν να διορθωθούν αν τα αντιμετωπίσουμε όλοι μας με αίσθηση ευθύνης και μακριά από προκαταλήψεις</p> <p><u>ΠΜΑ 13</u></p> <p>Διλήμματα VaKE που δημιουργούν προϋποθέσεις συνεργασίας των παιδιών σε σύγχρονα κοινωνικά θέματα, διαμόρφωση επιχειρημάτων και διεκδίκηση δικαιωμάτων υπέρ εκείνων που έχουν περισσότερη ανάγκη ή είναι δίκαιο να ενισχυθούν.</p> <p>Συλλογή υλικού από διαδίκτυο προκειμένου να γνωρίσουν τους παγκόσμιους οργανισμούς και τους φορείς που είναι υπεύθυνοι για την προάσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων ατόμων και ομάδων.</p>	<p><u>ΠΜΑ 13</u></p> <p>Συζητώνται διλημματικές καταστάσεις του τύπου: «Αν έπρεπε να εξηγήσεις γιατί ορισμένοι άνθρωποι είναι άστεγοι τι θα έλεγες;»</p>
--	--	---	--

### Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

#### Υποενότητα: «ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ»

**Στόχοι της υποενότητας είναι:** Οι μαθητές να είναι σε θέση, στη διάρκεια της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, να εντοπίσουν τις αξίες που ισχύουν στο κοινωνικό πλαίσιο όπου μεγαλώνουν, τους κανόνες που υιοθετούνται, καθώς και να διακρίνουν ποιες αξίες και κανόνες επιλέγουμε να υπηρετούμε, ώστε οι κοινωνικές συμπεριφορές μας να συμβάλουν στη συνεργασία και στην αλληλεγγύη. Σε κοινωνικές συνθήκες ανταγωνισμού που επιτρέπουν την ανάδυση ατομικιστικών αξιών, να συνειδητοποιήσουν ότι αρχές δικαιοσύνης και αξιοκρατίας είναι καλό να διέπουν τις διεργασίες στην ομάδα. Ειδικότερα για τους μαθητές στις μεγαλύτερες τάξεις του δημοτικού επισημαίνονται οι έννοιες της εσω-ομάδας («οι δικοί μου άνθρωποι», «οι άνθρωποι στους οποίους στηρίζομαι, εμπιστεύομαι») και της εξω-ομάδας («οι άλλοι, οι διαφορετικοί κλπ τους οποίους δεν εμπιστεύομαι και νιώθω δυσάρεστα συναισθήματα»), καθώς και οι θετικές συνέπειες στις ενδοομαδικές και διομαδικές σχέσεις από την υιοθέτηση θετικά προσανατολισμένων κοινωνικών συμπεριφορών όπως είναι η αλληλεγγύη και ο αλτρουισμός. Για τους μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης δίνεται επιπλέον έμφαση σε θέματα αναφορικά με την προτεραιότητα που δίνουμε σε κάποιες από τις αξίες και στη διαφοροποίηση των αξιών στις διαπροσωπικές και διομαδικές σχέσεις, καθώς και στα

κοινωνικά αξιώματα και συμβατικούς κανόνες που υιοθετούμε. Τέλος, οι μαθητές καλούνται να επεξεργαστούν τους κεντρικούς άξονες διαμόρφωσης μιας σχέσης φιλίας, τις αξίες και συμπεριφορές που τη διέπουν και να επισημάνουν τις παραμέτρους της φιλίας ανάμεσα στα δύο φύλα.

### Θεματική Ενότητα «ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ...»

#### Υποενότητα: «ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΑΞΙΕΣ ΚΑΙ ΟΜΑΔΕΣ</b> (ΠΜΑ 1-3) [«επισημαίνω ότι δεν αποδέχονται όλοι οι άνθρωποι τις ίδιες αξίες ως πολύ σημαντικές, αλλά θέτουν διαφορετικές προτεραιότητες σε άλλες αξίες από τις δικές μου». «Σέβομαι τις αξίες των άλλων, δεν τις κρίνω, ούτε τις απορρίπτω επειδή διαφέρουν από τις δικές μου»]</p> <p><b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΑΞΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ</b> (ΠΜΑ 4) [ποια είναι τα κυρίαρχα κοινωνικά αξιώματα στην κοινωνία που ζω;] [ποια είναι τα δικά μου κοινωνικά αξιώματα; μήπως κάποια από αυτά με κάνουν άκαμπτο/άκαμπτη; μήπως κάποια από αυτά χρειάζεται να τα ξανασκεφτώ ή να τα απορρίψω; «ποια</p>	<p>1. Να κατανοήσουν ότι όλοι έχουμε υιοθετήσει αξίες σε θέματα θρησκευτικά, αισθητικά, κοινωνικά, πολιτικά, οικονομικά και επιστημονικά, καθώς και σε θέματα προσωπικής ασφάλειας-σωματικής και ψυχικής, εκπαιδευτικά και επαγγελματικά.</p> <p>2. Να κατανοήσουν ότι όλοι έχουμε υιοθετήσει αξίες σε θέματα θρησκευτικά, αισθητικά, κοινωνικά, πολιτικά, οικονομικά και επιστημονικά, καθώς και σε θέματα προσωπικής ασφάλειας-σωματικής και ψυχικής, εκπαιδευτικά και επαγγελματικά.</p> <p>3. Να επισημάνουν ότι άλλες αξίες έχουν μεγάλη σημασία για εμένα (<i>Κεντρικές αξίες</i>) και άλλες έχουν μικρότερη σημασία (<i>Περιφερειακές αξίες</i>) πχ « <i>το πιο σημαντικό για μένα είναι να αγαπάω και να με αγαπούν στην οικογένειά μου</i>», «<i>να μορφωθώ και να γίνω άξιος άνθρωπος</i>» κ.ά.</p> <p>4. Να συνειδητοποιήσουν ότι αποδεχόμαστε όλοι γενικές πεποιθήσεις που περιέχουν κάποιες αναμφισβήτητες γενικές αρχές που ισχύουν αξιωματικά στη ζωή μας, (<i>Κοινωνικά αξιώματα για την</i></p>	<p>1. Οι μαθητές συζητούν σε μικρές ομάδες τις αξίες τους σε θέματα θρησκευτικά, αισθητικά, κοινωνικά, πολιτικά, οικονομικά και επιστημονικά, καθώς και σε θέματα προσωπικής ασφάλειας-σωματικής και ψυχικής, εκπαιδευτικά και επαγγελματικά. Καταγράφουν σε χαρτί αυτά που επιλέγουν, για να τα παρουσιάσουν στους υπόλοιπους συμμαθητές τους <b>[ΠΜΑ 1]</b>.</p> <p>2. Οι μαθητές αναλαμβάνουν να συζητήσουν σε ζευγάρια και στη συνέχεια να καταγράψουν και να ζωγραφίσουν από κοινού αξίες που έχουν σημασία στη δική τους προσωπική ζωή. Χωρίζει ο καθένας για τον εαυτό του εκείνες που θεωρεί πιο σημαντικές και λιγότερο σημαντικές. Χωρίζει επίσης εκείνες που πιστεύει ότι τις έμαθε στην οικογένειά του (από τον πατέρα ή τον παππού κλπ) ή στο σχολείο, ή στη γειτονιά του από κάποιο σεβαστό πρόσωπο <b>[ΠΜΑ 2]</b>.</p> <p>3. Συζητώντας σε ομάδες αναζητούν αξίες που ισχύουν στο συγκεκριμένο σχολείο όπου φοιτούν, όπως τις εκφράζουν οι εκπαιδευτικοί, ο διευθυντής, ο σύλλογος των γονέων. Τις καταγράφουν σε χαρτί, η κάθε ομάδα ξεχωριστά, και τις ανακοινώνουν. Στη συνέχεια συζητούν για το πώς αξίες εκφράζονται με αντίστοιχες συμπεριφορές (στη σχέση δάσκαλου-μαθητή, μαθητών μεταξύ τους, μαθητή και διεύθυνσης του σχολείου, κλπ) <b>[ΠΜΑ 3]</b>.</p> <p>4. Ζωγραφίζουν σε μικρές ομάδες μερικά κοινωνικά αξιώματα που υιοθέτησαν στη ζωή τους. Τα αποδίδουν γραπτά με λέξεις-φράσεις πάνω στη ζωγραφιά τους. Όλες οι ομάδες στη συνέχεια ψηφίζουν τη ζωγραφιά που τους φαίνεται πιο ενδιαφέρουσα για συζήτηση και, στη συνέχεια, συζητούν όλοι μαζί για το πώς κατανοεί ο κάθε</p>	<p><u>ΠΜΑ 2</u> Χαρτί, ξυλομπογιές, μαρκαδόροι</p>

<p>κοινωνικά αξιώματα έχω μάθει από τους γονείς μου, από το σχολείο;] <b>ΣΥΜΒΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΑΞΙΩΝ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΑΞΙΩΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΩΝ</b></p> <p>ΠΜΑ 5 «οι ηθικοί κανόνες, οι αξίες και τα κοινωνικά αξιώματα διαφέρουν στις διαφορετικές κοινωνίες και ορίζουν το δίκαιο και το άδικο των πράξεων των ατόμων, τι είναι αξιωματικά αποδεκτό και τι όχι»].</p> <p><b>ΦΙΛΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ</b> ΠΜΑ 6, 7, 8 [«έχω φίλους και των δύο φύλων, και αυτό σημαίνει κάτι διαφορετικό από το «κάνω παρέα με», «διασκεδάζω μαζί με..», «συνεργάζομαι στα μαθήματα με...». «Με τους φίλους μου, αγόρια και κορίτσια, νιώθω εμπιστοσύνη να συζητήσω προσωπικά μου θέματα», «είμαστε φίλοι από το δημοτικό και αυτό έχει κάνει τη φιλία μας πολύ δυνατή», «μπορούμε να αντιμετωπίσουμε τις διαφωνίες μας χωρίς</p>	<p>επιβράβευσης της προσπάθειας, το ρόλο της μοίρας και της τύχης, της κοινωνικής αντιπαλότητας, και της πολυπλοκότητας της κοινωνίας)</p> <p>5. Σε διαφορετικά πλαίσια και πολιτισμούς υπάρχουν διαφορετικοί κανόνες, κοινωνικά αξιώματα και αξίες. Με διαφορετικό τρόπο ορίζεται τι είναι δίκαιο και άδικο</p> <p>6. Να εντοπίσουν άξονες που κάνουν μία σχέση φιλική, όπως μοίρασμα συναισθημάτων και εμπειριών, εμπιστοσύνη, εκτίμηση, αποκάλυψη προσωπικών θεμάτων-μυστικών (αυτοαποκάλυψη), εξέλιξη της σχέσης στο χρόνο, διευθέτηση από κοινού δυσκολιών της σχέσης και ανταποδοτικότητα. Διακρίνεται η ανταποδοτικότητα από τον ωφελιμισμό, επειδή φέρνει ισορροπία στις σχέσεις χωρίς τη διεκδίκηση ατομικών συμφερόντων.</p> <p>7. Να επισημάνουν ότι είναι δυνατή η δημιουργία σχέσης φιλίας μεταξύ αγοριών και κοριτσιών, χωρίς την παρουσία ερωτικών συναισθημάτων και συμπεριφορών φλερτ, υπό την προϋπόθεση ότι το θέμα της σεξουαλικής έλξης έχει ξεκαθαριστεί και οριοθετηθεί.</p> <p>8. Να συνειδητοποιήσουν ότι τα δύο φύλα διαφέρουν στον τρόπο που αντιλαμβάνονται και κατανοούν τη φιλία. Κυρίως διαφέρουν ως προς το πόσο συνηθίζουν να μοιράζονται συναισθήματα και να αυτοαποκαλύπτονται, όπου τα αγόρια συνηθίζουν σε μικρότερο βαθμό, χωρίς να σημαίνει ότι είναι λιγότερο</p>	<p>μαθητής/μαθήτρια τα κοινωνικά αξιώματα που εκφράζει αυτή η ζωγραφιά. Συζήτηση μήπως κάποια από αυτά μας ωθούν σε άκαμπτες συμπεριφορές, μοιρολατρικές τάσεις και δυσκολεύουν την επικοινωνία μας με τους άλλους, κλπ. [ΠΜΑ 4] .</p> <p>5. Διλήμματα όπου εμπλέκεται το δίκαιο στην προσπάθεια πραγματοποίησης ενός έργου, στην κατανομή αγαθών με βάση τις ανάγκες του άλλου ή με κριτήριο την ισότητα των δικαιωμάτων. Συνειδητοποίηση ότι το δίκαιο διαφέρει στις διαφορετικές κοινωνίες [ΠΜΑ 5].</p> <p>6. Σε μικρές ομάδες συζητούν για τη διαφορά που έχει η φιλία από μια σχέση αλληλεπίδρασης μεταξύ συμμαθητών, μαθητών που κάθονται στο ίδιο θρανίο αλλά δεν είναι φίλοι, παιδιών στη γειτονιά που παίζουν ή διασκεδάζουν. Στη συνέχεια, κάθε μαθητής/μαθήτρια, έχοντας στο νου του ένα φίλο/μία φίλη του ίδιου φύλου, συζητάει για τα χαρακτηριστικά της σχέσης αυτής φιλίας στην ομάδα του και κάθε ομάδα καταγράφει το καταστάλαγμα όσων συζητήθηκαν. Διαβάζει κάθε ομάδα στην τάξη ό,τι έχει γράψει και συζητούν όλοι μαζί για τα κύρια χαρακτηριστικά της φιλίας. Συζητούν σε ζευγάρια για μια από φιλία τους στο παρελθόν ή στο παρόν με το ίδιο φύλο. Μοιράζονται τα χαρακτηριστικά της φιλίας, τις συμπεριφορές που ταιριάζουν σε φίλους, πώς οι φίλοι πετυχαίνουν την ισορροπία στη φιλική τους σχέση. Γράφουν σύντομα την εμπειρία τους και συζητούν ποιες διαφορές διαπιστώνουν στο πώς καταλαβαίνουν τα δύο μέλη του ζευγαριού τη φιλία. Συζητούν με τον/την εκπαιδευτικό για το πώς θα μπορούσε να διαφέρει η φιλία αυτή αν το φύλο του φίλου/της φίλης ήταν διαφορετικό από το δικό του/της [ΠΜΑ 6, 7, 8].</p> <p>7. Σε ζευγάρια συζητούν ο καθένας με τη σειρά, για μία σημαντική σχέση φιλίας μεταξύ των δύο φύλων που έχουν οι ίδιοι ή έχουν συναντήσει στο στενό τους περιβάλλον. Επισημαίνουν θετικά χαρακτηριστικά και δύσκολα χαρακτηριστικά της σχέσης αυτής που πηγάζουν κυρίως από το διαφορετικό τρόπο που τα φύλα κατανοούν τη φιλία, εκφράζουν τα συναισθήματά τους και αυτοαποκαλύπτονται. Επισημαίνουν ότι αποδεχόμαστε την διαφορετική ανάγκη για έκφραση και αυτοαποκάλυψη των δύο φύλων, το διαφορετικό χρόνο που ενδεχομένως ο καθένας</p>	<p>ΠΜΑ 4 Χαρτί, ξύλομπογιές, μαρκαδόροι</p> <p>ΠΜΑ 6-8 Χαρτί και στυλό</p>
---	---	---	--

έντονες συγκρούσεις»]	σημαντική η φίλια γι' αυτά.	χρειάζεται για να εμπιστευτεί το φίλο/τη φίλη [ΠΜΑ 8]	
-----------------------	-----------------------------	---	--

### Θεματική Ενότητα: «ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ»

#### Σκοπός και γενικοί στόχοι

Σκοπός της ενότητας είναι η ενδυνάμωση των μαθητών στην προσπάθειά τους να μπορούν αυτόνομα και υπεύθυνα να παίρνουν αποφάσεις που προστατεύουν την υγεία και την ασφάλειά τους.

Στόχοι της ενότητας είναι η παροχή στους μαθητές ευκαιριών ανάπτυξης δεξιοτήτων και διαμόρφωσης κριτικής στάσης ώστε να μπορούν να φροντίζουν και να διατηρούν τον εαυτό τους υγιή και ασφαλή. Να αναπτύξουν συνήθειες σωστής διατροφής, δεξιότητες αποφυγής κινδύνων και ατυχημάτων, σωστής σωματικής υγιεινής και να καλλιεργήσουν στάσεις και συμπεριφορές αναφορικά με την αποφυγή του καπνού και τη χρήση του αλκοόλ.

#### Υποενότητες

Η ύλη της ενότητας έχει οργανωθεί σε τέσσερις υποενότητες: *Διατροφή, Πρόληψη ατυχημάτων και πρώτες βοήθειες, Σωματική υγιεινή, Καπνός και αλκοόλ.*

Υποενότητες	Σκοποί
Διατροφή	Σκοπός της υποενότητας είναι να επισημάνει τη σχέση μεταξύ της διατροφής και της καλής υγείας, να παράσχει στους μαθητές γνώσεις και να συμβάλλει στη διαμόρφωση

	στάσεων που απαιτούνται για δια βίου συνετές διατροφικές επιλογές.
Πρόληψη ατυχημάτων και πρώτες βοήθειες	Σκοπός της υποενότητας είναι να ενημερώσει, να ευαισθητοποιήσει και να καλλιεργήσει στάσεις και συμπεριφορές στους μαθητές σε θέματα που αφορούν τρόπους πρόληψης ατυχημάτων, αναζήτησης και παροχής βοήθειας σε περιστατικά ατυχημάτων, αλλά και να καλλιεργήσει δεξιότητες κυκλοφοριακής αγωγής.
Σωματική υγιεινή	Σκοπός της υποενότητας είναι να ενημερώσει, να ευαισθητοποιήσει, αλλά και να ενισχύσει τις ικανότητες των μαθητών να φροντίζουν αποτελεσματικά τη σωματική τους υγιεινή.
Καπνός και αλκοόλ	Σκοπός της υποενότητας είναι να ενημερώσει και να ευαισθητοποιήσει τους μαθητές σχετικά με τις συνέπειες της χρήσης του καπνού και του αλκοόλ, αλλά και να καλλιεργήσει στάσεις και συμπεριφορές αναφορικά με τη χρήση των ουσιών αυτών

**Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ**  
**Υποενότητα: «ΔΙΑΤΡΟΦΗ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ</b>  <b>ΠΜΑ: 1, 2, 4</b>  [Οι διατροφικές μου ανάγκες κατά στην εφηβεία]  <b>ΠΜΑ: 3</b>  [Τα ημερήσια γεύματα και το «πρόχειρο» φαγητό ]</p> <p><b>Η ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ</b>  <b>ΠΜΑ: 5</b>  [Τοπική παραδοσιακή μαγειρική: έθιμα και παραδόσεις]  <b>ΠΜΑ: 6</b>  [Η διατροφή και η σχέση της με την πολιτιστική κληρονομία κάθε λαού]  <b>ΠΜΑ: 7</b>  [Σύγχρονος τρόπος ζωής και διατροφικές</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να κατανοούν την προσωπική ευθύνη για την υγεία τους και τις διατροφικές τους συνήθειες</li> <li>2. Να κατανοούν τις ιδιαίτερες διαιτητικές ανάγκες της εφηβικής ηλικίας</li> <li>3. Να αντιληφθούν ότι η ποικιλία, η ποιότητα και η ποσότητα των τροφών που καταναλώνουν επηρεάζουν την ανάπτυξή τους</li> <li>4. Να αναπτύσσουν προγράμματα διατροφής που προάγουν την υγεία τους</li> <li>5. Να αναγνωρίζουν την κοινωνική διάσταση των γευμάτων και των πρακτικών προετοιμασίας τους</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ: 1, 2, 3.</b> Οι μαθητές καταγράφουν τις διαιτητικές τους συνήθειες (π.χ. τρώνε συνήθως πρωινό, καταναλώνουν ενδιάμεσα γεύματα αμφιβόλου διατροφικής αξίας (σνάκς), τρώνε συχνά εκτός σπιτιού «πρόχειρα γεύματα» και τι γεύματα κ.ά.). Συζητούν σχετικά με αυτές τις συνήθειες.  <b>ΠΜΑ: 4.</b> Οι μαθητές φτιάχνουν ένα πρόγραμμα διατροφής που να καλύπτει τις διατροφικές τους ανάγκες.  <b>ΠΜΑ: 5.</b> Οι μαθητές ερευνούν</p>	<p><b>Υλικό ΥΠΕΠΘ:</b>  Εκπ/κα πακέτα με έντυπο υλικό βιντεοκασέτες, CD-ROM, Slides:  - «Αγωγή Υγείας Διατροφή Διατροφικές συνήθειες»  -Καρδιαγγειακά Νοσήματα Φυσική Άσκηση</p> <p><b>Λογισμικό:</b>  Μελετά τη δυναμική σχέση της άσκησης, της φυσικής κατάστασης και της διατροφής με την υγεία.  (ΔΗΜΟΤΙΚΟ, ΓΥΜΝΑΣΙΟ)  <a href="http://odysseia.cti.gr/nausika">http://odysseia.cti.gr/nausika</a></p>

<p>συνήθειες]</p> <p><b>ΠΜΑ: 8</b> [Τροφή: πολιτική, οικονομία και κλίμα]</p> <p><b>ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΕΣ ΜΑΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ</b> <b>ΠΜΑ: 9, 10</b> [Πώς επηρεάζομαι από τους άλλους σε θέματα διατροφής]</p> <p><b>ΠΜΑ: 11</b> [Εικόνα του εαυτού και η διατροφή: επικίνδυνες δίαιτες και συμπληρώματα διατροφής χωρίς ιατρική καθοδήγηση]</p> <p><b>ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΤΡΟΦΩΝ</b> <b>ΠΜΑ: 12</b> [Ασφαλής παρασκευή τροφίμων και τεχνικών αποθήκευσης: συνθήκες υγιεινής κατά την προετοιμασία, ψύξη και απόψυξη, συσκευασία και σερβίρισμα, ημερομηνία λήξης των προϊόντων]</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Να συγκρίνουν τις δικές τους διατροφικές συνήθειες με εκείνες άλλων λαών με διαφορετική κουλτούρα</li> <li>7. Να αναλύουν κριτικά τις νέες διαιτητικές τάσεις</li> <li>8. Να αναγνωρίζουν τη σχέση μεταξύ των διατροφικών συνθηκών, της οικονομίας, του κλίματος και του παγκόσμιου συστήματος παραγωγής τροφίμων</li> <li>9. Να αντιλαμβάνονται ότι οι διατροφικές τους επιλογές μπορεί να επηρεαστούν από διάφορους παράγοντες (συνομήλικοι, μέσα μαζικής ενημέρωσης, διαφήμιση, κ.ά.)</li> <li>10. Να εξετάζουν κριτικά τα μηνύματα που επηρεάζουν τις διατροφικές τους επιλογές</li> <li>11. Να εξετάζουν κριτικά μηνύματα και πρότυπα που προωθούν μια εξιδανικευμένη εικόνα του σώματος ακατάλληλη για τα περισσότερα άτομα</li> <li>12. Να αντιλαμβάνονται και να ακολουθούν βασικούς κανόνες υγιεινής προετοιμασίας και ασφαλούς συσκευασίας των τροφών</li> </ol>	<p>για συνταγές που έχουν άμεση σύνδεση με έθιμα και παραδόσεις.</p> <p><b>ΠΜΑ: 6.</b> Διοργάνωση ενός μαθήματος γευσιγνωσίας στο σχολείο</p> <p><b>ΠΜΑ:7.</b> Οι μαθητές ερευνούν και συζητούν πώς ο σύγχρονος τρόπος ζωής επηρεάζει τις διατροφικές συνήθειες.</p> <p><b>ΠΜΑ:8.</b> Οι μαθητές ερευνούν και συζητούν για τη συσχέτιση της παραγωγής τροφίμων, με την οικονομία και την κλιματική αλλαγή.</p> <p><b>ΠΜΑ: 9,10.</b> Οι μαθητές συλλέγουν και αναλύουν εμπορικές και διαφημιστικές τεχνικές που χρησιμοποιούν οι βιομηχανίες για την προώθηση των προϊόντων τους.</p> <p><b>ΠΜΑ:11.</b> Συζήτηση στην τάξη για τις διατροφικές διαταραχές (π.χ. παχυσαρκία, νευρική ανορεξία, βουλιμία) και την υπερβολική κατανάλωση τροφής ως αποτέλεσμα ψυχοσυναισθηματικών προβλημάτων π.χ. χαμηλής αυτοεκτίμησης, κατάθλιψης, απαισιόδοξης εικόνα του εαυτού.</p> <p><b>ΠΜΑ:12.</b> Οι μαθητές, ετοιμάζουν ένα γεύμα στην τάξη ακολουθώντας κανόνες υγιεινής και ασφαλούς</p>	
--	--	---	--

		παρασκευής και συσκευασίας του. (π.χ. φτιάχνουμε σάντουιτς)	
--	--	---	--

### Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ

#### Υποενότητα: «ΠΡΟΛΗΨΗ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗ</b>  <b>ΠΜΑ: 1, 2, 3</b>            [Ατυχήματα και δράση: Οι μαθητές αναγνωρίζουν τους κινδύνους που υπάρχουν στο σπίτι, στο σχολείο, και στον δημόσιο χώρο και συμμετέχουν σε δραστηριότητες για την άρση των εν λόγω κινδύνων]</p> <p><b>ΠΜΑ: 4, 5</b>            [Κυκλοφοριακή Αγωγή: Οι μαθητές ενημερώνονται για θέματα που σχετίζονται με: την οδική ασφάλεια, τα οδικά ατυχήματα, τις αιτίες πρόκλησης οδικών ατυχημάτων, το αλκοόλ, τις φυσικές παραμέτρους που επηρεάζουν την οδική ασφάλεια, για τον σχεδιασμό των οδικών υποδομών και το περιβάλλον, για την συμβολή των ΜΜΕ στην οδική ασφάλεια, για τα στοιχεία του συνετού οδηγού]</p> <p><b>ΠΜΑ: 6</b>            [Η χρήση εξοπλισμού ασφάλειας στην καθημερινή ζωή]</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>να αναγνωρίζουν, να αποφεύγουν, όπου αυτό είναι δυνατό και να αντιμετωπίζουν τις εν δυνάμει επικίνδυνες καταστάσεις</li> <li>να κατανοούν και να ακολουθούν τους σχολικούς κανόνες σε σχέση με την πρόληψη ατυχημάτων</li> <li>να κατανοούν την έννοια της αλληλοβοήθειας, με έμφαση στο πώς μπορούν να βοηθήσουν ο ένας τον άλλον στην αποφυγή ή την αντιμετώπιση επικίνδυνων καταστάσεων</li> <li>να έχουν υπεύθυνη συμπεριφορά που δεν θα θέτει σε κίνδυνο την ασφάλεια άλλων</li> <li>να αναγνωρίζουν ότι διάφοροι παθολογικοί παράγοντες όπως το αλκοόλ, η κακή φυσική κατάσταση, η επίδραση των φαρμάκων, παίζουν σημαντικό ρόλο σε πολλές επικίνδυνες καταστάσεις.</li> <li>να έχουν ασφαλή συμπεριφορά</li> </ol>	<p><b>ΠΜΑ: 1,2,3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Διερευνούν μέσω ερωτηματολογίου τα επικίνδυνα σημεία στο σπίτι, στο σχολείο ή στον δημόσιο χώρο. Επεξεργάζονται και παρουσιάζουν τα αποτελέσματα, υποδεικνύοντας τα επικίνδυνα σημεία αλλά και τρόπους βελτίωσης της ασφάλειας των μαθητών.</li> <li>«Ο σχολικός κανονισμός ασφάλειας ατυχημάτων»: ο κανονισμός συντάσσεται έπειτα από διάλογο, για να έχει γενική αποδοχή και θα διασφαλίζει την εύρυθμη και ασφαλή λειτουργία της σχολικής κοινότητας.</li> </ul> <p><b>ΠΜΑ: 4, 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Οι μαθητές φωτογραφίζουν καθημερινές οδικές συμπεριφορές και στη συνέχεια σχολιάζουν τις φωτογραφίες στην τάξη.</li> <li>Το «Σχολικό Δίπλωμα Οδικής Συμπεριφοράς»: το «Δίπλωμα» αυτό θα επικυρώνει την επαρκή γνώση των εξεταζομένων μαθητών πάνω σε θέματα οδικής ασφάλειας</li> </ul> <p><b>ΠΜΑ: 6</b>            Το κράνος και ο ρόλος του στα ατυχήματα με δίτροχα: συλλογή πληροφοριών, φωτογραφιών και ανάπτυξη συζήτησης στην τάξη σχετικά με το θέμα του εξοπλισμού ασφαλείας.</p> <p><b>ΠΜΑ: 7</b>            Προβολή ταινίας σχετικής με ατυχήματα στο νερό. Συζήτηση για τα μέτρα πρόληψης ατυχημάτων στον</p>	<p><b>Λογισμικό:</b>            Με το λογισμικό αυτό ο μαθητής καλείται να μάθει τη σωστή οδική συμπεριφορά χωρίς πραγματικό μεταφορικό μέσο σε ένα εικονικό περιβάλλον. Εκτός από την Κυκλοφοριακή αγωγή το λογισμικό αυτό παρουσιάζει πλούσιο πολυμεσικό υλικό για τα διάφορα μέσα μεταφοράς και τα τροχαία ατυχήματα. Περιλαμβάνει επίσης εργαλείο αυτοαξιολόγησης για το μαθητή.  <a href="http://www.pi-schools.gr/">http://www.pi-schools.gr/</a></p> <p><b>Εκπαιδευτική τηλεόραση:</b>            «Ασφαλής πορεία»</p>

<p><b>ΠΜΑ: 7</b> [Η ασφάλεια στον υδάτινο χώρο: παράγοντες κινδύνου και μέτρα ασφάλειας]</p> <p><b>ΠΜΑ: 8</b> [Ελαχιστοποιώ το ενδεχόμενο τραυματισμού κατά την αλληλεπίδρασή μου με άλλους που συμπεριφέρονται επικίνδυνα]</p> <p><b>ΕΚΤΑΚΤΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ</b></p> <p><b>ΠΜΑ: 9</b> [«Προετοιμάζω σχέδια έκτακτης ανάγκης»]</p> <p><b>ΑΤΥΧΗΜΑ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑ</b></p> <p><b>ΠΜΑ: 10,11</b> [Φορείς άμεσης βοήθειας] [Βασικές πρώτες βοήθειες]</p>	<p>στις διάφορες ψυχαγωγικές δραστηριότητες</p> <p><b>7.</b> να έχουν ασφαλή συμπεριφορά μέσα και κοντά στο νερό</p> <p><b>8.</b> να αποφεύγουν, να επιλύουν και να αντιμετωπίζουν αποτελεσματικά τις διάφορες συγκρούσεις</p> <p><b>9.</b> να λαμβάνουν γρήγορες και αποτελεσματικές αποφάσεις για την αποφυγή καταστάσεων υψηλού κινδύνου</p> <p><b>10.</b> να γνωρίζουν τους φορείς που παρέχουν βοήθεια και να τους χρησιμοποιούν αποτελεσματικά</p> <p><b>11.</b> να προσφέρουν βασικές πρώτες βοήθειες</p>	<p>υδάτινο χώρο και εκμάθηση βασικών αρχών ναυαγοσωστικής.</p> <p><b>ΠΜΑ: 8</b> Διάφορα παιγνίδια ρόλων σχετικά με την επικίνδυνη κοινωνική συμπεριφορά και τα ατυχήματα που μπορεί να προκύψουν από αυτή. Ιδιαίτερη βαρύτητα δίνεται στην αυτενέργεια και στην ανάπτυξη πρωτοβουλιών, από τους μαθητές, για τη διαχείριση και τους τρόπους επίλυσης των καταστάσεων αυτών.</p> <p><b>ΠΜΑ: 9</b> Οι μαθητές διερευνούν και αναπτύσσουν ένα λεπτομερές σχέδιο αντιμετώπισης έκτακτων καταστάσεων ή φυσικών καταστροφών π.χ. σεισμός, πυρκαγιά, πλημμύρα κα</p> <p><b>ΠΜΑ: 10, 11</b> Πρόγραμμα ενημέρωσης και εκπαίδευσης των μαθητών, από το ΕΚΑΒ, σε βασικά θέματα πρώτων βοηθειών.</p>	<p>«Και ο πεζός έχει δικαιώματα»</p>
--	--	--	--------------------------------------

**Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ**  
**Υποενότητα: «ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Εφηβεία &amp; ατομική υγιεινή</b> <b>ΠΜΑ: 1, 2, 3, 4</b> -Η σωματική υγιεινή κατά την εφηβεία (αγοριών –κοριτσιών) -Εφηβεία και ακμή: αίτια και φροντίδα.</p> <p><b>Σχετικά με τα δόντια</b> <b>ΠΜΑ: 5</b> [Η ανατομία και η σύσταση των δοντιών] <b>ΠΜΑ: 6</b></p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <p>1. να κατανοούν την προσωπική τους ευθύνη για την υγεία</p> <p>2. να κατανοούν τις επιπτώσεις της κακής φροντίδας της ατομικής τους υγιεινής</p> <p>3. να αντιλαμβάνονται πώς η καθαριότητα μπορεί να ελέγξει την εξάπλωση των παθογόνων μικροοργανισμών</p> <p>4. να ακολουθούν βασικούς κανόνες</p>	<p><b>ΠΜΑ:1, 2, 3, 4</b> Τα παιδιά αναζητούν πληροφορίες στο διαδίκτυο, με τις οποίες δημιουργούν λίστα / φυλλάδιο με θέμα τι είναι η ακμή, πώς μπορεί να θεραπευθεί.</p> <p><b>ΠΜΑ: 5</b> Ζωγραφική: η ανατομία ενός δοντιού.</p>	<p><b>Ελληνική Εταιρεία Κοινωνικής Οδοντιατρικής</b> «Αγωγή Υγείας. Στοματική Υγιεινή» Για μαθητές 11-14 ετών</p>



<p>[Οι λειτουργίες του στόματος]</p> <p><b>Η Φροντίδα των δοντιών</b></p> <p><b>ΠΜΑ: 7, 8, 9</b> [Η συνεργασία με τον οδοντίατρο]</p> <p><b>ΠΜΑ: 10</b> [Η στοματική υγεία και η διατροφή]</p> <p>[Οι παθήσεις των δοντιών και του περιοδοντίου]</p> <p>[Η στοματική υγεία και η συμβολή της στη γενική υγεία π.χ. η σχέση της στοματικής υγείας με τα καρδιαγγειακά και αναπνευστικά νοσήματα]</p> <p>[Τα δόντια και η αισθητική]</p>	<p>φροντίδας και υγιεινής του σώματος</p> <p>5. να αναγνωρίζουν τα βασικά μέρη των δοντιών</p> <p>6. να κατανοούν τη σύνδεση του στόματος και των δοντιών με την ανθρώπινη ζωή και την επικοινωνία</p> <p>7. να κατανοούν την φροντίδα της υγιεινής τους στόματος και των δοντιών τους ως στάση ζωής</p> <p>8. να αναγνωρίζουν την ιατρική φροντίδα ως αναπόσπαστο τμήμα της γενικότερης φροντίδας της στοματικής υγείας</p> <p>9. να υιοθετούν θετικές στάσεις και συμπεριφορές φροντίδας του στόματος και των δοντιών</p> <p>10. να αντιλαμβάνονται την στοματική υγεία ως αναπόσπαστο τμήμα της γενικής υγείας και της εμφάνισης</p>	<p>Ζωγραφική: όλα τα δόντια και καταγραφή της λειτουργίας τους ανάλογα με τη θέση τους</p> <p><b>ΠΜΑ: 6, 7, 9, 10</b></p> <p>Τα παιδιά συζητούν για τις παθήσεις των δοντιών και για τη σημασία της εικόνας και της υγιεινής των δοντιών στη συνολική εικόνα του προσώπου μας και στην επικοινωνία – διαπροσωπικές σχέσεις. Οι μαθητές συζητούν το ρόλο που παίζουν τα δόντια στη συνολική εικόνα των προσώπων σε φωτογραφίες ηθοποιών κ.ά. που έχουν βρει.</p>	
--	---	---	--

### Θεματική Ενότητα: ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ

#### Υποενότητα: «ΚΑΠΝΟΣ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>Ο Καπνός και το κάπνισμα</b></p> <p><b>ΠΜΑ: 1, 2, 3</b> [Το κάπνισμα και η εφηβεία] [Οι αντιλήψεις για τον κίνδυνο από το κάπνισμα: παθητικό, περιστασιακό και τακτικό κάπνισμα το ίδιο επικίνδυνα]</p> <p><b>Το Αλκοόλ</b></p> <p><b>ΠΜΑ: 4</b> [Η χρήση οινόπνευματων και η κοινωνική-</p>	<p>Οι μαθητές να μπορούν:</p> <p>1. να αντικρούουν λανθασμένες κοινωνικές αντιλήψεις και να αντιστέκονται σε επιρροές και μιμήσεις αρνητικών προτύπων που σχετίζονται με το κάπνισμα και την κατανάλωση αλκοόλ π.χ. από την οικογένεια, την παρέα τους, τα Μ.Μ.Ε., τις διαφημίσεις κλπ.</p> <p>2. να γνωρίζουν τις βλαβερές ουσίες</p>	<p><b>ΠΜΑ: 6</b> Επίδειξη λεκτικών και μη λεκτικών επικοινωνιακών δεξιοτήτων άρνησης από τους μαθητές χρήσης καπνού και αλκοόλ</p> <p><b>ΠΜΑ: 3</b> Συζήτηση μεταξύ των μαθητών για το «πώς νοιώθω όταν οι άλλοι καπνίζουν»</p>	<p>Υλικό από το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής:</p> <p>-Το κάπνισμα στους εφήβους -Η χρήση οινόπνευματων στους εφήβους</p>

<p>πολιτισμική της διάσταση]</p> <p><b>ΠΜΑ: 5</b> [Η χρήση οινόπνευματων και οι άμεσες επιπτώσεις στην υγεία, π.χ. επικίνδυνες και επιθετικές κοινωνικές και οδικές συμπεριφορές]</p> <p>[Η χρήση οινόπνευματων και οι μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στην υγεία, π.χ. κίρρωση του ήπατος, εξάρτηση-αλκοολισμός]</p> <p><b>ΠΜΑ: 1</b> [Το αλκοόλ και η εφηβεία] [Το κάπνισμα και η χρήση αλκοολούχων ποτών: τα αρνητικά πρότυπα π.χ. οικογένεια, φιλικός περίγυρος, ΜΜΕ]</p>	<p>που υπάρχουν στον καπνό και τον αρνητικό αντίκτυπο που μπορεί να έχουν στην υγεία</p> <p>3. να κατανοούν το πρόβλημα του παθητικού καπνίσματος</p> <p>4. να γνωρίζουν την κοινωνική και πολιτισμική διάσταση της χρήσης οινόπνευματων</p> <p>5. να κατανοήσουν τις άμεσες και μακροχρόνιες επιπτώσεις στην υγεία από την κατάχρηση αλκοόλ</p>	<p><b>ΠΜΑ: 1, 2</b> Οι μαθητές φέρνουν στην τάξη ισομεγέθη χαρτάκια/καρτέλες όπου έχουν καταγράψει θέματα σχετικά με το αλκοόλ και το κάπνισμα, τα βάζουν μέσα σε ένα κουτί ή σε μία σακούλα. Τα τραβούν και απαντούν / σχολιάζουν αν αυτό που αναγράφεται είναι μύθος ή αλήθεια.</p> <p><b>ΠΜΑ: 4,5</b> Μελέτη περίπτωσης: «Μία βόλτα το Σαββατόβραδο»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Έρευνα με ερωτηματολόγια</li> </ul>	
---	--	--	--

## ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το σχολείο είναι ένα ζωντανό κύτταρο το οποίο αλληλεπιδρά με την κοινωνία μέσα στην οποία εντάσσεται. Μέσα στο σχολείο γεννιούνται κι αλλάζουν, ανατρέπονται ή απελευθερώνονται ιδέες και πρακτικές. Αποτελεί έναν από τους πιο σημαντικούς φορείς κοινωνικοποίησης του ατόμου μετά την οικογένεια. Έχοντας υπόψη μας ότι στη σύγχρονη κοινωνία οι κοινωνικο-οικονομικές συνθήκες μεταβάλλονται διαρκώς, το σχολείο ως θεσμός οφείλει να λειτουργεί ως μια σταθερά στη ζωή του νεαρού ατόμου.

Επιπλέον, το μαθησιακό περιβάλλον πρέπει να βιώνεται ως ασφαλές από το παιδί και να του καλλιεργεί την αίσθηση ότι ανήκει και σε αυτό, ότι είναι ενεργό, ευπρόσδεκτο μέλος της μαθητικής / σχολικής κοινότητας. Η καλλιέργεια της αίσθησης του *ανήκειν* σε μια κοινότητα συμβάλει ουσιαστικά στη διαμόρφωση της ταυτότητας του παιδιού μέσα από την αλληλεπίδραση και την αναγνώριση από τον Άλλο (εκπαιδευτικό, συμμαθητή). Είναι σημαντικό να μπορεί να νιώσει το παιδί ότι σχηματίζει μια συνεργατική παιδαγωγική σχέση με τον εκπαιδευτικό και με τη σχολική του ομάδα να βιώσει την αίσθηση κοινότητας.

Το σχολείο οφείλει να αναζητά και να διατηρεί μια στενή σχέση συνεργασίας – συμμαχίας με τους γονείς ή το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον προς όφελος του κάθε παιδιού. Το παιδί και ο έφηβος αναγνωρίζουν τον εαυτό τους μέσα από τις αλληλεπιδράσεις εντός και εκτός της σχολικής κοινότητας. Το άνοιγμα της σχολικής κοινότητας στην κοινωνία, στον κόσμο, η ύπαρξη θετικών αλληλεπιδράσεων με το περιβάλλον της τοπικής ή ευρύτερης κοινωνίας στην οποία το παιδί ζει, αναπτύσσεται και μαθαίνει, μπορούν να συμβάλλουν στην ανάπτυξη δεξιοτήτων για τους μαθητές. Δεξιότητες κοινωνικές, οι οποίες θα του φανούν χρήσιμες για τη διαμόρφωση της ταυτότητας του και θα το βοηθήσουν να έρθει σε επαφή με διαφορετικούς ρόλους στο πλαίσιο της προσπάθειας του για μία αρμονική ένταξής του στο κοινωνικό σύνολο.

Η συγκεκριμένη θεματική ενότητα αφορά **στη λειτουργία του σχολείου ως κοινότητας για τους μαθητές**. Ειδικότερα, περιλαμβάνει θέματα που σχετίζονται με τη διαμόρφωση ενός θετικού ψυχολογικού κλίματος στην τάξη και στο σχολείο ευρύτερα, με τη δημιουργία κίνητρων και την ανάπτυξη δεξιοτήτων και διεργασιών στη μάθηση, με τη διαχείριση του ελεύθερου χρόνου και τη σύνδεση της ζωής στο σχολείο με τη ζωή στην κοινότητα.

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**  
**Υποενότητα: ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟ ΚΛΙΜΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ/ ΣΧΟΛΕΙΟ**

**Στόχος της υποενότητας είναι:** η ανάπτυξη στους μαθητές της αίσθησης της κοινότητας τόσο μέσα στην τάξη όσο και στη σχολική κοινότητα. Οι ειδικότεροι στόχοι περιλαμβάνουν: α) την καλλιέργεια της αίσθησης του «ανήκειν» και του αλληλοσεβασμού, β) την καλλιέργεια της αυτορρύθμισης και της αυτονομίας και γ) την προαγωγή της αυτοαποτελεσματικότητας και της προσωπικής επίδρασης των μαθητών στο σχολείο. Οι συγκεκριμένοι στόχοι ταυτίζονται με βασικές ψυχολογικές ανάγκες των ατόμων, η ικανοποίηση των οποίων θεωρείται ουσιαστική στην ψυχοκοινωνική ανάπτυξη και προσαρμογή τους. Η ύπαρξη ενός πλαισίου στο οποίο οι μαθητές αισθάνονται ότι : α) μπορούν να αναπτύξουν σχέσεις με ενήλικες και συνομηλίκους και ενθαρρύνεται ο αλληλοσεβασμός, β) καλλιεργούνται στόχοι που προάγουν όχι μόνο τις επιδόσεις αλλά και τα εσωτερικά κίνητρα (και κατά επέκταση την ουσιαστική μάθηση), γ) ενδυναμώνουν την εμπλοκή τους στη μαθησιακή διαδικασία προσδιορίζοντας το προσωπικό τους στυλ μάθησης και τα «δυνατά» τους σημεία, και γ) συμμετέχουν ενεργά στη διαμόρφωση του σχολικού τους περιβάλλοντος καλλιεργώντας το αίσθημα της προσωπικής ευθύνης.

[είμαι ισότιμο μέλος της τάξης μου][βοηθώ και με βοηθούν οι συμμαθητές μου][σέβομαι τα προσωπικά αντικείμενα του άλλου][μοιράζομαι τα δικά αντικείμενα][σέβομαι τους συμμαθητές μου και με σέβονται και αυτοί] [συμμετέχω σε ομάδες στην τάξη μου][ ακούγεται η άποψη μου][μπορώ να εκφράσω τι με προβληματίζει σε σχέση με τους συμμαθητές μου και τον εκπαιδευτικό μου][ οι συμμαθητές μου μπορεί να αντιμετωπίζουν παρόμοια θέματα/προβλήματα με μένα στην τάξη][οι συμμαθητές μου μπορεί να νιώθουν παρόμοια συναισθήματα με μένα στην τάξη] [αισθάνομαι ότι ανήκω σε μία ομάδα] [αισθάνομαι ότι είμαι μέλος της τάξης/ σχολείου][σέβομαι τη διαφορετική επιλογή των συμμαθητών μου] [μοιράζομαι κοινές ανησυχίες με τους συμμαθητές μου]

[αναλαμβάνω πρωτοβουλίες στην τάξη][συμμετέχω σε δραστηριότητες/παιχνίδια που μου αρέσουν][αποκτώ γνώσεις σε θέματα που μου αρέσουν][αξιοποιώ τις δυνατότητές μου][ θέτω προσωπικούς στόχους-αποκτώ κίνητρα][ λειτουργώ μόνος/η σε εργασίες που γνωρίζω ότι μπορώ να καταφέρω][ αναλαμβάνω την ευθύνη να φέρω σε πέρας εργασίες][ αναζητώ πληροφορίες από πηγές μόνος][ μαθαίνω πώς «μαθαίνω»] [καλλιεργώ μεταγνωστικές δεξιότητες][καλλιεργώ το προσωπικό στυλ μου στη μάθηση] [καλλιεργώ προσωπικούς στόχους και κίνητρα], [μαθαίνω να είμαι υπεύθυνος/η][συμμετέχω στη λήψη αποφάσεων για θέματα στην τάξη] [μπορώ να διαχειριστώ θέματα της τάξης μου και του σχολείου][παίρνω ενεργά μέρος στην ομαδική λήψη αποφάσεων][ βελτιώνω τις συνθήκες και το κλίμα στο σχολείο][αναλαμβάνω την ευθύνη].

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**

**Υποενότητα: «ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟ ΚΛΙΜΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ/ ΣΧΟΛΕΙΟ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<p><b>ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΤΗΣ ΑΙΣΘΗΣΗΣ ΤΟΥ «ΑΝΗΚΕΙΝ» ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΛΛΗΛΟΥΨΟΣΤΗΡΙΞΗΣ</b> [αισθάνομαι ότι ανήκω σε μία ομάδα] [αισθάνομαι ότι είμαι μέλος της τάξης/ σχολείου][σέβομαι τη διαφορετική επιλογή των συμμαθητών μου] [μοιράζομαι κοινές ανησυχίες με τους συμμαθητές μου] <b>(ΠΜΑ 1,2,3,4)</b></p> <p><b>ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗΣ ΚΑΙ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑΣ</b> [αξιοποιώ τις δυνατότητές μου][καλλιεργώ μεταγνωστικές δεξιότητες][καλλιεργώ το προσωπικό στυλ μου στη μάθηση] [καλλιεργώ προσωπικούς στόχους και κίνητρα] <b>(ΠΜΑ 5,6)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αισθάνονται οι μαθητές τον εαυτό τους ως μέλος της σχολικής τάξης/κοινότητας</li> <li>2. Να δέχονται οι μαθητές τις επιλογές των συμμαθητών τους όταν διαφέρουν από τις δικές τους (π.χ. διαφορετική άποψη)</li> <li>3. Να μοιράζονται τις κοινές ανησυχίες τους (σκέψεις-συναισθήματα) σε ζητήματα που αφορούν την τάξη/σχολείο</li> <li>4. Να τους δίνεται η ευκαιρία να αναδεικνύουν στην ομάδα προσωπικές τους δυνατότητες και ταλέντα</li> <li>5. Να επεξεργάζονται προσωπικούς στόχους ώστε να αναπτύξουν εσωτερικευμένα κίνητρα</li> <li>6. Να ανακαλύψουν το προσωπικό τους στυλ μάθησης και να καλλιεργούν τις αντίστοιχες δεξιότητες</li> <li>7. Να καλλιεργήσουν περαιτέρω το</li> </ol>	<p><b>1. Μία διαφορετική τάξη... ένα διαφορετικό σχολείο</b> Δίνεται η δυνατότητα στους μαθητές ανά τάξη να οργανώσουν δράσεις στην τάξη/σχολείο και τη χρήση των χώρων με εναλλακτικούς τρόπους για μία φορά το μήνα π.χ. για διοργάνωση μία μουσικής εκδήλωσης, μίας έκθεσης με δημιουργήματα των μαθητών. Οι μαθητές μπορούν επιπλέον να συμμετέχουν ως ομάδες στις δράσεις αυτές, π.χ. να σχηματίσουν μία θεατρική ομάδα, μία καλλιτεχνική ομάδα, μουσικά σχήματα και να παρουσιάζουν ανοικτά προς την κοινότητα μέσα από εκδηλώσεις τις δημιουργίες τους. Επιπλέον, στο πλαίσιο του σχολείου, οι μαθητές μεγαλύτερων τάξεων μπορούν να οργανώνουν εκδηλώσεις για τους μαθητές μικρότερων τάξεων π.χ. υποδοχή των μικρότερων μαθητών στο σχολείο (μπορεί να περιλαμβάνει τη γνωριμία με το χώρο ή την εξοικείωση με τον τρόπο λειτουργίας στο σχολείο), η διοργάνωση ώρας λογοτεχνικών ή ποιητικών αναγνωσμάτων. <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ:1, 4, 10</b></p>	<p>2. Δημιουργούνται ομάδες 3-4 μαθητών και αναλαμβάνουν τα θέματα που θα παρουσιάσουν - Ομαδικές παρουσιάσεις με τη χρήση ποικίλων υλικών και τεχνολογιών (π.χ. παρουσίαση με powerpoint, δημιουργία μακέτας)</p>

<p><b>ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗΣ ΕΠΙΔΡΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ/ΣΧΟΛΕΙΟ</b> [μπορώ να διαχειριστώ θέματα της τάξης μου και του σχολείου][παίρνω ενεργά μέρος στην ομαδική λήψη αποφάσεων][βελτιώνω τις συνθήκες και το κλίμα στο σχολείο][αναλαμβάνω την ευθύνη] <b>(ΠΜΑ 7,8,9)</b></p>	<p>αίσθημα της προσωπικής ευθύνης για θέματα/ εργασίες που αφορούν στην τάξη/στο σχολείο</p> <p>8. Να αναλαμβάνουν οι μαθητές πρωτοβουλίες και ενεργό ρόλο στη διαχείριση θεμάτων της τάξης /σχολείου</p> <p>9. Να εμπλέκονται ενεργά στην ομαδική λήψη αποφάσεων (π.χ. θέσπιση ορίων-κανόνων στην τάξη)</p> <p>10. Να αναγνωρίζουν τον εαυτό τους ως μέλος της σχολικής τους ομάδας και της ευρύτερης σχολικής κοινότητας (τμήμα – τάξη –σχολείο) αλλά και γενικότερα της κοινότητας</p>	<p><b>2. Μαθητές στο ρόλο των εκπαιδευτικών</b> Οι μαθητές προτείνουν θέματα του ενδιαφέροντος τους και ανά ομάδες αναλαμβάνουν να τα παρουσιάσουν στην τάξη, μπαίνοντας στο ρόλο των εκπαιδευτικών. Μετά την παρουσίαση εξηγούν τι τους κινητοποίησε να ασχοληθούν με το συγκεκριμένο θέμα, με ποιο τρόπο ασχολήθηκαν για την ανάλυση του θέματος, ποιες δεξιότητες χρησιμοποίησαν, τι τους βοήθησε να συλλέξουν τις πληροφορίες <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 5,6,7</b></p> <p><b>3. Ας δραστηριοποιηθούμε....</b> Οργάνωση δομημένων κύκλων συζητήσεων με θέματα που απασχολούν τη λειτουργία την οργάνωση της τάξης και του σχολείου (π.χ. στη λήψη αποφάσεων για θέματα όπως εκδηλώσεις, εκδρομές, θέσπιση και τήρηση ορίων στο σχολικό πλαίσιο κ.ά.) Επίσης, οι συζητήσεις μπορούν να αφορούν ζητήματα που απασχολούν την εφηβική ηλικία. <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 2, 3,7, 8,9</b></p>	<p>- Αξιολόγηση από τους συμμαθητές της παρουσίασης</p> <p>3. Δημιουργία πάνελ συζητητών από τους μαθητές -Ανάληψη του ρόλου του συντονιστή των συζητήσεων από τους μαθητές -Εξαγωγή συμπερασμάτων και συγγραφή τους - Αποτίμηση της διαδικασίας από τους μαθητές με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού</p>
---	---	---	---

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**

**Υποενότητα: ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΓΩΓΗ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ**

Η διεύρυνση του σχολικού χρόνου (π.χ. ολόημερο πρόγραμμα) δε σημαίνει περισσότερο σχολείο, αλλά στοχεύει σε περισσότερο ελεύθερο χρόνο για τη διαμόρφωση της σχολικής ζωής. Η εξασφάλιση επαρκούς ελεύθερου χρόνου στους μαθητές μπορεί να βοηθήσει στην υπέρβαση της διάκρισης ανάμεσα στη σχολική και εξωσχολική ζωή, την τυπική και άτυπη μάθηση. Ο ελεύθερος χρόνος και οι περιστάσεις ελεύθερου χρόνου των μαθητών μπορούν να αποτελέσουν ένα μέρος των περιεχομένων διδασκαλίας.

Η θεματοποίηση του ελεύθερου χρόνου στο σχολείο δε σημαίνει την κατάργηση των εκπαιδευτικών προγραμμάτων αλλά ούτε και τη μετατροπή του ελεύθερου χρόνου σε γνωστικό αντικείμενο. Ζητούμενο είναι ο αρμονικός συνδυασμός υποχρεώσεων και ελεύθερων επιλογών με σκοπό ο σχολικός χρόνος να αποτελέσει ένα ποιοτικό κομμάτι του χρόνου ζωής. Βασικό ζητούμενο είναι η δυνατότητα ενός ανοιχτού και ευέλικτου σχεδιασμού της σχολικής ζωής.

Το σχολείο καλείται να μάθει και να δείξει στο παιδί έναν εναλλακτικό τρόπο να κινείται στον ελεύθερο (και άρα και στο συνολικό χρόνο του), να τον επιλέγει, να τον διαμορφώνει, να τον απολαμβάνει και να τον αξιοποιεί.

Στόχοι της υποενότητας είναι: α) η ανάπτυξη δεξιοτήτων σχεδιασμού, οργάνωσης και κατανομής του ελεύθερου χρόνου (και κατ' επέκταση του συνολικού χρόνου) με αυτοπροσδιορισμό και υπευθυνότητα (π.χ. συνειδητή επιλογή ανάμεσα σε πολλαπλές προσφορές και δυνατότητες, λήψη αποφάσεων και ανάληψη πρωτοβουλιών), β) η ευέλικτη αξιοποίηση περιστάσεων ελεύθερου χρόνου με βάση τις προσωπικές ανάγκες, τις κλίσεις και τις υφιστάμενες συνθήκες, γ) η λειτουργική διαχείριση των καθημερινών σχολικών και εξωσχολικών χρονικών διαστημάτων (π.χ. συνδιαμόρφωση του ατομικού σχολικού προγράμματος μέσα από δυνατότητες επιλογής).

[το σώμα μου χρειάζεται χ ώρες ύπνο την ημέρα, χ χρόνο για κατανάλωση τροφής, χ χρόνο για εκτόνωση, την χ ώρα αισθάνομαι ότι συγκεντρώνομαι και μαθαίνω καλύτερα] [στον ελεύθερο χρόνο μπορώ να αναπαύομαι, να ηρεμώ, να δημιουργώ, να επικοινωνώ, να ενημερώνομαι, να μορφώνομαι, να συνεργάζομαι, να δρω, να συμμετέχω] [μπορώ να επιλέγω συνειδητά ανάμεσα σε πολλαπλές προσφορές και δυνατότητες, να παίρνω αποφάσεις και να αναλαμβάνω πρωτοβουλίες ανάλογα με τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντά μου] [μπορώ να αντιλαμβάνομαι και να συνειδητοποιώ τις συνθήκες και τις ευκαιρίες του ελεύθερου χρόνου μετά το σχολείο, το Σαββατοκύριακο και στις διακοπές] [στον ελεύθερό μου χρόνο μπορώ να επικοινωνώ να αναπτύσσω διαπροσωπικές σχέσεις, να αναλύω καταστάσεις μαζί με άλλους και να αντιμετωπίζω τα προβλήματα συλλογικά]

### Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ

#### Υποενότητα: ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΓΩΓΗ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
<b>Ευαισθητοποίηση για τον ατομικό χρόνο</b> [το σώμα μου χρειάζεται χ ώρες ύπνο την ημέρα, χ χρόνο για κατανάλωση τροφής, χ χρόνο για εκτόνωση, την χ ώρα μπορώ να συγκεντρώνομαι και να μαθαίνω καλύτερα]	16) Να κατανοούν τη σημασία του ατομικού χρόνου και βιορυθμού, για την καθημερινότητά τους και τον σχεδιασμό του συνολικού χρόνου τους, ελεύθερου και μη. 17) Να μάθουν να κινούνται σε συγκεκριμένα χρονικά πλαίσια (π.χ. να τελειώνουν μια εργασία στο προκαθορισμένο διάστημα).	<b>4. «Μπορείτε να μαντέψετε τι έκανα χτες»</b>  Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά τους κανόνες του παιχνιδιού. Κληρώνεται ένα παιδί με την προϋπόθεση να απαντά ειλικρινά με «ναι» ή «όχι» σε ερωτήσεις των συμμαθητών του σχετικά με το πώς πέρασε την περασμένη μέρα (κατά προτίμηση	1) Ημερολόγιο καταγραφής

<p><b>(ΠΜΑ. 1, 6)</b> (Α', Β', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p> <p><b>Συνειδητοποίηση δυνατοτήτων ελεύθερου χρόνου.</b> [στον ελεύθερο χρόνο μπορώ να αναπαύομαι, να ηρεμώ, να δημιουργώ, να επικοινωνώ, να ενημερώνομαι, να μορφώνομαι, να συνεργάζομαι, να δρω, να συμμετέχω]</p> <p><b>(ΠΜΑ. 2, 4)</b> (Α', Β', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p> <p><b>Διαμόρφωση του σχολικού και εξωσχολικού χρόνου με βάση τις προσωπικές ανάγκες (κλίσεις, ενδιαφέροντα) και τις υφιστάμενες συνθήκες (στιλ ζωής).</b> [μπορώ να επιλέγω συνειδητά ανάμεσα σε πολλαπλές προσφορές και δυνατότητες, να παίρνω αποφάσεις και να αναλαμβάνω πρωτοβουλίες ανάλογα με τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντά μου] [μπορώ να αντιλαμβάνομαι και να συνειδητοποιώ τις συνθήκες και τις ευκαιρίες του ελεύθερου χρόνου μετά το σχολείο, το Σαββατοκύριακο και στις διακοπές]</p> <p><b>(ΠΜΑ. 5,6,7,8,12,13)</b> (Α', Β', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p> <p><b>Συνειδητοποίηση της έννοιας του χρόνου και διάκριση μεταξύ του</b></p>	<p>18) Να μάθουν να συγχρονίζονται με τους άλλους κατά τις διαδικασίες αλληλεπίδρασης (π.χ. να σέβονται τους χρόνους τους, να εργάζονται μαζί).</p> <p>19) Να κατανοούν ότι ο ελεύθερος χρόνος είναι θέμα προσωπικής επιλογής.</p> <p>20) Να διακρίνουν και να επιλέγουν ελεύθερα ανάμεσα σε διαφορετικές προσφερόμενες δραστηριότητες. Σε αυτό το πλαίσιο εντάσσεται και η δυνατότητα του μαθητή να δραστηριοποιείται μαζί με άλλους, να απασχολείται ατομικά, να παρακολουθεί ή ακόμα και να μην κάνει τίποτα.</p> <p>21) Να κατανέμουν, να προγραμματίζουν και να χρησιμοποιούν τον χρόνο τους με ευελιξία, να μπορούν δηλαδή να ορίζουν οι ίδιοι τη διάρκεια, τον ρυθμό, την ένταση και την κατάληξη των δραστηριοτήτων τους.</p> <p>22) Να κατανοήσουν ότι ο ελεύθερος χρόνος αποτελεί μια κοινωνική και ατομική ανάγκη.</p> <p>23) Να χρησιμοποιούν τον ελεύθερο χρόνο τους σύμφωνα με τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντά τους.</p> <p>24) Να συνειδητοποιήσουν ότι το να αξιοποιούν τον διαθέσιμο χρόνο τους συμβάλλει στη βελτίωση της ποιότητας ζωής.</p> <p>25) Να αποκτήσουν γνώσεις και ικανότητες, ώστε να κατανοούν και να γνωρίζουν τον πλούτο των παροχών ελεύθερου χρόνου που προσφέρονται σε μία κοινότητα και στον ευρύτερο χώρο ζωής.</p> <p>26) Να εκτιμήσουν την μεγάλη ποικιλία επιλογών και δραστηριοτήτων ελεύθερου χρόνου.</p> <p>27) Να προσπαθούν να συνδέουν τη σχολική εργασία και μάθηση με τις κλίσεις, τα</p>	<p>μία κανονική εργάσιμη μέρα). Η υπόλοιπη τάξη μέσα σε λίγα λεπτά (15 περίπου) μπορεί να βρει πώς πέρασε το παιδί αυτό το περασμένο εικοσιτετράωρο, κάνοντάς του ερωτήσεις (κοιμήθηκες για μεσημέρι ή για βράδυ, έφαγες πρωινό, μεσημεριανό, βραδυνό, πήγες σχολείο, έπαιξες με τις κούκλες, με τον υπολογιστή, ποδόσφαιρο, είδες τηλεόραση, πήγες αγγλικά, χορό, μουσική) και παίρνοντας μονολεκτικές απαντήσεις (ναι, όχι). Ο εκπαιδευτικός ή κάποιο άλλο παιδί καταγράφουν τις σωστές απαντήσεις στον πίνακα. Με το τέλος του χρόνου διαπιστώνουν όλοι μαζί, αν κατάφεραν οι συμμαθητές να μαντέψουν σωστά τις περισσότερες δραστηριότητες του συγκεκριμένου παιδιού. Δίπλα σε κάθε δραστηριότητα γράφεται στον πίνακα περίπου πόσος χρόνος αφιερώθηκε σε αυτήν και στο τέλος μπορούν αυτοί οι χρόνοι να προστεθούν, ώστε να προκύψει η συνολική εικόνα του εικοσιτετράωρου. Ακολουθεί συζήτηση.</p> <p><b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 1,6, 9, 11</b></p> <p><b>5. «Το παζλ του χρόνου»</b> Οι μαθητές χωρίζονται σε δύο ομάδες. Η μία ομάδα ζωγραφίζει πράγματα που κάνει κάθε μέρα και η άλλη αυτά που θα ήθελε να κάνει κάθε μέρα. Μετά οι δύο ομάδες με τη συμβολή και του δασκάλου φτιάχνουν ένα κολάζ - παζλ με δραστηριότητες μιας «ιδανικής» για τους μαθητές ημέρα.</p> <p><b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 2,3,4,5,6,7,8,9,11,12,13,</b></p> <p><b>6. «Ομαδικά παιχνίδια»</b> Ομάδες εργασίας ελεύθερης συμμετοχής για καταγραφή και συλλογή πληροφοριών για δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου: - Στενή συνεργασία με πολιτιστικούς και αθλητικούς</p>	<p>3) Παραδοσιακά, πνευματικά, επιτραπέζια, ηλεκτρονικά παιχνίδια.</p>
--	---	--	--

<p><b>ελεύθερου χρόνου, του χρόνου εργασίας και του συνολικού χρόνου. (ΠΜΑ 9, 11)</b> (Β', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p> <p><b>Συνειδητοποίηση της κοινωνικής διάστασης του ελεύθερου χρόνου.</b> [στον ελεύθερό μου χρόνο μπορώ να επικοινωνώ να αναπτύσσω διαπροσωπικές σχέσεις, να αναλύω καταστάσεις μαζί με άλλους και να αντιμετωπίζω τα προβλήματα συλλογικά] <b>(ΠΜΑ 3, 10, 14,15)</b> (Β', Γ' ηλικιακή ομάδα)</p>	<p>ενδιαφέροντα και τις δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου. 28) Να αναγνωρίζουν και να αξιολογούν τα προσωπικά ενδιαφέροντα και ικανότητες που παίζουν ρόλο σε συμμετοχή προγραμμάτων ελεύθερου χρόνου. 29) Να αξιολογούν τις επιλογές, τις δράσεις και τα οφέλη από τη συμμετοχή σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου. 30) Να συνειδητοποιήσουν ότι ο ελεύθερος χρόνος προσφέρεται για κοινωνική, πολιτιστική και εθελοντική δράση και δραστηριότητα.</p>	<p>συλλόγους κ.ά. Οι μαθητές κάνουν ένα κατάλογο με τους συλλόγους που βρίσκονται στην περιοχή τους, καταγράφουν το έργο τους και τους κατατάσσουν σε κατηγορίες. -Δημιουργία από τους μαθητές ομάδων ενδιαφερόντων με βάσει τα χόμπι τους, τις κλίσεις τους και τα ενδιαφέροντά τους - Μαζεύουν υλικό και συζητούν για τα παιχνίδια άλλοτε και σήμερα - Συζητούν για τον ελεύθερο χρόνο με τη μορφή τηςσχόλης σε παλαιότερες εποχές. <b>Προσεγγίζει ΠΜΑ: 11,12,14,15</b></p>	
---	---	---	--

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**

**Υποενότητα: ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ**

Σκοπός της αξιοποίησης των Τεχνολογιών Πληροφορίας και Επικοινωνίας (ΤΠΕ) στη Σχολική Κοινωνική Ζωή (ΣΚΖ) είναι να αποτελέσουν αυτές ένα υποστηρικτικό εργαλείο αλλά ταυτόχρονα και ένα πεδίο δράσης. Στο πλαίσιο αυτό είναι δυνατόν να επιτευχθούν ευκολότερα και με οικείο για τους μαθητές τρόπο, βασικοί στόχοι του προγράμματος της ΣΚΖ. Τέτοιοι στόχοι είναι η ανάπτυξη ικανοτήτων συνεργασίας, επικοινωνίας, κοινωνικής αλληλεπίδρασης, και η ανάπτυξη κριτικής στάσης απέναντι στην πληροφόρηση, τα μέσα, τη διαφήμιση κ.ά.

Στην κατεύθυνση αυτή αναπτύσσονται δραστηριότητες άμεσα ή έμμεσα συνδεδεμένες με τις προτεινόμενες στις προηγούμενες θεματικές ενότητες αλλά και άλλες με μεγαλύτερη αυτονομία, οι οποίες αξιοποιούν λογισμικά και υπηρεσίες του web 2.0. Δεν αναφερόμαστε εδώ στη μάθηση για τη χρήση των μέσων αλλά στην ποιοτική, κριτική και ασφαλή χρήση και αξιοποίησή τους, με στόχο τη γνωστική, κοινωνική, συναισθηματική εξέλιξη του μαθητή. Τα μέσα που είναι δυνατόν αν χρησιμοποιηθούν είναι ο υπολογιστής, με δυνατότητα συνδυασμού (ή όχι) με το διαδραστικό πίνακα, και κάθε άλλο ψηφιακό μέσο που υπάρχει στη σχολική μονάδα. Προϋπόθεση είναι να μπορούν να υποστηρίξουν τη συνεργασία και την επικοινωνία, να είναι πολυμεσικά (να μπορούν να διακινούν πληροφορία μέσω εικόνας/video, ήχου, κειμένου) και να μπορούν να χρησιμοποιηθούν διαδικτυακά ως εργαλεία ψυχαγωγίας, κοινωνικής αλληλεπίδρασης, αναζήτησης πληροφορίας, μάθησης. Ο εκπαιδευτικός επιλέγει κάθε φορά τα κατάλληλα μέσα που θα τον διευκολύνουν στην επίτευξη των επιμέρους στόχων του. Οι μαθητές με ενεργητικές, συμμετοχικές, βιωματικές προσεγγίσεις, έχουν περιορισμένη δυνατότητα και ελεγχόμενη



χρήση των εργαλείων του διαδικτύου. Την τελική ευθύνη της πρόσβασης στο διαδίκτυο έχει ο εκπαιδευτικός που αναλαμβάνει την προετοιμασία και την παρακολούθηση της διαδικασίας για την διαδικτυακή περιήγηση, την αξιοποίηση των (δικτυακών και μη) πόρων και την ανάρτηση πληροφοριών.

Τα Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα (ΠΜΑ) από την αξιοποίηση των ΤΠΕ είναι συνδεδεμένα με εκείνα τα οποία αναφέρονται στις θεματικές ενότητες στο Πρόγραμμα Σπουδών της ΣΚΖ σε συνδυασμό με τους ειδικότερους στόχους για κάθε ηλικιακή ομάδα. Οι προτεινόμενες δραστηριότητες είναι ενδεικτικές και μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε μια οριζόντια σύνδεση με όλες σχεδόν τις θεματικές ενότητες του ΠΣ με τις κατάλληλες προσθήκες και τροποποιήσεις. Στα βασικά θέματα αναφέρονται πολλές έννοιες οι οποίες είναι «δανεικές» από τις άλλες θεματικές ενότητες για να αναδειχθεί η τομή τους. Επίσης μπορούν να συνδεθούν με άλλα γνωστικά αντικείμενα του Προγράμματος Σπουδών στα οποία αξιοποιούνται τα ίδια διδακτικά εργαλεία.

Η ένταξη των ΤΠΕ στη ΣΚΖ για τους μαθητές του δημοτικού σχολείου, μπορεί να συνδυαστεί με τους σκοπούς των μαθήματος των ΤΠΕ. Η χρήση των ψηφιακών μέσων προϋποθέτει απλές γνώσεις από τους μαθητές, οι οποίες όταν δεν είναι δεδομένες- μπορούν να αποκτηθούν με βιωματικό τρόπο την ώρα του μαθήματος. Αυτό προϋποθέτει ότι ο εκπαιδευτικός θα έχει τουλάχιστον τις βασικές γνώσεις χρήσης των εργαλείων που πρόκειται να χρησιμοποιήσει. Ειδικότερα, η αξιοποίηση των ΤΠΕ στην πρώτη ηλικιακή ομάδα γίνεται με το δάσκαλο να έχει τον πλήρη λειτουργικό έλεγχο των μέσων τα οποία θα αξιοποιηθούν. Οι δραστηριότητες αφορούν δεξιότητες επικοινωνίας (ομιλία, ακρόαση, ανάγνωση, προφορικό διάλογο), συνεργασίας με παιγνιώδη τρόπο και ευαισθητοποίησης σε αξίες και συμπεριφορές. Τα μέσα αφορούν περιβάλλοντα προβολής πολυμέσων, δημιουργικής ζωγραφικής και παιχνιδιών στον υπολογιστή. Για τους μεγαλύτερους μαθητές της δεύτερης ηλικιακής ομάδας) τον έλεγχο των μέσων έχει και πάλι ο δάσκαλος αλλά χρησιμοποιούνται και άλλα περιβάλλοντα του web 2.0, εργαλεία γραπτής και προφορικής επικοινωνίας. Οι μαθητές πληκτρολογούν και κοινοποιούν κείμενα, δημιουργούν και μοιράζονται πολυμέσα, χρησιμοποιούν περιβάλλοντα συνεργασίας. Συμμετέχουν σε παιγνίδια ρόλων έχοντας μερικό έλεγχο των μέσων ή αξιοποιούν τα εργαλεία που δημιούργησε και ελέγχει ο δάσκαλος τους. Οι μαθητές δε μαθαίνουν να δημιουργούν περιβάλλοντα συνεργασίας ή κοινωνικής δικτύωσης αλλά αξιοποιούν έτοιμα, για να ευαισθητοποιηθούν στη σωστή και ασφαλή χρήση τους.

Η ένταξη των ΤΠΕ στη ΣΚΖ για τους μαθητές του Γυμνασίου αξιοποιεί τις γνώσεις που έχουν από το μάθημα της Πληροφορικής και μπορούν να εμπλακούν σε περισσότερες δραστηριότητες με τους περιοριστικούς όρους που ήδη αναφέρθηκαν, με βασικό προσανατολισμό στην ανάπτυξη μιας άλλης οπτικής (ασφαλούς, κριτικής) προς τα μέσα που ήδη χρησιμοποιούν στην καθημερινότητά τους εντός και εκτός σχολείου.

Ο σκοπός και τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα είναι κοινά για όλες τις ηλικιακές ομάδες. Εκείνο που μεταβάλλεται είναι τα μέσα που θα αξιοποιηθούν και οι βαθμοί ελευθερίας στη χρήση τους.

**Θεματική ενότητα: ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΩΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ: ΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΚΑΙ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΝ ΑΛΛΟ**

**Υποενότητα: «ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ», Γ΄ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΟΜΑΔΑ**

ΒΑΣΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΠΜΑ)	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
---------------	---	----------------------------	-----------------------

<p><b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ</b> (ΠΜΑ 2,3,5,6) [επικοινωνώ με σύγχρονα και ασύγχρονα μέσα: βλέπω και ακούω τους άλλους, ανταλλάσσω πληροφορίες, εκφράζω απόψεις σε άλλους και ακούω τις δικές τους, αναζητώ βοήθεια, ξεπερνάω δυσκολίες]</p> <p><b>ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ</b> (ΠΜΑ 2,3,4,5,6) [Ανήκω σε ομάδα, έχω δικαιώματα και υποχρεώσεις, η συμπεριφορά μου καθορίζεται εν μέρει από την ομάδα που ανήκω, συναποφασίζω, υποχωρώ και προτείνω, σέβομαι την απόφαση της ομάδας, εκφράζω την άποψή μου και τις επιθυμίες μου, μαθαίνω τις ομοιότητες και τις διαφορές μου με τους άλλους]</p> <p><b>ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 1,3,6) [Ασφάλεια πληροφοριών, προσωπικά δεδομένα, διαφορετικότητα, πνευματικά δικαιώματα, προστασία από κακόβουλες καταστάσεις, κίνδυνοι στο διαδίκτυο, ανακοίνωση και διάδοση πληροφοριών, υποχρεώσεις και δικαιώματα στη διακίνηση πληροφοριών]</p> <p><b>ΜΑΘΗΣΗ</b> (ΠΜΑ 3,5,6) Παίζω και μαθαίνω, οργανώνω</p>	<p>Οι μαθητές/τριες να μπορούν:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να αναγνωρίζουν τα μέσα σύγχρονης και ασύγχρονης επικοινωνίας και τους τρόπους αξιοποίησής τους.</li> <li>2. Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα ασφαλούς επικοινωνίας με την αξιοποίηση σύγχρονων και ασύγχρονων μέσων.</li> <li>3. Να αναγνωρίζουν τα περιβάλλοντα συνεργασίας στον υπολογιστή</li> <li>4. Να ενημερωθούν για τους τρόπους και κανόνες ασφαλούς χρήσης του υπολογιστή (σωματική υγεία, προσωπικά δεδομένα)</li> <li>5. Να αναπτύξουν ικανότητες συνεργασίας με τους άλλους μαθητές στο ίδιο ή σε διαφορετικό σχολείο</li> <li>6. Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα συμπεριφοράς στο διαδίκτυο (ασφάλεια πληροφοριών, συμπεριφορά προς τρίτους, πνευματικά δικαιώματα, προστασία</li> </ol>	<p>Οι μαθητές με την αξιοποίηση εργαλείων του υπολογιστή και υπηρεσιών του web 2.0 προσεγγίζουν θέματα που αφορούν την επικοινωνία, τη συνεργασία, την πληροφόρηση και την ασφάλεια στη χρήση των σύγχρονων τεχνολογικών μέσων δικτύωσης. Οι δραστηριότητες γίνονται με το συνεχή έλεγχο των μέσων από τον εκπαιδευτικό.</p> <p><b>1<sup>η</sup> δραστηριότητα: Επικοινωνία σε τοπικό ή δικτυακό επίπεδο.</b> Οι μαθητές συνεργάζονται σε μικρές ομάδες για να καταγράψουν τις απόψεις σε ένα θέμα μελέτης. Στη συνέχεια με τη χρήση εργαλείου σύγχρονης επικοινωνίας συνεργάζονται με τις άλλες ομάδες στο ίδιο σχολείο ή σε σχολείο άλλης περιοχής για να ανταλλάξουν απόψεις και ιδέες. Η καταγραφή των απόψεων μπορεί να γίνει με τη βοήθεια ενός κειμενογράφου. Το αποτέλεσμα ανακοινώνεται στην ολομέλεια της τάξης και στέλνεται στους απομακρυσμένους συνεργάτες. Μπορεί και να αναρτηθεί σε ιστολόγιο που έχει δημιουργήσει και ελέγχει ο εκπαιδευτικός. Ο δάσκαλος ευαισθητοποιεί τους μαθητές του σχετικά με το περιεχόμενο της ανακοίνωσης (ασφάλεια δεδομένων) αλλά και με τα στοιχεία του συνομιλητή τους.</p> <p><b>2<sup>η</sup> δραστηριότητα: Ανακαλύψτε το συνομιλητή σας σε επικοινωνία μέσω διαδικτύου.</b> Οι μαθητές χωρίζονται σε μικρές ομάδες και ανταλλάσσουν σύγχρονα μηνύματα χωρίς να γνωρίζουν τον αποδέκτη. Το παιχνίδι προβλέπει οι ομάδες με κατάλληλες ερωτήσεις να ανακαλύψουν ποιος κρύβεται πίσω από το ψευδώνυμο που παρουσιάζεται στο υπολογιστή. (αξιοποίηση εργαλείου σύγχρονης επικοινωνίας). Η δραστηριότητα μπορεί να επεκταθεί σε σύνδεση μεταξύ σχολείων σε διαφορετικές περιοχές ή νομούς της χώρας.</p> <p><b>3<sup>η</sup> δραστηριότητα: Αναζήτηση και αξιολόγηση πληροφοριών.</b> Οι μαθητές με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού αξιοποιούν κατάλληλο λογισμικό πολυμέσων για να αντλήσουν εικόνες και πληροφορίες σχετικά με το θέμα μελέτης. Οι πληροφορίες συμπληρώνονται με την αξιοποίηση ηλεκτρονικής εγκυκλοπαίδειας στο διαδίκτυο τύπου Wikipedia ή προβολή επιλεγμένων βίντεο. Για παράδειγμα ως αρχή οι μαθητές αναζητούν πληροφορίες για το σπίτι τους (χάρτες, φωτογραφίες). Στη συνέχεια μπορούν να ασχοληθούν με άλλα</p>	<p>Διαδραστικός πίνακας. Σύνδεση με το διαδίκτυο Εργαλείο σύγχρονης επικοινωνίας (π.χ. Skype). Κειμενογράφος. Μηχανή αναζήτησης πληροφοριών (π.χ. google) Εκπαιδευτικά λογισμικά πολυμέσων για τα διάφορα γνωστικά αντικείμενα. Εκπαιδευτικά λογισμικά ελεύθερης δημιουργίας (π.χ. Microworld pro)</p>
--	--	---	--

<p>και ταξινομώ, αναπτύσσω ικανότητες, περιγράφω, συμπεραίνω, αξιολογώ, εκφράζομαι, βρίσκω τι μου αρέσει και τι με δυσκολεύει, μαθαίνω στοιχεία για τον εαυτό μου]</p>	<p>από κακόβουλες καταστάσεις, κίνδυνοι από την κοινωνική δικτύωση, συνέπειες μηνυμάτων και δημοσιεύσεων)</p>	<p>επιλεγμένα θέματα. Εναλλακτικά οι μαθητές αναζητούν βίντεο σχετικό με το θέμα και το προτείνουν για προβολή. Οι μαθητές συζητούν για τις πληροφορίες που έχουν συλλέξει και με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού αποφασίζουν για την πληρότητα και την ακρίβειά τους. Σημαντικό στοιχείο είναι η αξιολόγηση του περιεχομένου προκειμένου να το κοινοποιήσουν στις άλλες ομάδες ή να το αναρτήσουν στο ιστολόγιο.</p> <p><b>4<sup>η</sup> δραστηριότητα: Κοινοποίηση προσωπικών δεδομένων.</b> Ο εκπαιδευτικός ετοιμάζει μια φόρμα συμπλήρωσης (π.χ. google έγγραφα) προσωπικών δεδομένων για τη συμμετοχή σε ένα διαγωνισμό. Εναλλακτικά μπορεί να αναζητηθεί πραγματικής φόρμας αγοράς στο διαδίκτυο. Το έγγραφο πρέπει να έχει και μερικές ερωτήσεις προσωπικού ενδιαφέροντος. Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες και συμπληρώνουν το έγγραφο μέσω διαδικτύου. Ο δάσκαλος παρουσιάζει τα αποτελέσματα. Ακολουθεί συζήτηση και ευαισθητοποιεί τους μαθητές για πληροφορίες που παραπλανούν το χρήστη του διαδικτύου όπως να μη δίνουν ποτέ τα προσωπικά τους στοιχεία σε φόρμες στο διαδίκτυο εκτός και αν είναι απόλυτα ελεγμένη η περιοχή.</p> <p><b>5<sup>η</sup> δραστηριότητα: Συνεργασία στην συν-παραγωγή κειμένου.</b> Ο εκπαιδευτικός ετοιμάζει έγγραφο γραπτής συνεργασίας (google έγγραφα) και δίνει την άδεια για την από κοινού εργασία στις ομάδες των μαθητών. (οι κωδικοί παραμένουν στον εκπαιδευτικό). Ταυτόχρονα οι μαθητές κάθε ομάδας, αφού συζητήσουν σε επίπεδο ομάδας, καταγράφουν μια κοινή τους εμπειρία ή ιστορία από τη σχολική ή την καθημερινή τους ζωή, πραγματική ή φανταστική. Στη συνέχεια το κοινοποιούν η κάθε ομάδα στην επόμενη, κυκλικά, ώστε κάθε μια να έχει την αρχή μιας ιστορίας που ξεκίνησε η προηγούμενη. Οι μαθητές της επόμενης ομάδας, συνεχίζουν μετά από συζήτηση στην ομάδα τους την ιστορία που έρχεται στα χέρια τους. Η διαδικασία συνεχίζεται μέχρις ότου η κάθε ιστορία περάσει μια φορά από κάθε ομάδα. Γράφονται έτσι τόσες ιστορίες από κοινού όσες και ομάδες. Μπορεί να ακολουθήσει η επιλογή της καλύτερης από τους μαθητές. Ο εκπαιδευτικός ελέγχει τα έγγραφα για τυχόν προσωπικά ή προσβλητικά δεδομένα επισημαίνοντας τους κινδύνους.</p>	
--	---	---	--

		<p><u>6<sup>η</sup> δραστηριότητα: Ανάρτηση σχολίων.</u> Ο εκπαιδευτικός δημιουργεί ιστολόγιο και αναρτά θέμα ή σχόλιο ή είδηση ή βίντεο και προτρέπει στους μαθητές να το σχολιάσουν. Οι ομάδες των μαθητών αναρτούν δικά τους θέματα και περιμένουν τα σχόλια των άλλων. Ο εκπαιδευτικός ελέγχει και σχολιάζει τα κείμενα και τα σχόλια και συζητά με την ολομέλεια της τάξης.</p>	
--	--	--	--

**Διδακτικό μαθησιακό αντικείμενο: Φυσική Αγωγή**  
**Η ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ: ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ ΑΝΑ ΣΚΟΠΟ- ΤΑΞΕΙΣ Α-Β-Γ**

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 1- Ανάπτυξη κινητικών δεξιοτήτων και ικανοποιητική εκτέλεση ορισμένων από αυτές.**

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b> Ο στόχος έχει επιτευχθεί όταν οι μαθητές είναι ικανοί να:	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<b>Στόχος 1:</b> Γενική κινητική ανάπτυξη.	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Επιδεικνύουν ικανότητες μετακίνησης από μια μορφή ισορροπίας σε άλλη και ρυθμού σε γνωστά κινητικά πρότυπα (π.χ., παρουσιάζουν μια χορευτική συνέχεια που έχουν δημιουργήσει επιλέγοντας αποσπάσματα από διαφορετικούς γνωστούς χορούς).	Εξασκούνται σε δεξιότητες που αναπτύσσουν τη στατική (στήριξη στα χέρια, κατακόρυφο στήριξη κά) και τη δυναμική ισορροπία (άλματα με στροφές, κυβίστηση, τροχό).	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Χρησιμοποιούν το <i>πρακτικό στίλ διδασκαλίας</i> για τις απλές/εύκολες δεξιότητες και το <i>στίλ του παραγγέλματος</i> για τις σύνθετες/δύσκολες δεξιότητες.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν ποικιλία εποπτικού υλικού.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν <i>φύλο κριτηρίων</i> κατά την αξιολόγηση.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Επιδεικνύουν ικανότητες συνδυασμού γυμναστικών δεξιοτήτων σε σύνθετες κινήσεις με ή χωρίς όργανα και ρυθμού σε γνωστά σύνθετα κινητικά πρότυπα (π.χ., παρουσιάζουν μια χορογραφία φτιαγμένη από διάφορους γνωστούς χορούς).	Κινούνται με διαφορετικούς τρόπους (τρέξιμο, γλίστρημα, αναπηδήσεις), σε διαφορετικές κατευθύνσεις (εμπρός, πίσω, αλλαγές κατεύθυνσης), ακολουθώντας το ρυθμό της μουσικής.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Χρησιμοποιούν μουσική με διαφορετικούς ρυθμούς.</li> <li>➤ Τονίζουν τη σημασία της προσπάθειας και όχι του αποτελέσματος.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Επιδεικνύουν ικανότητες συνδυασμού γυμναστικών δεξιοτήτων σε σύνθετες κινήσεις χρησιμοποιώντας ποικιλία οργάνων και παραγωγής νέων κινητικών προτύπων και χωρών (π.χ., δημιουργούν μια σύντομη χορογραφία που περιέχει πρωτότυπες κινήσεις).</p>	<p>Δημιουργούν ένα δικό τους πρόγραμμα, από λίστα ασκήσεων (στηρίξεις, άλματα, κυβίστηση, τροχός και συνδέσεις αυτών) που παρέχει ο ΚΦΑ.</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Ανάπτυξη δεξιοτήτων φυσικής δραστηριότητας (ΦΔ).</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Ανταποκρίνονται χωρίς κούραση και με ασφάλεια σε καθημερινές κινήσεις και δραστηριότητες αναψυχής (π.χ., τεχνική σωστού βαδίσματος και χαλαρό τρέξιμο, ισορροπία σε τροχήλατο υλικό).</p>	<p>Εκτελούν ασκήσεις με σκοινάκι, επιλέγοντας σε ποιους συνδυασμούς («τζόκινγκ», διπλό πήδημα, σταύρωμα των χεριών, κá) θα εξασκηθούν. Προσπαθούν να καταφέρουν το μεγαλύτερο δυνατό αριθμό επαναλήψεων χωρίς να χάσουν τον έλεγχο.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Εξηγούν στους μαθητές την έννοια καθημερινή ΦΔ, τι περιλαμβάνει και πως συμβάλλει στην υγεία.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν το <i>αμοιβαίο στιλ διδασκαλίας</i>.</li> <li>➤ Παροτρύνουν τους μαθητές να καταγράψουν στο <i>ηλεκτρονικό χαρτοφυλάκιο</i> την καθημερινή τους ΦΔ για το διάστημα μέχρι το επόμενο μάθημα και να προτείνουν τρόπους για το πώς θα μπορούσε να αυξηθεί.</li> <li>➤ Δίνουν οδηγίες για τα σημαντικά σημεία εκτέλεσης των δεξιοτήτων.</li> <li>➤ Παρουσιάζουν νέες δραστηριότητες και αθλήματα (αντισφαίριση, αντισπέρση, ποδηλασία κá).</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Σχεδιάζουν και να εφαρμόζουν κινητικές δεξιότητες χωρίς κούραση και με ασφάλεια σε καθημερινές κινήσεις και δραστηριότητες αναψυχής</p>	<p>Σχεδιάζουν μια ποδηλατική διαδρομή (απλή ή ανώμαλου δρόμου) με στοιχεία όπως: αφετηρία, τερματισμός, συνολική απόσταση, χρονική διάρκεια (κατά προσέγγιση), δυσκολία εδάφους, πυκνότητα κυκλοφορίας, ενδιάμεσοι σταθμοί διαδρομής, αξιοθέατα.</p>	

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Σχεδιάζουν και εφαρμόζουν κινητικές δεξιότητες με ασφάλεια σε καθημερινές κινήσεις και δραστηριότητες αναψυχής</p> <p>Εφαρμόζουν δεξιότητες επιβίωσης σε συγκεκριμένες καταστάσεις.</p>	<p>Εξασκούνται σε δραστηριότητες αναψυχής (πετοσφαίριση παραλίας), μαθαίνουν τους κανονισμούς της δραστηριότητας και φροντίζουν για την τήρησή τους.</p>	
<p><b>Στόχος 3:</b> Γνώση των τεχνικών ρίψεων, κρούσεων, αλμάτων, προσποιήσεων διαφόρων αθλημάτων και ατομικών τεχνικών (αμυντικές/επιθετικές).</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Εκτελούν σωστά τις βασικές τεχνικές ρίψεων, κρούσεων και αλμάτων των ομαδικών και ατομικών αθλημάτων (υποδοχή, πάσα, ντρίμπλα, σουτ, άλμα σε μήκος, κλπ.).</p>	<p>Οι μαθητές, σε ομάδες, έχουν ως στόχο να σουτάρουν εύστοχα σε ένα συγκεκριμένο χώρο (τέρμα, κώνος, κλπ.) που βρίσκεται στις τελικές γραμμές, αλλάζοντας πάσες και κάνοντας υποχρεωτικά σουτ με 3 βήματα και άλμα (π.χ. στη χειροσφαίριση).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δίνουν σύντομες και σαφείς οδηγίες για ένα στοιχείο κάθε φορά, χρησιμοποιώντας λέξεις-κλειδιά.</li> <li>➤ Δίνουν έμφαση στη σωστή τεχνική εκτέλεση.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Εκτελούν σωστά τις βασικές τεχνικές ρίψεων, κρούσεων και αλμάτων των ομαδικών και ατομικών αθλημάτων παίζοντας με συμπαίκτη ή αντίπαλο.</p>	<p>Παίζουν τροποποιημένο παιχνίδι ποδοσφαίρου 5Χ5, με στόχο την εκμάθηση της σωστής τεχνικής της πάσας με το εσωτερικό του ποδιού.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δημιουργούν συνθήκες εξάσκησης που προσομοιάζουν τις αγωνιστικές.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Εφαρμόζουν απλές προσποιήσεις ενώ εκτελούν τις βασικές τεχνικές των ομαδικών αθλημάτων παίζοντας με συμπαίκτη ή αντίπαλο.</p>	<p>Μαθαίνουν την προσποίηση για σουτ και διείσδυση στην καλαθοσφαίριση και μετά την εφαρμόζουν σε καταστάσεις με αντίπαλο.</p>	

<p><b>Στόχος 4:</b> Γνώση και εφαρμογή ομαδικών τακτικών σε πραγματικές συνθήκες.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Κατανοούν την ατομική τακτική για (α) τη διατήρηση κατοχής της μπάλας, και (β) την απόκτηση της κατοχής της μπάλας, στα ομαδικά αθλήματα και να μπορούν να την εφαρμόζουν σε παιχνίδι ένας εναντίον ενός (π.χ. να έχουν κατανοηθεί οι βασικές αρχές της άμυνας ένας προς έναν στην καλαθοσφαίριση και να τις εφαρμόζουν στο παιχνίδι).</p>	<p>Σε ζευγάρια, παίζουν ένας εναντίον ενός στο χώρο τους.</p> <p>Σε τριάδες, παίζουν ένας εναντίον ενός στο χώρο τους αλλά ο επιθετικός έχει βοήθεια από το τρίτο μαθητή ο οποίος δε συμμετέχει ενεργά αλλά δίνει και παίρνει πάσες δίνοντας στήριγμα στην επίθεση.</p>	<p>➤ Εξηγούν την έννοια τακτική και ποια είναι η σχέση της με την τεχνική.</p> <p>➤ Τονίζουν την υπεροχή της ομαδικής τακτικής έναντι των ατομικών τακτικών και τεχνικών.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Κατανοούν την τακτική για (α) τη δημιουργία ελεύθερου χώρου (επίθεση), και (β) την κάλυψη του χώρου (άμυνα), σε καταστάσεις 3-4 ατόμων (π.χ., 2:1 και 2:2) και εφαρμόζουν την άμυνα 1:1, εφαρμόζοντας την αρχή της αλληλοκάλυψης.</p>	<p>Εξασκούνται σε συνεργασίες 2 ατόμων για δημιουργία ελεύθερου χώρου σε συνθήκες τροποποιημένου παιχνιδιού, για παράδειγμα στην χειροσφαίριση παίζουν παιχνίδι 2 εναντίον 2, με 1 επιπλέον επιθετικό που εκτελεί μόνο μεταβιβάσεις (πάσες).</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Κατανοούν την κίνηση στον ελεύθερο χώρο για υποδοχή της μπάλας και στη συνέχεια μεταβίβασής της (επίθεση) και να μπορούν να εφαρμόζουν το ένας εναντίον δύο σε κανονικές συνθήκες παιχνιδιού.</p>	<p>Σχηματίζουν πεντάδες και παίζουν 5εναντίον 5 σε τετράγωνο χώρο 30 X 30. Επιδιώκουν να κινηθούν στον ελεύθερο χώρο για να υποδεχθούν τη μπάλα.</p>	



**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 2- Ανάπτυξη και εφαρμογή γνώσεων από την αθλητική επιστήμη για την αποτελεσματική συμμετοχή σε παρούσες και μελλοντικές συνθήκες φυσικής δραστηριότητας.**

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b> Ο στόχος έχει επιτευχθεί όταν οι μαθητές είναι ικανοί να:	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
		<b>Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....</b>	<b>Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...</b>
<b>Στόχος 1:</b> Ανάπτυξη ικανότητας για γενική ανάλυση της τεχνικής/ τακτικής διαφόρων δεξιοτήτων.	<b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Κατανοούν τις επιστημονικές αρχές που σχετίζονται με την περιστροφή της μπάλας και δίσκου.	Εξερευνούν τρόπους περιστροφής διαφορετικών αντικειμένων (μπάλες, σφαίρες, στεφάνια, δίσκος, φρίζμπι, σβούρες, κά).  Συζητούν για το τι συμβαίνει στην περιστροφή του αντικειμένου και πως μπορούν να τη χρησιμοποιήσουν για καλύτερο αποτέλεσμα.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συνεργάζονται με συναδέλφους αντίστοιχων ειδικοτήτων και παραπέμπουν τους μαθητές σε αντίστοιχα κεφάλαια των σχολικών βιβλίων.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τον αυτοσχεδιασμό και τον πειραματισμό.</li> <li>➤ Επιλέγουν βιωματική προσέγγιση και διαθεματική διδασκαλία</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν διάφορες πηγές πληροφορίας (βιβλία, ιστοσελίδες, διαφορετικά υλικά κά).</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Κατανοούν τις επιστημονικές αρχές που σχετίζονται με την αναπήδηση της μπάλας.	Παρατηρούν τη διαφορά του ύψους αναπήδησης από διάφορες μπάλες.  Προσπαθούν να βάλουν καλάθι με αναπήδηση της μπάλας στο έδαφος. Χρησιμοποιούν διάφορες μπάλες και υπολογίζουν τη δύναμη, κατεύθυνση και τροχιά ανάλογα με το βάρος, την ελαστικότητα και τον όγκο της μπάλας.	

	<b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Κατανοούν επιστημονικές αρχές που σχετίζονται με την περιστροφή και πως επηρεάζουν την περιστροφή του σώματος.	Εκτελούν περιστροφές του σώματός τους στο έδαφος, άλματα με περιστροφές, κυβιστήσεις, ανακυβιστήσεις. Απαντούν σε ερωτήσεις για: το είδος περιστροφής, τον άξονα περιστροφής κά.	
<b>Στόχος 2:</b> Κατανόηση γενικών αρχών τακτικής σε διάφορες αθλοπαιδιές και αθλήματα με αντίπαλο.	<b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Κατανοούν τη σημασία της κίνησης στον ελεύθερο χώρο.	Παίζουν ομαδικά παιχνίδια τύπου με αριθμητική υπεροχή (π.χ. 2:1, 3:2 κά) με σκοπό να γίνει συγκεκριμένος αριθμός μεταβιβάσεων από την ομάδα που έχει την μπάλα, χωρίς η αντίπαλη ομάδα να καταφέρει να αγγίξει τον παίκτη που κρατά την μπάλα.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Εξηγούν τι ορίζεται ως «ελεύθερος χώρος» και τη σημασία του στο ομαδικό παιχνίδι.</li> <li>➤ Παρουσιάζουν μαγνητοσκοπημένες καταστάσεις παιχνιδιών και εστιάζουν στις φάσεις που δημιούργησαν καταστάσεις απελευθέρωσης παίκτη. Ζητούν από τους μαθητές να εξηγήσουν πως προήλθε αυτή η απελευθέρωση.</li> </ul>
	<b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Κατανοούν τη σημασία της δημιουργίας και εκμετάλλευσης πλεονεκτήματος στο χώρο και της απελευθέρωσης παίκτη στην καλαθοσφαίριση.	Παιχνίδι δύο εναντίον ενός, με σκοπό να σουτάρει ο ελεύθερος παίκτης από όσο γίνεται κοντινότερη απόσταση από το καλάθι.	
	<b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Εξασκούνται σε δεξιότητες που δημιουργούν υπεραριθμία της επίθεσης στη χειροσφαίριση.	Εξασκούνται στα 3 είδη φράγματος (σκριν) (μετωπιαίο, ραχιαίο, με τον ώμο) στη χειροσφαίριση και τα εφαρμόζουν σε παιχνίδι.	

<p><b>Στόχος 3:</b> Γνώση και εφαρμογή αρχών ψυχολογίας της άσκησης.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Γνωρίζουν την έννοια της προσοχής και να μετακινούν την προσοχή τους.</p>	<p>Τα παιδιά σε κάθε ομάδα σχηματίζουν κύκλο και αρχίζουν να γυρνούν με πάσες μια μπάλα δεξιόστροφα. Κάθε παιδί πρέπει να θυμάται από ποιόν παίρνει τη μπάλα και σε ποιόν τη δίνει.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Εξηγούν στα παιδιά τα είδη προσοχής. Ζητούν από τα παιδιά να αναγνωρίσουν ποια είδη προσοχής χρησιμοποιούν σε διάφορες δεξιότητες και καταστάσεις.</li> <li>➤ Ζητούν από τα παιδιά να περιγράψουν διάφορα ερεθίσματα σχετικά και άσχετα με την εκτέλεση μιας δεξιότητας (π.χ. εκτέλεση ενός σουτ στο μπάσκετ).</li> <li>➤ Εξηγούν στους μαθητές την τεχνική και το ρόλο του αυτοδιαλόγου και της νοερής απεικόνισης στην εκμάθηση των αθλητικών δεξιοτήτων, αλλά και σε άλλους τομείς της ζωής τους.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Γνωρίζουν πώς να μετατρέπουν την αρνητική σκέψη σε θετική.</p>	<p>Εξασκούνται σε μία δεξιότητα (π.χ. ελεύθερη βολή στην καλαθοσφαίριση), αφού έχουν μετατρέψει την αρνητική σκέψη («θα αποτύχω στη βολή») σε θετική («θα πετύχω το καλάθι»).</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Γνωρίζουν αδρά την έννοια της νοερής απεικόνισης και να εκτελούν απλές εφαρμογές της.</p>	<p>Κάνουν νοερή απεικόνιση του σουτ στο μπάσκετ και μετά εκτελούν την κίνηση.</p>	
<p><b>Στόχος 4:</b> Γνώση κανόνων αθλημάτων και ασφαλούς ένταξης στις φυσικές δραστηριότητες και θεμάτων που σχετίζονται με την ιστορική εξέλιξη του</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Γνωρίζουν τους κανονισμούς των 3'', 5'', τζάμπολ και λήψης θέσεων στις ελεύθερες βολές στην καλαθοσφαίριση.</p>	<p>Σε ομάδες εξασκούνται σε δραστηριότητες που απαιτούν την εφαρμογή συγκεκριμένων κανονισμών (μόνο μεταβιβάσεις χωρίς ντρίμπλα, κανονισμός των 5'', κανονισμός των 3'' κά).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ενημερώνονται από τις επίσημες πηγές (φορείς, εκδόσεις) για τυχόν αλλαγές των κανονισμών σε συγκεκριμένα σπορ.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν ψηφιακό υλικό, φωτογραφίες ή σκίτσα για να επιδείξουν τις αποκλίσεις του ποδιού από την ορθή θέση.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Γνωρίζουν τον σωστό τρόπο τρεξίματος και τις εφαρμογές του για ασφαλή ΦΔ.</p>	<p>Σε ζευγάρια, ο ένας ελέγχει την τεχνική του τρεξίματος του άλλου σύμφωνα με φύλλο κριτηρίων.</p>	

αθλητισμού.	<b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Γνωρίζουν τους κανονισμούς που ισχύουν για τα 3'', τους βηματισμούς, την εκτέλεση του πέναλτι και την εκτέλεση ελεύθερης ρίψης στη χειροσφαίριση.	Εξασκούνται σε σταθμούς σε δεξιότητες της χειροσφαίρισης. Αναλαμβάνουν ρόλο διαιτησίας, ελέγχοντας την τήρηση συγκεκριμένων κανονισμών.	
-------------	--	---	--

### ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 3- Γνώση και ανάπτυξη ενός επιπέδου φυσικής κατάστασης (ΦΚ) για την υγεία

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b> Ο στόχος έχει επιτευχθεί όταν οι μαθητές είναι ικανοί να:	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<b>Στόχος 1:</b> Εφαρμογή τρόπων βελτίωσης και διατήρησης της λειτουργικής ικανότητας του καρδιοαναπνευστικού συστήματος, των μυών και των συνδέσμων.	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Γνωρίζουν και να εφαρμόζουν βασικές ασκήσεις βελτίωσης του καρδιο-αναπνευστικού συστήματος, των μυών και των συνδέσμων σε μια ημερήσια γύμναση.  <b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Κατανοούν τις φυσιολογικές επιδράσεις διαφόρων μορφών ΦΔ και μπορούν να εντάξουν αποτελεσματικά διάφορες μορφές ΦΔ σ' ένα ατομικό ημερήσιο πρόγραμμα άσκησης.	Εκτελούν με σωστή τεχνική μία σειρά 10 τουλάχιστον διαφορετικών διατάσεων (3 διατάσεις για πόδια, 4 διατάσεις για κορμό, 3 διατάσεις για χέρια).  Εκτελούν μία σειρά ασκήσεων βελτίωσης της αλτικής ικανότητας.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Εξηγούν και δείχνουν στους μαθητές τα είδη διάτασης, τις αρχές της <i>προσδευτικής διάτασης</i> και επιδεικνύουν την τεχνική της.</li> <li>➤ Τονίζουν τη σημασία των διατάσεων στην ασφαλή εξάσκηση.</li> <li>➤ Παρουσιάζουν έναν απλό τρόπο μέτρησης της ευλυγισίας ενός συγκεκριμένου μέρους του σώματος και ζητούν από τους μαθητές να τον εφαρμόσουν.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Καθορίζουν ημερήσιους στόχους για ανάπτυξη της ΦΚ με βάση τις αρχές προπόνησης (σε αδρή γνώση).</p>	<p>Εκτελούν σειρές διαλειμματικής προπόνησης: 100 μέτρα τρέξιμο - 100 μέτρα περπάτημα (5 επαναλήψεις), 200 μέτρα τρέξιμο – 100 μέτρα περπάτημα (3 φορές), 400 μέτρα τρέξιμο – 100 μέτρα περπάτημα (2 φορές).</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Γνώση για τις σχέσεις άσκησης, διατροφής και διατήρησης βάρους και σχεδιασμού ενός προγράμματος άσκησης και υγιεινής διατροφής για διατήρηση βάρους.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Κατανοούν την έννοια του «ιδανικού» βάρους, υπολογίζουν το δείκτη σώματος-μάζας και παρακολουθούν την εξέλιξη της σχέσης ύψους και βάρους.</p> <p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Κατανοούν την <i>διατροφική πυραμίδα</i>.</p>	<p>Υπολογίζουν τον προσωπικό τους <i>Δείκτη Σώματος-Μάζας</i> (ΔΜΣ) και περιγράφουν το φυσιολογικό εύρος του.</p> <p>Καταγράφουν τι κατανάλωσαν ανά μέρα στη διάρκεια της τελευταίας εβδομάδας. Κατόπιν κατατάσσουν τις τροφές που κατέγραψαν στις κατηγορίες της <i>διατροφικής πυραμίδας</i>.</p> <p>Καταμετρούν τις <i>μερίδες</i> που κατανάλωσαν και υπολογίζουν το μέσο όρο από κάθε κατηγορία τροφής.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Εξηγούν την έννοια του <i>ιδανικού βάρους</i> και τη σημασία του στη διατήρηση της υγείας και ότι η παρακολούθηση του βάρους είναι σημαντική πληροφόρηση για την ποιότητα της διατροφής και την ποσότητα της τροφής που λαμβάνει το κάθε άτομο.</li> <li>➤ Υπενθυμίζουν τις συνιστώμενες <i>μερίδες</i> ανά κατηγορία τροφών και συζητούν τα αποτελέσματα της ταξινόμησης που έκαναν οι μαθητές.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Κατανοούν τους παράγοντες που πρέπει να προσέχουν όταν ασκούνται κάτω από ακραίες κλιματολογικές συνθήκες και μπορούν να κάνουν τις κατάλληλες επιλογές στη λήψη υγρών.</p>	<p>Ζυγίζονται πριν και μετά την εκτέλεση διαλειμματικής προπόνησης (100 μέτρα τρέξιμο - 100 μέτρα περπάτημα (5 επαναλήψεις), 1 λεπτό σχοινάκι – 1 λεπτό διάλειμμα, 2 λεπτά έντονο βάδην – 1 λεπτό χαλαρό βάδην). Συζητούν για τις διαφορές μεταξύ της πρώτης και της δεύτερης μέτρησης.</p>	
<p><b>Στόχος 3:</b> Απόκτηση εμπειρίας από την αξιολόγηση της ΦΚ για υγεία, και γνώση για τη σχέση άσκησης και υγείας.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Περιγράφουν τις επιδράσεις της αερόβιας άσκησης στην υγεία και αξιολογούν την καρδιοαναπνευστική αντοχή, τη δύναμη μεγάλων μυϊκών ομάδων και την ευλυγισία με απλές και εύχρηστες δοκιμασίες.</p>	<p>Μετρούν την καρδιακή συχνότητα ηρεμίας. Κατόπιν τρέχουν σε μια κυκλική διαδρομή και στο τέλος κάθε λεπτού μετρούν τους σφυγμούς τους. Συνεχίζουν έτσι μέχρι να πετύχουν την καρδιακή συχνότητα στόχο. Καταγράφουν πόσα βήματα ανά λεπτό είχαν όταν πέτυχαν την καρδιακή συχνότητα-στόχο.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δείχνουν τον τρόπο μέτρησης των σφυγμών.</li> <li>➤ Εξηγούν τη σημασία της καρδιακής συχνότητας κατά τη διάρκεια της αερόβιας άσκησης.</li> <li>➤ Ζητούν από τους μαθητές να βάζουν προσωπικούς στόχους για βελτίωση.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Κατανοούν τις μακροχρόνιες επιδράσεις της άσκησης στην υγεία και να επιλέγουν τις απαραίτητες δοκιμασίες για την αξιολόγηση προσωπικών στόχων ΦΚ.</p>	<p>Εκτελούν το τεστ των κοιλιακών σύμφωνα με τη δέσμη αξιολόγησης Eurofit. Εκτελούν δύο προσπάθειες και μετά την πρώτη θέτουν προσωπικό στόχο βελτίωσης για τη δεύτερη προσπάθεια.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Κατανοούν τις άμεσες και μακροχρόνιες φυσιολογικές και ψυχολογικές επιδράσεις της άσκησης και τρόπους αξιολόγησής τους.</p>	<p>Τρέχουν απόσταση 1000μ. προσπαθώντας για την καλύτερη προσωπική επίδοση. Καταγράφουν την επίδοση και αναφέρουν τρόπους για βελτίωση της απόδοσής τους.</p>	

<p><b>Στόχος 4:</b> Γνώση των αρχών της εξάσκησης και ανάπτυξη ικανότητας σχεδιασμού ενός προσωπικού προγράμματος άσκησης με βάση αυτές τις αρχές.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Επιδεικνύουν τρόπους βελτίωσης της καρδιοαναπνευστικής αντοχής, της δύναμης μεγάλων μυϊκών ομάδων και της ευλυγισίας σε διαφορετικούς χώρους ΦΔ (σε γυμναστήρια, σε πάρκα, στο σπίτι κά).</p>	<p>Εκτελούν συγκεκριμένες δοκιμασίες αξιολόγησης της ευλυγισίας (για παράδειγμα δοκιμασία οπίσθιων μηριαίων μυών της δέσμης αξιολόγησης Eurofit) και σημειώνουν την επίδοσή τους.</p> <p>Καθορίζουν ατομικούς στόχους ανάπτυξης της ευλυγισίας μερικών μερών του σώματος.</p> <p>Αναφέρουν τι θα μπορούσαν να κάνουν για τη βελτίωση της ΦΚ στο πάρκο/παιδική χαρά που βρίσκεται κοντά στο σπίτι τους.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Αναφέρουν τρόπους αξιολόγησης συγκεκριμένων μυϊκών ομάδων.</li> <li>➤ Εξηγούν τη χρησιμότητα της προθέρμανσης και παρουσιάζουν διαφορετικούς τρόπους αύξησης των σφυγμών και της θερμοκρασίας του σώματος.</li> </ul>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Κατανοούν τη χρησιμότητα της προθέρμανσης σε κάθε ΦΔ/σπορ.</p> <p>Εκτελούν την κατάλληλη προθέρμανση για διαφορετικά σπορ.</p>	<p>Επιλέγουν και εφαρμόζουν κατάλληλες ασκήσεις προθέρμανσης για τις αντίστοιχες δραστηριότητες (π.χ. ασκήσεις προθέρμανσης για την πετοσφαίριση, την ενόργανη γυμναστική, το στίβο κά).</p>		
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Κατανοούν την αρχή της επιβάρυνσης και ανάληψης στην προπόνηση και να την εφαρμόζουν σ' ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα ατομικής εξάσκησης.</p>	<p>Εκτελούν ένα πρόγραμμα ενδυνάμωσης με βάση την απόδοσή τους στο μέγιστο τεστ κυκλικής προπόνησης για 2 βδομάδας καταγράφοντας την απόδοσή τους.</p>		

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 4- Απόκτηση θετικής εμπειρίας μέσα από τη φυσική δραστηριότητα (ΦΔ), ανάπτυξη αυτο-έκφρασης και κοινωνικής αλληλεπίδρασης.**

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b>	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
	Ο στόχος έχει επιτευχθεί όταν οι μαθητές είναι ικανοί να:	Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<p><b>Στόχος 1:</b> Ανάπτυξη σχέσεων συνεργασίας με τους υπόλοιπους μαθητές και διασκέδαση μέσα από τη συμμετοχή σε ΦΔ (παιχνίδια συνεργασίας, πρωτότυπα παιχνίδια, επινόηση νέων παιχνιδιών κ.).</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Περιγράφουν τα θετικά συναισθήματα ως αποτέλεσμα της συμμετοχής σε παιχνίδια με άλλους και τα διαφορετικά βιώματα από τη συμμετοχή σε ΦΔ.</p>	<p>Καταγράφουν τα συναισθήματα που βίωσαν κατά τη διάρκεια ομαδικών παιχνιδιών (π.χ. συναγωνισμού, συνεργασίας κ.).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συμμετέχουν οι ίδιοι στα παιχνίδια μαζί με τα παιδιά.</li> <li>➤ Τονίζουν τη σημασία της επικοινωνίας στη λειτουργία μιας ομάδας.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν την αυτό-έκφραση και προτρέπουν τους μαθητές να επινοούν νέες κινήσεις.</li>   <li>➤ Δημιουργούν <i>πίνακα κριτηρίων</i> (σε σχέση με: ασφάλεια, καταλληλότητα, δυνατότητα συμμετοχής όλων, σε ποιο βαθμό βασίζεται σε ήδη γνωστές δεξιότητες κ.) για το παιχνίδι.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Περιγράφουν τις δυσκολίες στην επικοινωνία τους με τους άλλους σε χώρους ΦΔ/σπορ, αλλά και τα θετικά συναισθήματα από τη συνεργασία με τους άλλους.</p>	<p>Σε ομάδες συνθέτουν μία χορογραφία αεροβικής βασισμένη σε κινήσεις που έχουν ήδη μάθει ή σε δικές τους επινοήσεις και την παρουσιάζουν. Συζητούν για τα κύρια προβλήματα επικοινωνίας που αντιμετώπισαν κατά τη δημιουργία της χορογραφίας καθώς και για τον τρόπο που τα αντιμετώπισαν.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Επιδεικνύουν σημαντική αυτονομία στην υιοθέτηση ΦΔ που προάγουν τη συνεργασία.</p> <p>Αξιολογούν με ακρίβεια το αποτέλεσμα των πρωτοβουλιών τους.</p>	<p>Επιλέγουν τα παιχνίδια με τα οποία θα ασχοληθούν στο μάθημα.</p> <p>Συνθέτουν ένα νέο παιχνίδι σύμφωνα με τις δυνατότητές τους και το δοκιμάζουν.</p>	



<p><b>Στόχος 2:</b> Παρατήρηση, δοκιμή και εκτίμηση μιας ποικιλίας αθλητικών και φυσικών δραστηριοτήτων, εντός και εκτός σχολείου, ανάλογα με τις δυνατότητες της γεωγραφικής περιοχής (εξωσχολικές δραστηριότητες σε συνδυασμό με εκδρομές στη φύση, πεζοπορία, αναρρίχηση, κωπηλασία, ποδηλασία, κατάβαση ποταμού κ.ά).</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Περιγράφουν τις δυνατότητες άσκησης που προσφέρει η γειτονιά τους.</p>	<p>Καταγράφουν και περιγράφουν τις δυνατότητες άσκησης που προσφέρει η γειτονιά τους – Στη συνέχεια προετοιμάζουν και πραγματοποιούν μια επίσκεψη σε έναν από αυτούς.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Βοηθούν τα παιδιά στην οργάνωση της επίσκεψης (χρονοδιάγραμμα, υλικά, πληροφορίες που θα καταγραφούν, ρόλους που θα αναλάβει κάθε ομάδα παιδιών).</li> <li>➤ Δίνουν ερεθίσματα στους μαθητές να ασχοληθούν και με το σχεδιασμό άλλων ανάλογων δραστηριοτήτων.</li>   <li>➤ Βοηθούν τους μαθητές να συνεργαστούν και να πάρουν αποφάσεις.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Περιγράφουν τα θετικά βιώματα που αποκομίζουν από τη συμμετοχή τους σε ΦΔ/σπορ στη γειτονιά τους.</p>	<p>Σχεδιάζουν και πραγματοποιούν μια διαδρομή περιπάτου και άσκησης. Καθένας αναλαμβάνει ένα ρόλο στην όλη διαδικασία. Κάποια ομάδα, σε συνεργασία με τον καθηγητή της τεχνολογίας, αναλαμβάνει να κατασκευάσει μια μακέτα με την «τέλεια» διαδρομή περιπάτου.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Περιγράφουν τα εμπόδια, τις λύσεις και τα βιώματα που αποκομίζουν στην προσπάθεια για συμμετοχή τους σε ΦΔ/σπορ στην εξωσχολική τους ζωή.</p>	<p>Οργανώνουν μία αθλητική εκδήλωση.</p>	

<p><b>Στόχος 3:</b> Παρατήρηση, καταγραφή και ενίσχυση συναισθημάτων άλλων μέσα από τη συμμετοχή σε φυσικές δραστηριότητες.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Παρατηρούν με ακρίβεια τις εναλλαγές συναισθημάτων των συμμαθητών τους όταν συμμετέχουν σε ατομικά και ομαδικά παιχνίδια.</p>	<p>Παίζουν παιχνίδι καλαθοσφαίρισης. Ορισμένοι μαθητές ορίζονται ως παρατηρητές. Καταγράφουν τις εναλλαγές συναισθημάτων των παιδιών που αγωνίζονται. Γίνεται αλλαγή ρόλων ανάμεσα σε αυτούς που παίζουν και αυτούς που παρατηρούν.</p>	<p>➤ Συζητούν με τα παιδιά για τα συναισθήματα που κατέγραψαν, τον τρόπο εκδήλωσής τους και τις συνέπειές τους.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Παρατηρούν με ακρίβεια τις εναλλαγές συναισθημάτων των συμμαθητών τους όταν συμμετέχουν σε παιχνίδια συνεργασίας, συναγωνισμού και ένταξης όλων, και σε ΦΔ με στόχο την προσωπική βελτίωση.</p>	<p>Καταγράφουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους κατά τη διάρκεια μιας πεζοπορίας 30' λεπτών, αφού ολοκληρώσουν τη δραστηριότητα.</p>	
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Παρατηρούν με ακρίβεια τις εναλλαγές συναισθημάτων συμμαθητών τους που διαφέρουν ως προς την αθλητική ικανότητα και το φύλο, όταν συμμετέχουν σε (α) παιχνίδια συνεργασίας, (β) δραστηριότητες συναγωνισμού, και (γ) σε ασκήσεις που έχουν ως στόχο την προσωπική βελτίωση.</p>	<p>Δοκιμάζουν να παίξουν μπόουλινγκ με ότι υλικά τους παρέχονται. Αποφασίζουν ποια αντικείμενα θα χρησιμοποιήσουν σα στόχους, ποιες μπάλες θα χρησιμοποιήσουν, με ποιον τρόπο θα ρίχνουν τη μπάλα προς τους στόχους και με ποιον τρόπο θα γίνεται η καταμέτρηση. Διαφοροποιούν τους κανόνες ανάλογα με τις συνθήκες και τα άτομα. Καταγράφουν τα συναισθήματα που βίωσαν.</p>	

<p><b>Στόχος 4:</b> Συμμετοχή σε ΦΔ εκτός σχολείου που έχουν επιλεγεί από τους μαθητές με στόχο την ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης και αυτό-αποτελεσματικότητας ως προς την τακτική συμμετοχή.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Επιλέγουν μια ΦΔ που μπορούν να εκτελέσουν στο σπίτι τους και την υλοποιούν. Καθορίζουν ατομικούς στόχους. Καταγράφουν συστηματικά την πορεία για την επίτευξή τους. Αξιολογούν την επίτευξη των στόχων που έθεσαν. Παρατηρούν τη σχέση επίτευξης των προσωπικών στόχων και της αυτοπεποίθησής τους.</p>	<p>Εκτελούν ασκήσεις διατάσεων με εναλλακτικά υλικά καθημερινής χρήσης (σχοινάκια, ράβδους, καρέκλες κά).  Καταγράφουν δραστηριότητες τις οποίες δεσμεύονται να κάνουν κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου και θέτουν προσωπικούς στόχους για πρόοδο.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Συμμετέχουν μαζί με τα παιδιά.</li> <li>➤ Οργανώνουν <i>Ημέρες Δοκιμής Νέων Αθλημάτων</i> και <i>Ημερίδες ΦΔ για Υγεία</i>.</li> <li>➤ Δίνουν παραδείγματα για στόχους προσωπικής προόδου, αλλά αποφεύγουν να υποδεικνύουν στο κάθε παιδί τι πρέπει να κάνει.</li> <li>➤ Ορίζουν μια ημερομηνία στην οποία θα συζητήσουν για τα αποτελέσματα του μαθήματος όσον αφορά τις δεσμεύσεις των μαθητών.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Επιλέγουν ΦΔ και να συμμετέχουν σ' αυτές τακτικά εκτός σχολείου. Καθορίζουν ατομικούς στόχους. Καταγράφουν συστηματικά την πορεία για την επίτευξή τους. Αξιολογούν την επίτευξη των στόχων που έθεσαν και να τους επαναπροσδιορίζουν όπου απαιτείται. Παρατηρούν πώς η επίτευξη των στόχων συνοδεύεται με αύξηση της αυτό-αποτελεσματικότητας για τακτική συμμετοχή.</p>	<p>Επιλέγουν μια ΦΔ που αναπτύσσει κυρίως την αερόβια αντοχή (τρέξιμο, σκοινάκι, κολύμβηση κά).  Δεσμεύονται για την υλοποίηση μιας δραστηριότητας κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου.</p>	

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Επιλέγουν ΦΔ, από τις οποίες μία τουλάχιστον θα είναι καινούργια και θα συμμετέχει σ' αυτές τακτικά εκτός σχολείου.</p> <p>Επιδεικνύουν σημαντική αυτονομία στον καθορισμό ρεαλιστικών στόχων, στη συστηματική καταγραφή τους, στην αξιολόγηση της επίτευξης των στόχων και στον επανακαθορισμό τους.</p> <p>Παρατηρούν τις μεταβολές στην αυτό-αποτελεσματικότητα για τακτική συμμετοχή ως συνέπεια των μεταβολών στην διαδικασία επίτευξης στόχων.</p>	<p>Επιλέγουν μία αθλητική δεξιότητα στην οποία θέλουν να βελτιωθούν και εξασκούνται σε αυτήν. Αξιολογούν την πρόοδό τους σύμφωνα με τους προσωπικούς τους στόχους.</p>	
--	--	--	--

## ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 5- Κατανόηση και σεβασμός των ανθρωπίνων διαφορών και συνεργασία με άλλους.

<i>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</i>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b>	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
	Ο στόχος έχει επιτευχθεί όταν οι μαθητές είναι ικανοί να:	Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<p><b>Στόχος 1:</b> Ανάπτυξη σεβασμού για ατομικές ομοιότητες και διαφορές ως προς τα φυσικά χαρακτηριστικά (π.χ. δύναμη, μέγεθος, σωματότυπος, κ.λ.π.) και συνεργασία σε χώρους ΦΔ μεταξύ όλων των μαθητών</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> (α) Κατανοούν την ύπαρξη διαφορών μεταξύ τους, (β) Σέβονται τις όποιες διαφορές, και (γ) Συνεργάζονται με ευχαρίστηση με άτομα διαφορετικών ικανοτήτων σε ΦΔ, σε παιχνίδια και σε σπορ.</p>	<p>Εντοπίζουν και συζητούν τις διαφορές στα φυσικά χαρακτηριστικά και πως αυτά επηρεάζουν τη συμμετοχή σε ΦΔ και σε σπορ.</p> <p>Εντοπίζουν καταστάσεις στις οποίες όλοι οι άνθρωποι έχουν παροδική (εγκυμοσύνη, τραυματισμός κά) ή μόνιμη απώλεια σε ικανότητες (αναπηρία, γηρατειά κά).</p> <p>Συζητούν τρόπους διαχείρισης αυτών των διαφορών ώστε να μην περιθωριοποιούνται τα άτομα με μειωμένες ικανότητες.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Πριν τη δραστηριότητα εξηγούν τον όρο «φυσικά χαρακτηριστικά» και δίνουν παραδείγματα.</li> <li>➤ Τονίζουν τη σημαντικότητα και χρησιμότητα κάθε φυσικού χαρακτηριστικού.</li> <li>➤ Ενθαρρύνουν τα παιδιά να έχουν θετική στάση ως προς την <i>εικόνα</i> τους και τα φυσικά χαρακτηριστικά τους.</li> <li>➤ Τονίζουν τη σπουδαιότητα του να διακρίνει κάποιος τα φυσικά χαρακτηριστικά του και να χρησιμοποιεί αυτό που τον ενδιαφέρει στην συγκεκριμένη δραστηριότητα.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Κατανοούν τα διαφορετικά φυσικά χαρακτηριστικά και τις ιδιαιτερότητες των συμμαθητών τους και να τροποποιούν τους κανονισμούς/συνθήκες των παιχνιδιών ανάλογα, ώστε να μπορούν να συμμετέχουν όλοι.</p>	<p>Παίζουν αγωνιστικά παιχνίδια/αθλοπαιδιές των παρα-ολυμπιακών αγώνων.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Τονίζουν την ανάγκη εύρεσης ρόλων για όλους τους μαθητές/τριες.</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Αποδέχονται ευχάριστα μια άσκηση που προτείνει ο καθηγητής Φ.Α. για άτομα με διαφορετικά φυσικά χαρακτηριστικά και να διαφοροποιούν το βαθμό δυσκολίας της ώστε να την καταστήσουν προκλητική για τους ίδιους.</p>	<p>Χωρισμένοι σε 3 ομάδες παίζουν το παιχνίδι «μήλα» σε τρεις διαφορετικούς χώρους (η κάθε ομάδα χωριστά στο χώρο της) και προσπαθούν να βρουν ποια είναι η καλύτερη θέση που πρέπει να έχει ο καθένας ανάλογα με τα φυσικά του χαρακτηριστικά ή πως μπορούν να τροποποιήσουν τους κανονισμούς για να διευκολύνουν τη συμμετοχή όλων.</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Ανάπτυξη σεβασμού για τις διαφορές μεταξύ των μαθητών/τριών λόγω φύλου και συνεργασία με το αντίθετο φύλο.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Κατανοούν το ρόλο, τη σχέση και τη συνεργασία των δύο φύλων σε διάφορες ΦΔ.  Αποδέχονται τις διαφορές των συμμαθητών/τριών λόγω φύλου.  Συνεργάζονται με άτομα διαφορετικού φύλου.</p>	<p>Όλοι (αγόρια και κορίτσια) εκτελούν ρυθμικές ασκήσεις με μουσική, στεφάνια και μπάλες. Εκτελούν απλές ρυθμικές ασκήσεις με μικρό βαθμό δυσκολίας και συνασκήσεις μεταξύ μικτών ζευγαριών.  Όλοι χωρισμένοι σε 2 μικτές (αγόρια – κορίτσια) ομάδες παίζουν ποδόσφαιρο. Συζητούν για το πώς ένιωσαν τα αγόρια παίζοντας ποδόσφαιρο, που θεωρείται ανδρικό άθλημα, και πως κάνοντας ρυθμική, που θεωρείται γυναικείο. Το ίδιο κάνουν και τα κορίτσια, αντίστοιχα.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ενισχύουν τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών/τριών διαφορετικού φύλου.</li> <li>➤ Αναφέρουν τις διαφορές που υπάρχουν στην απόδοση λόγω φύλου.</li> <li>➤ Τονίζουν το σημαντικό ρόλο και των 2 φύλων στη φυσική αγωγή και τον αθλητισμό.</li> <li>➤ Επισημαίνουν ότι όλα τα παιχνίδια και οι</li> </ul>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Κατανοούν τη διαφορετικότητα των δύο φύλων και να συνεργάζονται οικειοθελώς και ευχάριστα με άτομα διαφορετικού φύλου.</p>	<p>Εκτελούν δραστηριότητες/παιχνίδια κατά τις οποίες συμπεριφέρονται ως άτομα του αντίθετου φύλου. Συζητούν για το τι άλλαξαν στη συμπεριφορά τους όταν συμπεριφέρονταν σαν άτομα του αντίθετου φύλου.</p>	<p>δραστηριότητες μπορούν να τροποποιηθούν ή να δημιουργηθούν καινούρια σύμφωνα με τα φυσικά χαρακτηριστικά των μαθητών της ομάδας.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ενισχύουν το διάλογο και τις νέες ιδέες.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Κατανοούν τις ιδιαιτερότητες των δύο φύλων στα διάφορα αθλήματα.</p> <p>Τροποποιούν δραστηριότητες, παιχνίδια και κανόνες αθλημάτων, ώστε να είναι δυνατή η ισότιμη συμμετοχή και των δυο φύλων σε αυτά.</p>	<p>Παίζουν ομαδικά παιχνίδια/αθλοπαιδιές σε μικτές ομάδες. Συζητούν για το πώς μπορεί η συνεργασία και η σωστή κατανομή ρόλων να βοηθήσει την απόδοση της ομάδας.</p>	
<p><b>Στόχος 3:</b> Ανάπτυξη σεβασμού για τις διαφορές μεταξύ των μαθητών/τριών λόγω διαφορετικών</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Κατανοούν τη διαφορετικότητα των ατόμων ως προς τις αθλητικές ικανότητες.</p> <p>Διασκεδάζουν και να χαίρονται όταν συνεργάζονται με άτομα διαφορετικών ικανοτήτων.</p>	<p>Σε ζευγάρια διαφορετικών ικανοτήτων κάνουν ασκήσεις χαμηλής έντασης και διατάσεις για την επαναφορά του οργανισμού.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Χρησιμοποιούν το <i>αμοιβαίο στιλ διδασκαλίας</i> και παρέχοντας θετική ανατροφοδότηση στη συνεργασία μεταξύ των μαθητών.</li> <li>➤ Τονίζουν ότι καθένας μπορεί να ευχαριστηθεί το μάθημα μέσα από τη συνεργασία με το συμμαθητή του.</li> <li>➤ Κατά τη διάρκεια της εξάσκησης τονίζουν ότι ο</li> </ul>

<p>ικανοτήτων (ή μειονεξία, περισσότερο ή λιγότερο ικανοί μαθητές/τριες) και συνεργασία με άτομα διαφορετικών ικανοτήτων.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Συνεργαστούν με κάποιο άτομο διαφορετικής αθλητικής ικανότητας από τους ίδιους, ξέροντας τι μπορεί να προσφέρουν αυτοί στο συμμαθητή τους, αλλά και τι μπορούν οι ίδιοι να αποκομίσουν από τον συμμαθητή τους.</p>	<p>Χωρισμένοι σε ζευγάρια διαφορετικών ικανοτήτων, εξασκούνται σε διάφορες δεξιότητες (άλμα σε μήκος, σερβίς στην πετοσφαίριση, διείσδυση και σουτ στην καλαθοσφαίριση, μεταβιβάσεις στην ποδοσφαίριση κá), με το στίλ της αμοιβαίας διδασκαλίας.</p>	<p>κάθε μαθητής πρέπει να πάρει και να δώσει ότι μπορεί στον συμμαθητή του.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Τονίζουν τη σημασία του να μπορεί ο καθένας από μόνος του να προσαρμόζει τους στόχους και τις ασκήσεις στα μέτρα των ικανοτήτων του.</li> <li>➤ Χρησιμοποιούν το <i>στίλ του αυτοελέγχου</i> και της <i>διαφοροποίησης του βαθμού δυσκολίας</i>.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Τροποποιούν τους στόχους για όλες τις αθλητικές δραστηριότητες και ασκήσεις που προτείνει ο καθηγητής ΦΑ, ώστε να προσαρμόζονται στις ικανότητές όλων.</p>	<p>Εξασκούνται σε διάφορες δεξιότητες και τροποποιούν, σύμφωνα με τις ικανότητές τους, τους στόχους για τη δεξιότητα που πρόκειται να εκτελέσουν.</p>	
<p><b>Στόχος 4:</b> Ανάπτυξη σεβασμού για τις διαφορές μεταξύ μαθητών/τριών λόγω διαφορετικής καταγωγής (προέλευση, φυλή, εθνικότητα, κοινωνικο-οικονομική κατάσταση, εκπαιδευτική υποδομή</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Κατανοούν τα διαφορετικά στοιχεία που χαρακτηρίζουν και διαφοροποιούν τους μαθητές τους ως προς την καταγωγή. Σέβονται και να συνεργάζονται με άτομα διαφορετικής καταγωγής. Αξιολογούν θετικά τη διαφορετική καταγωγή και να επωφελούνται μαθαίνοντας από συμμαθητές διαφορετικής καταγωγής (π.χ. χορούς, παιχνίδια κá).</p>	<p>Επιλέγουν κάποιο άθλημα ή παιχνίδι που παίζεται με έναν ιδιαίτερο, λίγο ή πολύ διαφορετικό τρόπο, στη χώρα, τον τόπο ή την περιοχή τους ή στη γειτονιά τους, το παρουσιάζουν και εξασκούνται σε αυτό.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Τονίζουν ότι δεν υπάρχει σωστός και λάθος τρόπος που παίζεται μια δραστηριότητα, απλά διαφορετικός.</li> <li>➤ Τονίζουν ότι σκοπός είναι η διασκέδαση και η συμμετοχή όλων.</li> <li>➤ Επισημαίνουν ότι οι τροποποιήσεις των παιχνιδιών και η συνεργασία αποβλέπουν στην απόκτηση γνώσεων για τις διαφορές των πολιτισμών καθώς και στην κατανόηση της ωφέλειας που απορρέει από τη συνεργασία.</li> </ul>



– υπόβαθρο, περιβάλλον που μεγάλωσαν, κ.λ.π.) και συνεργασία μεταξύ ατόμων διαφορετικής καταγωγής.	<b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Αποτιμούν θετικά τα οφέλη που αποκομίζουν από τη συνεργασία τους με παιδιά διαφορετικών πολιτισμών. Διασκεδάζουν και να ευχαριστιούνται μαθαίνοντας χορούς, παιχνίδια, ήθη και έθιμα κά, από διαφορετικούς πολιτισμούς και κουλτούρες.	Βρίσκουν και παρουσιάζουν πληροφορίες για τις ομοιότητες και τις διαφορές ενός παιχνιδιού ή δραστηριότητας μεταξύ διαφορετικών πολιτισμών. Εφαρμόζουν τις δραστηριότητες τροποποιημένες με σκοπό την ενεργή συμμετοχή όλων.	
	<b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Εξερευνούν το εθνικό υπόβαθρο των δραστηριοτήτων όπως είναι οι χοροί, τα παιχνίδια, διάφορα αθλήματα, αθλητικά γεγονότα, κ.ά.	Εντοπίζουν και παρουσιάζουν δραστηριότητες με διαφορετικό εθνικό υπόβαθρο και συμμετέχουν σε αυτές.	

**ΕΝΟΤΗΤΑ: Σκοπός 6- Επίδειξη υπεύθυνης αθλητικής και κοινωνικής συμπεριφοράς ως αποτέλεσμα της συμμετοχής στη ΦΔ.**

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ</b> Ο στόχος έχει επιτευχθεί όταν οι μαθητές είναι ικανοί να:	<b>ΙΔΕΕΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ</b>	
		Η υλοποίηση του στόχου διευκολύνεται όταν για παράδειγμα τα παιδιά.....	Οι εκπαιδευτικοί συμβάλλουν στην υλοποίηση αυτών των στόχων όταν για παράδειγμα:...
<b>Στόχος 1:</b> Εφαρμογή κανόνων και διαδικασιών σε όλα τα περιεχόμενα φυσικής αγωγής με προεκτάσεις και σε	<b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Κατανοούν και να εφαρμόζουν τις οδηγίες του καθηγητή ΦΑ ως προς την τήρηση των κανόνων στο μάθημα ΦΑ με ασφαλή και αποδοτικό τρόπο, χωρίς συχνή και πιεστική επίβλεψη, ατομικά ή σε συνεργασία.	Διαμορφώνουν, σε συνεργασία με τον καθηγητή ΦΑ, 4-5 γενικούς κανόνες για τη διεξαγωγή του μαθήματος και τις κυρώσεις που συνεπάγεται η μη τήρησή τους.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Διδάσκουν και εφαρμόζουν από τα πρώτα μαθήματα ρουτίνες και κανόνες συμπεριφοράς.</li> <li>➤ Τονίζουν ότι η τήρηση των κανόνων και οι συνέπειες από την παραβίασή τους επεκτείνονται και σε άλλους χώρους δράσης.</li> <li>➤ Λειτουργούν ως πρότυπα για τα παιδιά εφαρμόζοντας πρώτα αυτοί υπεύθυνα και</li> </ul>

<p>άλλους χώρους δράσης, με στόχο την ατομική και συλλογική επιτυχία και ευημερία.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Κατανοούν και να εφαρμόζουν τις οδηγίες του καθηγητή ΦΑ ως προς την τήρηση των κανόνων στο μάθημα και σε άλλους χώρους δράσης (π.χ, σπίτι, εξωσχολικές αθλητικές δραστηριότητες, άλλα μαθήματα κλπ). ατομικά ή σε συνεργασία με άλλους.</p>	<p>Οι μαθητές σε συνεργασία με τον καθηγητή ΦΑ, καθορίζουν έναν εβδομαδιαίο στόχο για εφαρμογή 2-3 κανόνων για ασφάλεια και αποτελεσματικότητα σε δυο χώρους δράσης (στο διάλειμμα και στο σπίτι).</p>	<p>δίκαια τους κανόνες.</p> <p>➤ Ορίζουν τα σημεία έμφασης στο σχεδιασμό, την οργάνωση και την υλοποίηση των δραστηριοτήτων/παιχνιδιών (συμμετοχή όλων με πιθανότητες επιτυχίας, μη αποκλεισμός από ρόλους, προσανατολισμός στη βελτίωση και όχι στη νίκη κά).</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Επιδεικνύουν (ατομικά ή σε συνεργασία) σημαντική αυτονομία ως προς την εφαρμογή των κανόνων σε χώρους ΦΔ, με ασφαλή και αποδοτικό τρόπο και σεβασμό προς τους άλλους.</p>	<p>Αναφέρουν 2-3 ατομικές ΦΔ, 2-3 δραστηριότητες που απαιτούν συνεργασία, ένα ομαδικό παιχνίδι συναγωνισμού και ένα ομαδικό συνεργασίας. Σε μικρές ομάδες καταλήγουν στις δραστηριότητες στις οποίες θα εξασκηθούν, στα παιχνίδια που θα παίξουν και στους κανόνες που θα ισχύσουν.</p>	
<p><b>Στόχος 2:</b> Δυνατότητα συμμετοχής όλο και πιο ενεργά και ενσυνείδητα στην λήψη αποφάσεων και στη διαμόρφωση</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Επιδεικνύουν ικανότητα προβληματισμού και συζήτησης με τον καθηγητή ΦΑ και τους συμμαθητές τους, συμβάλλοντας με αυτόν τον τρόπο στην επίλυση προβλημάτων οργάνωσης ή υλοποίησης ΦΔ και αθλοπαιδιών.</p>	<p>Σχεδιάζουν και οργανώνουν τη διαδικασία υλοποίησης του επόμενου μαθήματος (στόχους, χώρο, εξοπλισμό, χρόνο, ομάδες κά). Εντοπίζουν παράγοντες που μπορεί να προκαλέσουν προβλήματα και προτείνουν εναλλακτικές λύσεις για αυτές τις περιπτώσεις.</p>	<p>➤ Ενθαρρύνουν τον κάθε μαθητή να εκφράσει την άποψή του.</p> <p>➤ Αποφεύγουν τα αρνητικά σχόλια.</p> <p>➤ Ζητούν τεκμηρίωση των προτάσεων με επιχειρήματα.</p>

<p>κανόνων, με σκοπό την αποδοτικότερη διεξαγωγή του μαθήματος και την εκτέλεση των φυσικών δραστηριοτήτων.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Επιδεικνύουν ικανότητα προβληματισμού για την εφαρμογή κανόνων σε ΦΔ σε άλλους χώρους δράσης.</p> <p>Συζητούν με τον καθηγητή ΦΑ και τους συμμαθητές τους, με στόχο την προώθηση της ατομικής και συλλογικής υπευθυνότητας σε όλους τους τομείς της σχολικής ζωής.</p>	<p>Παίζουν ένα ομαδικό παιχνίδι συμμετέχοντας όλοι στη λήψη αποφάσεων που αφορούν το παιχνίδι.</p>	<p>➤ Τονίζουν ότι ο προσανατολισμός πρέπει να εστιάζει κυρίως στη μάθηση, στην ατομική βελτίωση και στη διαδικασία και όχι τόσο στο αποτέλεσμα.</p>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Επιδεικνύουν αυτονομία στην ανάληψη πρωτοβουλιών μαζί με άλλους συμμαθητές για προώθηση ΦΔ στο σχολείο.</p>	<p>Βρίσκουν πληροφορίες, σχεδιάζουν και οργανώνουν μία δεκάλεπτη διδασκαλία στους συμμαθητές τους, μη διαδεδομένων ΦΔ/σπορ (με βίντεο, φωτογραφίες, σκίτσα, έντυπα με περιγραφή κανόνων, ωφελειών στην υγεία, μέθοδο εκμάθησης κá).</p>	
<p><b>Στόχος 3:</b> Αποφυγή διαμαχών, ανάπτυξη τεχνικών επίλυσης συγκρούσεων και θετική επίδραση της συμπεριφοράς των άλλων.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α' τάξη):</b> Επιλύουν με τους συμμαθητές τους αμφισβητούμενες φάσεις κατά τη διεξαγωγή παιχνιδιών, χωρίς την παρέμβαση του καθηγητή ΦΑ.</p>	<p>Παίζουν παιχνίδι ρόλων σε μια υποθετική αμφισβητούμενη φάση. Οι υπόλοιποι μαθητές αξιολογούν τις συμπεριφορές, τη χρησιμοποίηση κατάλληλων στρατηγικών επίλυσης, προτείνουν εναλλακτικές λύσεις και επιβραβεύουν τις σωστές συμπεριφορές.</p>	<p>➤ Τονίζουν τις στρατηγικές επίλυσης συγκρούσεων καθώς και την αξία της αποφυγής των συγκρούσεων ή εναλλακτικά της ειρηνικής και δίκαιης επίλυσης.</p> <p>➤ Επιβραβεύουν τις σωστές συμπεριφορές που επιλύουν το πρόβλημα.</p>

	<p><b>Επιδίωξη 1 (Β΄ τάξη):</b> Εφαρμόζουν γνώσεις που έμαθαν μέσα από τη συμμετοχή του σε ΦΔ για την επίλυση συγκρούσεων σε άλλους χώρους δράσης (για παράδειγμα στο σπίτι, στο διάλειμμα, στην παρέα κλπ).</p>	<p>Εξασκούνται σε αθλητικές δεξιότητες ή παίζουν ομαδικά παιχνίδια. Σε κάθε περίπτωση που αντιλαμβάνονται την εφαρμογή μιας τεχνικής χειρισμού επίλυσης ή αποφυγής σύγκρουσης από τον εαυτό τους ή τους συμμαθητές τους, την καταγράφουν.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Τονίζουν στους μαθητές ότι είναι σημαντικό να κατανοούν σωστά και να εξηγούν τη συμπεριφορά των άλλων.</li> <li>➤ Επιβραβεύουν την αποτελεσματική διαμεσολάβηση που οδηγεί σε θετικά αποτελέσματα.</li> </ul>
	<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ΄ τάξη):</b> Επιδεικνύουν ανάληψη πρωτοβουλιών που αποσκοπούν στην πρόληψη συγκρούσεων σε χώρους ΦΔ.</p> <p>Παρουσιάζουν επιχειρήματα και να προσπαθούν να αποτρέψουν προστριβές μεταξύ συμμαθητών του που ασκούνται στον ίδιο χώρο με αυτούς.</p>	<p>Γράφει πραγματικούς ή υποθετικούς διάλογους σύγκρουσης σε χώρους ΦΔ. Σε ζευγάρια (εναλλάξ), ο ένας μαθητής παρουσιάζει και ο άλλος ακούει προσεκτικά, κάνει ερωτήσεις, εντοπίζει τις προτεραιότητες και τις ανάγκες κάθε πλευράς και αναπτύσσει εναλλακτικές λύσεις.</p>	
<p><b>Στόχος 4:</b> Ικανότητα αξιολόγησης την προσωπικής προόδου, καθορισμού στόχων βελτίωσης, αποτελεσματικής αξιοποίηση του χρόνου και του εξοπλισμού και επιμονή στην επιδίωξη των στόχων.</p>	<p><b>Επιδίωξη 1 (Α΄ τάξη):</b> Θέτουν προσωπικούς στόχους για βελτίωση σε χώρους ΦΔ και να καταγράφουν την πρόοδό τους σε συνεργασία με τον καθηγητή ΦΑ.</p>	<p>Καθορίζουν, σε συνεργασία με τον καθηγητή ΦΑ, στόχους τριμήνου για προσωπική βελτίωση στις δεξιότητες που έχουν επιλέξει (για παράδειγμα βελτίωση της ευστοχίας στο σουτ στο μπάσκετ τουλάχιστον 20%, βελτίωση στην αντοχή των κοιλιακών κατά 5 τουλάχιστο επαναλήψεις στο 1 λεπτό κά).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Δίνουν έμφαση στην αποφυγή συγκρίσεων και στη ρεαλιστική/τίμια καταγραφή της αρχικής επίδοσης.</li> <li>➤ Τονίζουν την αξία της θέσπισης ατομικών στόχων και την καταβολή επίμονης προσπάθειας για την επίτευξή τους.</li> <li>➤ Ενισχύουν τον καθορισμό ρεαλιστικών, πραγματοποιήσιμων στόχων.</li> </ul>

<p><b>Επιδίωξη 1 (Β' τάξη):</b> Θέτουν προσωπικούς στόχους για βελτίωση σε διάφορους χώρους δράσης σε συνεργασία με τον καθηγητή ΦΑ.</p> <p>Να καταγράψουν την πρόοδό τους και να την συγκρίνουν με την αντίστοιχη πρόοδο που παρουσιάζουν σε χώρους ΦΔ.</p>	<p>Καθορίζουν ημερήσιους στόχους για προσωπική βελτίωση για την επόμενη εβδομάδα στη ΦΑ (10 λεπτά την ημέρα περισσότερη άσκηση), στα Μαθηματικά (επίλυση μίας άσκησης παραπάνω κάθε φορά) και Νέα Ελληνικά (10 λεπτά διάβασμα παραπάνω κάθε φορά). Στη διάρκεια της εβδομάδας αξιολογούν και καταγράφουν την πορεία τήρησης των στόχων τους.</p>		<p>➤ Αναφέρουν τα στάδια <i>αυτό-ρύθμισης</i> στη μάθηση (αυτοπαρατήρηση και αυτοαξιολόγηση, σχεδιασμός και καθορισμός στόχων, εφαρμογή στρατηγικών και έλεγχός τους, έλεγχος αποτελεσμάτων και βελτίωση στόχων και στρατηγικών).</p>
<p><b>Επιδίωξη 1 (Γ' τάξη):</b> Επιδεικνύουν σημαντικό βαθμό αυτονομίας στον καθορισμό στόχων σε χώρους ΦΔ και στην καταγραφή της προόδου τους.</p> <p>Να εντοπίζουν ανασταλτικούς παράγοντες στην επίτευξη των στόχων τους και να σχεδιάζουν στρατηγικές για ξεπέραςμα των εμποδίων.</p>	<p>Παρουσιάζουν στο σύνολο της τάξης τους στόχους τους. Οι μαθητές συζητούν τις συνδέσεις μεταξύ των άμεσων στόχων και των μελλοντικών επιτυχιών.</p>		

Η ισχύς της παρούσης αρχίζει από το Σχολικό Έτος 2011-2012.

Η απόφαση αυτή να δημοσιευθεί στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως.

**Η ΥΦΥΠΟΥΡΓΟΣ**

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΧΡΙΣΤΟΦΙΛΟΠΟΥΛΟΥ**

