



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ  
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ  
ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΕΙΑ - ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

Διπλωματική Εργασία με τίτλο:

«ΧΑΡΤΟΓΡΑΦΗΣΗ ΤΩΝ ΔΡΑΣΕΩΝ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΤΗΝ ΠΕΝΤΑΕΤΙΑ 2013-2018 ΣΕ ΓΕΝΙΚΑ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ. Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟ».

«MAPPING THE HEALTH PROMOTIONS PROGRAMS DURING THE PERIOD 2013-2018 IN GENERAL AND SPECIAL SCHOOLS. THE CASE OF HERAKLION».

Της ΧΑΛΚΙΤΗ ΕΛΕΝΗΣ

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: κ. ΛΙΟΝΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ  
ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΕΣ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΕΣ: κ. ΓΚΟΤΣΗ ΜΑΡΙΕΝΤΙΝΑ  
κ. ΚΟΥΤΡΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ

ΗΡΑΚΛΕΙΟ, ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2020

## Περίληψη

Το σχολείο μέσα από το ρόλο που ασκεί δημιουργεί και διαμορφώνει τη στάση ζωής των μαθητών, τις αξίες, τις δεξιότητες, τη συμπεριφορά τους. Ιδιαίτερα σε θέματα προαγωγής της υγείας ο ρόλος του μπορεί να είναι καθοριστικός προκειμένου να βελτιωθούν και να διαμορφωθούν οι συνήθειες των μαθητών. Μελετώντας κανείς τη βιβλιογραφία μπορεί να διαπιστώσει ότι οι εκπαιδευτικοί μπορούν να ασκήσουν αυτό το ρόλο, χρειάζεται όμως συγκεκριμένη εκπαίδευση και επιμόρφωση σχετικά με τα θέματα υγείας. Κύριος σκοπός της εργασίας ήταν να καταγραφούν και να κατηγοριοποιηθούν τα προγράμματα Αγωγής Υγείας που υλοποιήθηκαν κατά τα σχολικά έτη 2013-2018. Για το λόγο αυτό αξιοποιήθηκαν τα αρχεία του αποθετηρίου των σχολικών δραστηριοτήτων που διατηρούνται στη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης του νομού Ηρακλείου. Το συγκεκριμένο ζήτημα προσεγγίστηκε τόσο θεωρητικά, σύμφωνα με τη σχετική βιβλιογραφία, όσο και εμπειρικά, βάσει των αρχείων της υπηρεσίας. Η επισκόπηση και η ανάλυση των αρχείων φανερώνουν ότι υλοποιούνται αρκετές δράσεις στο νομό Ηρακλείου. Οι περισσότερες από αυτές εστιάζουν σε θέματα διατροφής, φυσικής άσκησης και διαπροσωπικών σχέσεων. Στα συγκεκριμένα αρχεία δε φάνηκε να έχει καταγραφεί κάποιο πρόγραμμα σχετικά με τη σεξουαλική αγωγή των μαθητών, σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, προγράμματα που να αφορούν ασθένειες όπως: AIDS, ηπατίτιδα Β, Μεσογειακή αναιμία, καρδιαγγειακά νοσήματα αλλά και προγράμματα διαπολιτισμικής προσέγγισης της Υγείας και της Ασθένειας όπως και προγράμματα προσέγγισης της Υγείας μέσω της μυθιστοριογραφίας και της ποίησης.

Λέξεις κλειδιά:

Αγωγή Υγείας, Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση, Προγράμματα, Σχολείο, Εκπαιδευτικοί

## Abstract

Through its role, school creates and shapes students' attitudes, values, skills, and behaviors. Its role can be crucial in the matter of health promotion, as school improves and shapes students' habits. The literature review underlines also, the importance of teachers' role. The main purpose of this thesis is to record and categorize the Health Education programs that were implemented during the 2013-2018 school years. The archives were retrieved from the school's activity repository which is dericted by the Directorate of Secondary Education of Heraklion. This issue was approached both theoretically, according to the relevant literature, and empirically, based on respiratory's records. The review and analysis of the archives show that several actions are being implemented in the region of Heraklion. Most of them focus on nutrition, physical activity and interpersonal relationships. There are no programs listed, related to students' sexual education, sexually transmitted diseases, programs related to diseases such as: AIDS, hepatitis B, Mediterranean anemia, cardiovascular diseases, or intercultural health programs and programs that health is approached through fiction and poetry.

Key words: Health Education, Health Promotion, Secondary Education, Programs, School, Teacher

Ευχαριστίες

Με την ολοκλήρωση της παρούσας προσπάθειας, θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους όσους στάθηκαν πλάι μου και με βοήθησαν ο καθένας με τον δικό του τρόπο.

Ιδιαίτερα, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον καθηγητή, κ. Λιονή Χρήστο για την ευκαιρία που μου παρείχε να αποτελέσω μέρος – μέλος του συγκεκριμένου κύκλου μεταπτυχιακών σπουδών. Ως επιβλέπων καθηγητής της εργασίας μου ήταν άξιος συμπαράστατης, καθοδηγητής και σύμβουλος.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω ακόμα τις επιβλέπουσες καθηγήτριες, κ. Γκότση Μαριεντίνα και κ. Κούτρα Αικατερίνη για τις χρήσιμες συμβουλές και επισημάνσεις τους.

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω την οικογένειά μου και τους φίλους τους για την αμέριστη συμπαράσταση που έδειξαν καθόλη τη διάρκεια των σπουδών μου.

Κλείνοντας, θα ήθελα να παραθέσω τα λόγια του Carl Rogers (1959):

«Ξέρω ότι δεν μπορώ να διδάξω τίποτα σε κανέναν. Μπορώ να δημιουργήσω ένα περιβάλλον μέσα στο οποίο κάποιος θα μπορεί να μάθει κάτι».



## Εισαγωγή

Η Προαγωγή Υγείας αποτελεί ένα ευρύ επιστημονικό πεδίο το οποίο μπορεί να βρει εφαρμογή σε αρκετές από τις εκφάνσεις της ζωής του ατόμου. Τα τελευταία χρόνια το ενδιαφέρον για τα θέματα Αγωγής Υγείας είναι έντονο, τα προγράμματα που σχεδιάζονται δεν αφορούν μόνο τους ευάλωτους πληθυσμούς αλλά ολόκληρες κοινότητες με αποτέλεσμα να δίνεται έμφαση στη βελτίωση των συνθηκών της ζωής του ατόμου, στη διαμόρφωση ενός υγιούς lifestyle και στην επίτευξη του ευ ζην.

Ειδικότερα, η Αγωγή Υγείας ως πρόκληση της Προαγωγής Υγείας είναι "η διεπιστημονική διαδικασία, η οποία αποβλέπει στη μετάδοση γνώσεων και την εμπέδωση έξεων στα παιδιά και σε κάθε άνθρωπο γενικά για τη διαμόρφωση καλύτερων συνθηκών διαβίωσης και υγιεινής. Ιδιαίτερα, αποσκοπεί στη συνειδητοποίηση αξιών και την υιοθέτηση συνηθειών και ευρύτερων στάσεων ζωής, οι οποίες προάγουν τη σωματική, ψυχική, πνευματική και κοινωνική ευεξία και απελευθερώνουν τις ανθρώπινες δυνατότητες" (Ιωαννίδη, 2003, σ.1).

Στην Ελλάδα, η σημασία που λαμβάνει ιδιαίτερα, η έννοια της σχολικής Αγωγής Υγείας δίνεται από το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Πρόκειται λοιπόν για μία "διαθεματική δραστηριότητα, η οποία συμβάλλει στην αναβάθμιση της σχολικής ζωής και στη σύνδεση του σχολείου με την κοινωνική πραγματικότητα. "Σκοπός της Αγωγής Υγείας είναι η προάσπιση, η βελτίωση και η προαγωγή της ψυχικής και σωματικής υγείας και της κοινωνικής ευεξίας των μαθητών", για την επίτευξη των οποίων αναπτύσσονται οι κοινωνικές δεξιότητες και οι κριτική σκέψη των μαθητών. Ανάμεσα στους στόχους της Αγωγής Υγείας περιλαμβάνονται η προάσπιση και η προαγωγή της ψυχικής και σωματικής υγείας και της κοινωνικής ευεξίας, η πρόληψη του αποκλεισμού των νεαρών ατόμων από την κοινωνία και την αγορά εργασίας, η ανάπτυξη δεξιοτήτων και η διαμόρφωση ατόμων με κριτική στάση, η μείωση της σχολικής αποτυχίας και της πρόωρης εγκατάλειψης της υποχρεωτικής εκπαίδευσης" (Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, χ.χ., σ. 17).

Το έναυσμα για την παρούσα εργασία προκύπτει από την ανάγκη για περαιτέρω διερεύνηση του ζητήματος της σχολικής Αγωγής Υγείας. Βιβλιογραφικά, υπάρχουν αρκετές αναφορές για το σχολείο ως μέσο προαγωγής της υγείας καθώς και αναφορές για προγράμματα που έχουν εφαρμοστεί. Θεώρησα γόνιμο να γίνει προσπάθεια καταγραφής των προγραμμάτων που έχουν υλοποιηθεί στο νομό Ηρακλείου,

προκειμένου να υπάρξει προβληματισμός τόσο για το περιεχόμενο και για το σχεδιασμό των προγραμμάτων όσο και για τη συχνότητα αυτών.

Η διάρθρωση της εργασίας είναι σύμφωνη με τα ακόλουθα κεφάλαια:

Κεφάλαιο 1. Η Υγεία: 1.1. Ορισμός της υγείας, 1.2. Δημόσια Υγεία, 1.3. Προαγωγή Υγείας, 1.4. Αγωγή Υγείας

Κεφάλαιο 2. Η Αγωγή Υγείας στο σχολείο: 2.1. Το σχολείο ως χώρος προαγωγής της υγείας, 2.2. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού, 2.3. Οι ρόλοι του εκπαιδευτικού κατά την υλοποίηση προγραμμάτων Αγωγής Υγείας, 2.4. Η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών, 2.5. Παραδείγματα Προγραμμάτων Αγωγής Υγείας

Κεφάλαιο 3. Τα προγράμματα Αγωγής Υγείας στην Ελλάδα, 3.1. Αναλυτικό Πρόγραμμα & Αγωγή Υγείας, 3.2. Σχεδιασμός Προγραμμάτων Αγωγής Υγείας, 3.3. Η θεματολογία των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας

Κεφάλαιο 4. Μεθοδολογία Διεξαγωγής της εργασίας: 4.1. Σκοπός και στόχοι, 4.2. Ερευνητικά ερωτήματα, 4.3. Μέθοδος συλλογής δεδομένων, 4.4. Περιορισμοί της Έρευνας, 4.5. Παρουσίαση των Αποτελεσμάτων, 4.6. Συζήτηση

Παράρτημα

Βιβλιογραφία

## Κεφάλαιο 1. Η Υγεία

### 1.1. Ορισμός της υγείας

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ) η υγεία ορίζεται ως «η κατάσταση της πλήρους σωματικής ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι απλώς η απουσία ασθένειας και αναπηρίας». Προκειμένου να προστατευτεί η υγεία είναι απαραίτητο να συντρέχουν κάποιες προϋποθέσεις, όπως: η ειρήνη, η στέγη, η εκπαίδευση, η διατροφή, το εισόδημα, το σταθερό οικοσύστημα, οι επαρκείς πόροι, η κοινωνική δικαιοσύνη και η ισότητα (WHO, 1986).

Η υγεία των ατόμων και των κοινοτήτων επηρεάζεται από ένα σύνολο παραγόντων, οι οποίοι συνδυάζονται μεταξύ τους. Οι παράγοντες έχουν ταξινομηθεί σε ευρείες κατηγορίες από τις οποίες προκύπτει η άρρηκτη σχέση της αλληλεπίδρασης που ασκούν στο άτομο:

- Κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες: εισόδημα, διαπροσωπικές σχέσεις, εκπαίδευση, εργασία, υποστηρικτικά δίκτυα
- Περιβαλλοντικοί παράγοντες: οικοσύστημα, ασφαλείς συνθήκες εργασίας διαβίωσης και εργασίας
- Ατομικά χαρακτηριστικά και τρόπος ζωής: βιολογικά χαρακτηριστικά, φύλο, τρόπος ζωής, ισορροπημένη διατροφή, φυσική άσκηση, κατανάλωση αλκοόλ

(WHO, χ.χ.)

Στην εποχή μας, πράγματι, φαίνεται να σχετίζονται το φυσικό και το κοινωνικό περιβάλλον στο οποίο το άτομο ζει με την εμφάνιση ή και διατήρηση χρόνιων νοσημάτων. Η αντιμετώπιση αυτών παύει να απασχολεί μονάχα τον κλάδο της Ιατρικής καθώς απαιτείται ολιστική αντιμετώπιση και συνέργια με άλλες ειδικότητες.

### 1.2. Δημόσια Υγεία

Για την Δημόσια Υγεία έχουν υπάρξει αρκετοί ορισμοί. Για τον Winslow (1920) Δημόσια Υγεία είναι «η επιστήμη και η τέχνη της πρόληψης της νόσου, της επιμήκυνσης της ζωής, μέσα από τις οργανωμένες προσπάθειες της κοινωνίας, των οργανισμών, δημόσιων και ιδιωτικών, των κοινοτήτων και των μεμονωμένων ατόμων» (Gatseva & Argirova, 2011).

Στη χώρα μας βάσει του Ν.3370/2005 έχει υιοθετηθεί ο εξής ορισμός για τη δημόσια υγεία:



Η δημόσια υγεία είναι επένδυση για τη διατήρηση και βελτίωση του ανθρώπινου κεφαλαίου της χώρας. Ως δημόσια υγεία ορίζεται το σύνολο των οργανωμένων δραστηριοτήτων της πολιτείας και της κοινωνίας, που είναι επιστημονικά τεκμηριωμένες και αποβλέπουν στην πρόληψη νοσημάτων, στην προστασία και την προαγωγή της υγείας του πληθυσμού, στην αύξηση του προσδόκιμου επιβίωσης και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής. Η δημόσια υγεία έχει χαρακτήρα πολυτομεακό, απευθύνεται κυρίως σε πληθυσμούς και κοινότητες και, ως έννοια, είναι ευρύτερη της υγιεινής και της πρόληψης ή της κοινωνικής ιατρικής ή της ιατρικής στη δημόσια υγεία. Η δημόσια υγεία περιλαμβάνει διατομεακές δραστηριότητες και ασκείται με διεπιστημονική μεθοδολογία και προσέγγιση. Η δημόσια υγεία είναι, πρωτίστως, άσκηση δημόσιας πολιτικής και γίνεται με την ευθύνη του κράτους.

(Εφημερίς της Κυβερνήσεως, 2005, σ. 2833)

Ένας άλλος ορισμός για τη Δημόσια Υγεία παρατίθεται στο Εθνικό Σχέδιο Δράσης του Υπουργείου Υγείας. Η Δημόσια Υγεία είναι «η συλλογική δράση για αειφόρο ανάπτυξη της υγείας του πληθυσμού» (Beaglehole & Bonita, 2004 στο Υπουργείο Υγείας, 2019). Το Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τη Δημόσια Υγεία αποβλέπει στη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης και της ποιότητας ζωής του πληθυσμού. Το Εθνικό Σχέδιο Δράσης του Υπουργείου Υγείας που αφορά τα έτη 2019 έως 2022, επικεντρώνεται στην αντιμετώπιση των επιπτώσεων του φυσικού περιβάλλοντος και των δραστηριοτήτων στην υγεία του ατόμου. Εστιάζει στις ανάγκες των ευάλωτων πληθυσμών, στη διαμόρφωση και υιοθέτηση καλών πρακτικών που θα έχουν ως απώτερο σκοπό την υγεία και τη βιωσιμότητα. Στο εγχειρίδιο που έχει αναρτηθεί από το Υπουργείο Υγείας αναφέρονται οι άξονες δράσης και τα κριτήρια επιλογής αυτών. Αρχικά, στα κριτήρια συμπεριλαμβάνονται: η νοσοεπιβάρυνση, οι οικονομικές δυνατότητες και οι πόροι του συστήματος υγείας καθώς και οι έκτακτες καταστάσεις που προκαλούνται από τις διεθνείς οικονομικές και πολιτικές συγκυρίες. Οι άξονες που προκύπτουν και βάσει των οποίων αναπτύσσεται το Εθνικό Σχέδιο Δράσης Δημόσιας Υγείας (ΕΣΔ-ΔΥ) συνοψίζονται ως εξής:

- Άξονας 1: Γεφύρωση της παροχής πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας με τις δράσεις δημόσιας υγείας

- Άξονας 2: Πρόληψη και έλεγχος των μη μεταδιδόμενων χρόνιων νοσημάτων (MMN)
- Άξονας 3: Κοινωνικές ανισότητες και πρόσβαση στις υπηρεσίες φροντίδας υγείας – Οικονομία της Δημόσιας Υγείας
- Άξονας 4: Στρατηγικές για την αντιμετώπιση της μικροβιακής αντοχής (ΜΑ) και των λοιμώξεων που συνδέονται με την υγειονομική περίθαλψη (ΛΣΥΠ)
- Άξονας 5: Διαχείριση εμβολίων και εμβολιασμών: πρόληψη και ανοσοποίηση
- Άξονας 6: Καταστάσεις έκτακτης ανάγκης στον τομέα της υγείας: Διεθνείς Κανονισμοί Υγείας (ΔΚΥ), διασυνοριακές απειλές, μεταδοτικές ασθένειες
- Άξονας 7: Η αποτελεσματικότητα των υπηρεσιών Δημόσιας Υγείας στην Ελλάδα: μεταρρύθμιση, αναδιοργάνωση και διακυβέρνηση των υπηρεσιών

(Υπουργείο Υγείας, 2019, σ. 8-15)

Στη διακήρυξη της Alma Ata, υπογραμμίζεται ότι το γενικό όραμα είναι να προωθηθεί η βιωσιμότητα και η βελτίωση της ευημερίας ενισχύοντας ταυτόχρονα ολοκληρωμένες υπηρεσίες δημόσιας υγείας και μειώνοντας τις ανισότητες. Προκειμένου να επιτευχθεί αυτό το όραμα η προσέγγιση της δημόσιας υγείας συνεπάγεται τη συνεργασία με άλλους τομείς για να αντιμετωπιστούν ευρύτερα οι παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία. Οι προκλήσεις που αντιμετωπίζει η δημόσια υγεία σε ολόκληρη την Ευρώπη είναι η οικονομική κρίση, η γήρανση του πληθυσμού, η υψηλή επίπτωση των χρόνιων νοσημάτων, οι μεταναστευτικές ροές, η αστικοποίηση, οι περιβαλλοντικές απειλές και η αλλαγή του κλίματος (WHO, χ.χ.).

Επακόλουθο των όσων παρατέθηκαν για την Υγεία και τη Δημόσια Υγεία είναι ότι η έννοια της υγείας δεν είναι πλέον μία έννοια στατική αλλά αποκτά μία μεταβλητότητα, αφού επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες κατά τη διάρκεια της ζωής του ατόμου γι αυτό και η αντιμετώπιση της απαιτεί τη συνεργασία διάφορων τομέων και την άσκηση ενιαίας πολιτικής.

### 1.3. Προαγωγή Υγείας

Προτού γίνει η ανάλυση για την Αγωγή Υγείας και τις διαστάσεις που λαμβάνει εντός του χώρου της εκπαίδευσης, κρίνεται αναγκαίο να παρουσιαστούν εν συντομία κάποιιοι από τους κυριότερους ορισμούς που αφορούν την Προαγωγή Υγείας και την Αγωγή Υγείας.

Στην 34η γενική συνέλευση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας τέθηκε ως στρατηγική επιδίωξη το πρόγραμμα «Υγεία για όλους το έτος 2000» (Health For All by the year 2000 - HFA 2000). Οι στόχοι που τέθηκαν αφορούσαν την ανάπτυξη της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας (Π.Φ.Υ.), την πρόληψη νοσημάτων, την αναβάθμιση του κοινωνικού περιβάλλοντος και τη διαμόρφωση υγιεινών στάσεων και συμπεριφορών. Το 1986, με την διακήρυξη της Οττάβας ορίστηκε η πολιτική της Προαγωγής Υγείας (Health Promotion) προκειμένου να επιτευχθούν οι στόχοι. Σύμφωνα με τη διακήρυξη του Π.Ο.Υ «Προαγωγή Υγείας είναι η διαδικασία μέσα στην οποία τα άτομα γίνονται ικανά να αναπτύξουν τον έλεγχο πάνω στην υγεία τους και να τη βελτιώσουν. Η άποψη αυτή απορρέει από μια ευρύτερη αντίληψη που ταυτίζει την υγεία με τη δυνατότητα που έχει ένα άτομο ή μια ομάδα, να μπορεί από τη μια να πραγματοποιεί τις επιθυμίες του και να ικανοποιεί τις ανάγκες του και από την άλλη να μεταβάλλει το περιβάλλον ή να προσαρμόζεται σ' αυτό. Συνακόλουθα, η υγεία θα πρέπει να θεωρείται σαν συντελεστής της καθημερινής ζωής και όχι σαν αυτοσκοπός. Είναι δηλαδή μια θετική έννοια που δίνει έμφαση στις κοινωνικές και προσωπικές δυνατότητες και ικανότητες» (Τούντας, χ.χ.).

### 1.4. Αγωγή Υγείας

Στο γλωσσάρι που είχε εκδώσει ο Π.Ο.Υ (1998) δίνεται ο ορισμός για την Αγωγή Υγείας σύμφωνα με τον οποίο «η αγωγή υγείας δεν περιλαμβάνει μονάχα την μετάδοση πληροφοριών αλλά την ενίσχυση των κινήτρων, των δεξιοτήτων και της αυτοαποτελεσματικότητας του ατόμου προκειμένου να λάβει μέτρα σχετικά με τη βελτίωση της υγείας του». Ακόμη, στην συγκεκριμένη έννοια περιλαμβάνονται η παροχή πληροφοριών σχετικά με τις κοινωνικές, οικονομικές και περιβαλλοντικές συνθήκες που επηρεάζουν τη ζωή του ατόμου, τους παράγοντες κινδύνου που

απορρέουν από τη συμπεριφορά του καθώς και παράγοντες που σχετίζονται με τη χρήση των υπηρεσιών υγείας (WHO, 1998, σ.4).

Σε άλλον ορισμό για την Αγωγή Υγείας η έννοια περιγράφεται ως «τη διαδικασία εκείνη που βοηθάει τα άτομα να παίρνουν αποφάσεις, να υιοθετούν συμπεριφορές και να δρουν σύμφωνα με τις ανάγκες που επιβάλλει η προάσπιση και η προαγωγή της υγείας τους. Η Αγωγή Υγείας αφορά όλες εκείνες τις εμπειρίες ενός ατόμου, μιας ομάδας ή μιας κοινότητας, που επιδρούν και επηρεάζουν τις αξίες, τις στάσεις, τις συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία» (Τούντας, χ.χ.).

Κατά συνέπεια, η Αγωγή Υγείας είναι κάτι παραπάνω από τη μετάδοση πληροφοριών για θέματα υγείας, αφορά την καλλιέργεια συμπεριφορών και την ενίσχυση της ατομικής βούλησης έτσι ώστε το άτομο να μπορεί να βελτιώνει και να προάγει την υγεία του.

## Κεφάλαιο 2. Η Αγωγή Υγείας στο σχολείο

### 2.1. Το σχολείο ως χώρος προαγωγής της υγείας

Το 1991 ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας από κοινού με την Unesco συμφώνησαν στις οδηγίες που πρέπει να συμπεριλαμβάνονται όταν γίνεται λόγος για την ενιαία εκπαίδευση σε θέματα υγείας (*Comprehensive School Health Education*). Ενιαία εκπαίδευση σημαίνει ότι η υγεία αντιμετωπίζεται ολιστικά, χρησιμοποιούνται όλες οι εκπαιδευτικές δυνατότητες (επίσημο, ανεπίσημο αναλυτικό πρόγραμμα), γίνεται προσπάθεια για αποκωδικοποίηση και εναρμόνιση των ερεθισμάτων που λαμβάνουν οι μαθητές (π.χ. μέσα μαζικής ενημέρωσης, οικογενειακό και ευρύτερα κοινωνικό τους περιβάλλον) αναφορικά με την υγεία, ενδυναμώνονται τα παιδιά και οι νέοι για ανάληψη δράσεων και βελτίωση των συνθηκών ζωής τους. Αναγνωρίζοντας τη μοναδικότητα κάθε χώρας, είτε αυτό αφορά αμιγώς τα ζητήματα υγείας που πραγματεύεται είτε τις ηθικές αξίες είτε τη δομή το συστήματός της, δίνονται οδηγίες σχετικά με τις αξίες που διαπνέουν το πρόγραμμα. Για την εφαρμογή τους απαιτείται πολιτική βούληση σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο, απαιτείται ενοποιημένη αντιμετώπιση των εθνικών ζητημάτων υγείας και εκπαίδευσης, αξιοποίηση των διεθνών κινημάτων και προγραμμάτων για την υγεία, ενεργή συμμετοχή των εκπαιδευτικών και των μαθητών στις δράσεις (WHO, UNESCO, & UNICEF, 1992).

Ένα σχολείο που προάγει στάσεις και συμπεριφορές μπορεί να είναι και ένα σχολείο που προάγει την υγεία. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με διάφορους τρόπους ανάλογα με το πλαίσιο στο οποίο εφαρμόζονται κάθε φορά οι παρεμβάσεις. Τα σχολεία μπορούν να αναζητήσουν κατευθυντήριες γραμμές στον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, σε διάφορα ευρωπαϊκά προγράμματα ή σε άλλες οργανώσεις. Στην παρούσα φάση θα παρουσιαστούν οι κατευθυντήριες γραμμές όπως τις έχει συγκεντρώσει ο Π.Ο.Υ. Αρχικά, γίνεται λόγος για ένα σχολείο το οποίο αξιοποιεί όλα τα μέσα που διαθέτει προκειμένου να επιτύχει την υγεία και την εκπαίδευση. Στην προσπάθεια του αυτή εμπλέκονται και άλλοι φορείς εκτός του σχολείου, όπως είναι οι διευθύνσεις εκπαίδευσης, οι γονείς, οι μαθητές, οι επαγγελματίες υγείας, οι διοικητικές αρχές, η κοινότητα. Βασικός άξονας των προγραμμάτων και των πολιτικών που προωθούνται από το σχολείο είναι ο σεβασμός στην ευημερία και στην αξιοπρέπεια του ατόμου. Αποδέκτες των πρακτικών αυτών δεν είναι μονάχα οι μαθητές της σχολικής

κοινότητας αλλά οι οικογένειες αυτών, το σύνολο του προσωπικού, τα μέλη μιας κοινότητας. Τα σχολεία μπορούν να επικεντρώσουν την προσπάθεια τους για προαγωγή της υγείας σε διάφορους τομείς, όπως: φροντίδα για τον εαυτό και τους άλλους, λήψη υγιεινών αποφάσεων και ανάληψη ελέγχου στις διάφορες περιστάσεις της ζωής του ατόμου, δημιουργία ευνοϊκών συνθηκών για την υγεία (ειρήνη, στέγη, εκπαίδευση, κá.) (WHO, χ.χ.).

Προγράμματα προαγωγής υγείας υποστηρίζονται οικονομικά και από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ένα τέτοιο πρόγραμμα ήταν και αυτό που υλοποιήθηκε την προηγούμενη δεκαετία με τίτλο *Health Eating an Physical Activity in Schools* (HEPS). Ο συγκεκριμένος οδηγός έχει μεταφραστεί στα ελληνικά προκειμένου να βοηθηθούν τα κράτη μέλη στη σχεδίαση πολιτικών για την προαγωγή της υγιεινής διατροφής και της φυσικής δραστηριότητας στα παιδιά και τους νέους. Ενδεικτικά, αναφέρονται κάποια παραδείγματα καλών πρακτικών που θα μπορούσαν να εφαρμοστούν από τα σχολεία προκειμένου οι μαθητές να συμμετάσχουν ενεργά στα προγράμματα. Οι εκπαιδευτικοί, σύμφωνα με τον συγκεκριμένο οδηγό, οφείλουν να παροτρύνουν τους νέους για συμμετοχή, να τους ενθαρρύνουν για φυσική άσκηση ακόμα και κατά τη διάρκεια των διαλειμμάτων. Ακόμη, τα ίδια τα σχολεία παροτρύνονται να διαμορφώσουν τους χώρους τους σχολείου ώστε να είναι ελκυστικοί στους μαθητές σχεδιάζοντας παράλληλα ασφαλείς εγκαταστάσεις για φυσική άσκηση. Ένα άλλο ζήτημα που ενδεχομένως απασχολήσει τους εκπαιδευτικούς είναι η διάθεση φαγητού στα σχολεία. Τα σχολεία καλούνται να παρέχουν δωρεάν καθαρό πόσιμο νερό, να παρέχουν δωρεάν ή σε χαμηλές τιμές προϊόντα όπως φρούτα, λαχανικά και γαλακτοκομικά. Ακόμη, γίνεται αναφορά στη διασύνδεση που μπορούν να έχουν τα σχολεία με τους γονείς, την κοινότητα και άλλους φορείς (HEPS, 2009).

Μια πρόσφατη σύμπραξη ανάμεσα στον Π.Ο.Υ και την UNESCO υπογραμμίζει τη σημαντικότητα του οράματος «Κάνοντας κάθε σχολείο ένα σχολείο προαγωγής της υγείας». Η σύμπραξη τους αυτή θέτει ως στόχο τη βελτίωση των ζωών 1 δισεκατομμυρίου πολιτών μέχρι το 2023. Με βάση τα στοιχεία που έχουν δημοσιοποιηθεί ο πληθυσμός των εφήβων υπολογίζεται στο 1,2 δισεκατομμύρια. Αυτό σημαίνει ότι αντιστοιχεί περίπου στο 18% του παγκόσμιου πληθυσμού. Για τον λόγο αυτό το σχολείο αποτελεί γόνιμο έδαφος για να εφαρμοστούν παρεμβάσεις

πρόληψης και να καθιερωθούν στάσεις και συμπεριφορές μιας και τα παιδιά ξοδεύουν περίπου το 1/3 του χρόνου τους στα σχολεία. Η προσπάθεια, ωστόσο, «Σχολεία που προάγουν την υγεία», χρονολογείται ήδη από το 1992 με τον αριθμό των χωρών που έχουν εφαρμόσει αυτό το μοντέλο να είναι μικρός. Η συγκεκριμένη πρωτοβουλία θα βασιστεί στο πρόγραμμα *Focusing Resources on Effective School Health* (FRESH). Για τον λόγο αυτό θα δημιουργηθεί μία συμβουλευτική ομάδα που θα περιλαμβάνει κι άλλες υπηρεσίες του ΟΗΕ, πανεπιστήμια, διεθνείς και τοπικούς φορείς, εκπροσώπους της εκπαίδευσης (WHO, χ.χ.).

Αναμφισβήτητα, κάθε παιδί έχει το δικαίωμα στην εκπαίδευση, την υγεία και την ασφάλεια. Ανάμεσα στους ρόλους που διαδραματίζει το σχολείο για τη ζωή του ατόμου σχολείου είναι η εκπαίδευση και η μόρφωση, αποτελεί όμως και μία μοναδική κοινοτική κοιτίδα για να προωθηθεί η υγεία και η ευημερία. Το 2007 ο ΠΟΥ σε συνεργασία με τον Οργανισμό Ηνωμένων Εθνών καθώς και με άλλες οργανώσεις χρησιμοποίησαν δεδομένα από διάφορες χώρες για να προσδιορίσουν τους παράγοντες που επηρεάζουν τα σχολεία στην προσπάθειά τους να προωθήσουν την υγεία, την εκπαίδευση και την ανάπτυξη. Οι συμμετέχοντες συμφώνησαν σε πέντε θεματικές που θα πρέπει να θέσουν ως προτεραιότητα για να επιτύχουν την προαγωγή της υγείας. Οι θεματικές είναι: επένδυση στην εκπαίδευση, επένδυση στις σχολικές υποδομές, επένδυση στην ανάπτυξη δεξιοτήτων των εκπαιδευτικών, εφαρμογή των καλών πρακτικών, αρμονική δράση μεταξύ των εταίρων για βιώσιμες συνεργασίες (Tang, κ.ά., 2008).

Τα σχολεία μπορούν να επιδράσουν στον τρόπο συμπεριφοράς των νέων. Τα προγράμματα που έχουν σχεδιαστεί τα τελευταία 20 χρόνια (Health Promoting Schools, Comprehensive School Health, Child Friendly Schools και the FRESH initiative) υπογραμμίζουν το ρόλο που μπορεί να διαδραματίσει το σχολείο. Η Διεθνής Ένωση για την Προαγωγή και Αγωγή Υγείας (International Union for Health Promotion and Education, IUHPE) συμμετέχει ενεργά στις προσπάθειες που γίνονται σε παγκόσμια κλίμακα, στοχεύοντας ειδικότερα,

- στην ανάδειξη της μοναδικής δυνατότητας που δίνεται από τα σχολεία για την προαγωγή της υγείας
- στη μείωση των ανισοτήτων

- \* στην αντιμετώπιση των προβλημάτων που εμποδίζουν την αποτελεσματικότητα της σχολικής υγείας, ενισχύοντας το διάλογο και την υποστήριξη των εργαζομένων στην υγεία και την εκπαίδευση, καλλιεργώντας δεξιότητες και δίνοντας γνώση στις χώρες με χαμηλά και μεσαία εισοδήματα.

Τα προγράμματα μέσω των δραστηριοτήτων που σχεδιάζονται συνηγορούν υπέρ της προώθησης της σωματικής, ψυχικής, κοινωνικής και περιβαλλοντικής υγείας.

(International Union for Health Promotion and Education, χ.χ.)

## 2.2. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού

«Η παιδαγωγική σχέση είναι πιο σημαντική από οποιαδήποτε μέθοδο διδασκαλίας και η οποιαδήποτε ικανότητα του παιδιού να μάθει εμποδίζεται συνεχώς, εάν η παιδαγωγική σχέση δεν είναι ικανοποιητική» (Fordmann, 1953). Παραθέτοντας τα λόγια αυτά καταλαβαίνουμε ότι ο εκπαιδευτικός πρέπει να είναι πρώτα απ' όλα παιδαγωγός. Για να μπορέσει να επιτύχει τους διδακτικούς του στόχους πρέπει να έχει δημιουργήσει ένα κλίμα εμπιστοσύνης, εκτίμησης, σεβασμού, αποδοχής. Οι αρχές που καθορίζουν την ποιότητα του παιδαγωγικού κλίματος είναι οι αρχές της γνώσης, οι αρχές της διαπροσωπικής επικοινωνίας και οι αρχές της εργασίας (Πηγιάκη, 2010).

Οι ρόλοι που σχετίζονται με τον εκπαιδευτικό είναι επτά:

- Ο εκπαιδευτικός ως διευκολυντής της μάθησης. Ο δάσκαλος πρέπει να εμπνέει τους μαθητές και να είναι ευαισθητοποιημένος ως προς τις ανάγκες τους.
- Ο εκπαιδευτικός ως ερμηνευτής και σχεδιαστής των εκπαιδευτικών προγραμμάτων και του διδακτικού υλικού.
- Ο εκπαιδευτικός ως ηγέτης, διαχειριστής και διευθυντής, δηλαδή να μπορεί να εκπληρώνει τα διοικητικά του καθήκοντα, να συμμετέχει σε αποφάσεις που αφορούν το σχολείο.



- Ο εκπαιδευτικός ως μαθητής και δια βίου ερευνητής. Ο ρόλος αυτός αναφέρεται στην συνεχή προσωπική, ακαδημαϊκή και επαγγελματική κατάρτιση που πρέπει να επιδιώκει ο εκπαιδευτικός.
- Κοινότητα, πολίτης και ποιμαντικός ρόλος. Ο δάσκαλος προωθεί την κριτική σκέψη και την ηθική στάση προς τους άλλους ανθρώπους και τη δημοκρατία.
- Ο εκπαιδευτικός ως αξιολογητής.
- Γνωστική περιοχή/Αντικείμενο/Φάση. «Ο δάσκαλος θα πρέπει να έχει εμπειρία και γνώση των δεξιοτήτων, των αξιών των αρχών και των διαδικασιών του γνωστικού του αντικειμένου και της γνωστικής του περιοχής». (Καρράς, 2010, σ. 533-535).

### 2.3. Οι ρόλοι του εκπαιδευτικού κατά την υλοποίηση προγραμμάτων Αγωγής Υγείας

Αναμφισβήτητα ο εκπαιδευτικός πρέπει να διαθέτει πληθώρα γνώσεων και δεξιοτήτων προκειμένου να ανταπεξέλθει στο ρόλο του. Σε άλλο σημείο της παρούσας εργασίας αναφέρθηκαν οι παιδαγωγικοί ρόλοι που εκτελεί ο εκπαιδευτικός. Στο σημείο αυτό, συνοψίζονται οι ειδικότεροι ρόλοι που αναλαμβάνει αναφορικά με την υλοποίηση προγραμμάτων Αγωγής Υγείας, όπως αυτοί περιγράφονται από τους Μαυρικάκη κ.ά. (2005). Ο εκπαιδευτικός οφείλει να είναι:

- Παιδαγωγός: κύριο μέλημα του εκπαιδευτικού είναι να παιδαγωγήσει και όχι απλά να μεταφέρει τις γνώσεις που ορίζονται από το Αναλυτικό Πρόγραμμα
- Καθοδηγητής: ο εκπαιδευτικός λειτουργεί ως πρότυπο συμπεριφοράς για τους μαθητές, διαμορφώνει τη στάση τους και τη συμπεριφορά τους.
- Οργανωτής: ο εκπαιδευτικός είναι αυτός που διαμορφώνει την εκπαιδευτική διαδικασία στα πλαίσια της κοινωνικής ομάδας που έχει σχηματιστεί
- Ισότιμο μέλος της ομάδας: στα πλαίσια των εκπαιδευτικών διαδικασιών λειτουργεί ως ισότιμο μέλος προσεγγίζοντας με αυτόν τον τρόπο τους μαθητές και επιτυγχάνοντας τη συμμετοχή αυτών στα προγράμματα Αγωγής Υγείας

- Εμπυχωτής: ο εκπαιδευτικός συμπαραστέκεται, βοηθά και εμπυχώνει τους μαθητές όταν πρόκειται για ευαίσθητα θέματα και στάσεις ζωής.
- Ερευνητής: λόγω της φύσεως του αντικειμένου της Αγωγής Υγείας, ο εκπαιδευτικός πρέπει να συλλέξει πληροφορίες, να τις αναλύσει, να τις αξιολογήσει από επιστημονική και παιδαγωγική σκοπιά κι έπειτα να τις παρουσιάσει στους μαθητές του.
- Φίλος: απαιτείται φιλική διάθεση λόγω των θεμάτων που συζητούνται. Οι μαθητές προκειμένου να εμπιστευθούν τον εκπαιδευτικό θα πρέπει να τον αισθανθούν ως φίλο τους.
- Μεταρρυθμιστής: η ανάληψη πρωτοβουλιών από την πλευρά του εκπαιδευτικού για την αλλαγή καταστάσεων που αφορούν την εκπαιδευτική διαδικασία (Μαυρικάκη, κ.ά., 2005)

Ο ρόλος των εκπαιδευτικών στην παροχή εκπαίδευσης σε θέματα υγείας είναι από τους σημαντικότερους κάτι που τονίζουν και οι ερευνητές Cheng & Wong (2015). Η συγχρονική μελέτη που υλοποίησαν στο Hong Kong είχε ως σκοπό να καταγραφούν οι γνώσεις που διαθέτουν οι εκπαιδευτικοί σε όσον αφορά τις μη μεταδοτικές ασθένειες και πιο συγκεκριμένα την υπέρταση. Αξιολογήθηκαν οι γνώσεις τους για την υπέρταση, οι στάσεις τους αναφορικά με την τροποποίηση της ζωής και της συμπεριφοράς των μαθητών και η γενικότερη αντίληψη τους για την εκπαίδευση σε θέματα υγείας. Με βάση τα αποτελέσματα της μελέτης φάνηκε η γνώση των εκπαιδευτικών να είναι σε χαμηλό. Ενώ αναγνωρίζουν την ανάγκη για τροποποίηση της συμπεριφοράς των μαθητών δεν αναλαμβάνουν την ευθύνη να καθοδηγήσουν οι ίδιοι τους μαθητές προς αυτή την κατεύθυνση. Αυτό που οι συγγραφείς διαπιστώνουν είναι ότι υπάρχει ανάγκη για επανεξέταση των προγραμμάτων σπουδών των εκπαιδευτικών σχετικά με την εκπαίδευση σε θέματα υγείας και περισσότερη ενασχόληση των επαγγελματιών υγείας στο σχεδιασμό αυτό.

Αναμφισβήτητα, το προσωπικό που εργάζεται σε ένα σχολείο μπορεί να συμβάλει στη διαμόρφωση των αντιλήψεων των μαθητών στην προώθηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής. Προκειμένου να σχεδιάζονται προγράμματα που ανταποκρίνονται στις ανάγκες της σχολικής κοινότητας είναι χρήσιμο να ανατρέξει κανείς σε μελέτες

σχετικά με τους παράγοντες που επηρεάζουν το προσωπικό αναφορικά με την προαγωγή της υγείας στα σχολεία. Σύμφωνα με έρευνα που πραγματοποιήθηκε πέντε σχολεία της Γαλλίας ερωτήθηκαν 207 μέλη του προσωπικού του σχολείου (ημιδομημένες συνεντεύξεις), ανεξαρτήτου ειδικότητας (διευθυντές, εκπαιδευτικοί, επαγγελματίες υγείας, σύμβουλοι, διοικητικό προσωπικό, υπάλληλοι κυλικείου, προσωπικό καθαριότητας) για τον τρόπο που οι ίδιοι αντιλαμβάνονται το ρόλο τους και τη συμβολή τους σε θέματα υγείας. Με βάση τα αποτελέσματα της έρευνας προκύπτουν δύο κύριες κατηγορίες σχετικά με τον τρόπο που εκλαμβάνονται το ρόλο τους: το πρώτο είναι αυτό που θεωρούν ότι έχουν κάποιο ρόλο στην εκπαίδευση σε θέματα υγείας (92% του συνολικού δείγματος) και το δεύτερο εκείνοι που θεωρούν ότι έχουν κάποιο ρόλο (8%). Αναφορικά με την εμπλοκή τους προκύπτουν τρεις κατηγορίες. Στην μία περιλαμβάνονται όσοι δεν έχουν καμία εμπλοκή σε θέματα προαγωγής υγείας (10%), στην επόμενη όσοι θεωρούν ότι η εμπλοκή τους είναι περιορισμένη (24%) και στην τελευταία όσοι θεωρούν σημαντική την εμπλοκή τους (66%). Αξίζει να σημειωθεί ότι προκύπτουν διαφορετικές αντιλήψεις για τον τρόπο που εκλαμβάνονται το ρόλο τους. Ενδεικτικά, οι κυριότεροι ρόλοι που προσδιορίστηκαν από όσους απάντησαν θετικά για την εμπλοκή τους σε θέματα υγείας είναι: ως εκπαιδευτής σε θέματα της καθημερινής ζωής, υποστήριξη του ατόμου και συμμετοχή σε συλλογικές δραστηριότητες. Αυτό που τονίζεται από τους συγγραφείς είναι η ανάγκη για μια ενιαία αντίληψη της Αγωγής Υγείας (Jourdan, D., Mannix McNamara, P., Simar, C., Geary, T., & Pommier, J., 2010).

Στις περισσότερες χώρες δε δίνεται προτεραιότητα σε θέματα προαγωγής υγείας και οι εκπαιδευτικοί δεν γνωρίζουν αρκετά για το ρόλο που μπορούν να διαδραματίσουν. Αρκετές μελέτες έχουν δείξει ότι οι εκπαιδευτικοί που έλαβαν σχετική επιμόρφωση για τα ζητήματα προαγωγής υγείας εφαρμόζουν συχνότερα τα αντίστοιχα προγράμματα. Σε παγκόσμιο επίπεδο πρέπει να σχεδιαστούν πολιτικές ενδυνάμωσης των εκπαιδευτικών σε θέματα προαγωγής υγείας. Ως κύριοι στόχοι της πρωτοβουλίας προκύπτουν οι ακόλουθοι (IUHPE, χ.χ.):

- Εκπαίδευση των εκπαιδευτικών σε θέματα υγείας μέσα από την επένδυση σε πόρους και τον προσδιορισμό και τη διάχυση των πληροφοριών σχετικά με την υγεία

- Συμπερίληψη της Αγωγής Υγείας στα προγράμματα σπουδών των εκπαιδευτικών
- Υποστήριξη των Ακαδημαϊκών Ιδρυμάτων και των φορέων εκπαίδευσης για την παροχή συνεχιζόμενης εκπαίδευσης και κατάρτισης
- Ενθάρρυνση για τη σύναψη διεθνούς συνεργασίας
- Προώθηση της διεθνούς έρευνας

Όπως διαπιστώνεται, ο χώρος της εκπαιδευτικής κοινότητας μπορεί να αποτελέσει πρόσφορο έδαφος για τη διαμόρφωση συνθηκών που θα προάγουν την ακαδημαϊκή και προσωπική ανάπτυξη των παιδιών. Η Θετική Ψυχολογία είναι ένας από τους κλάδους που θα μπορούσαν να συνεισφέρουν στην αλλαγή αυτή. Όπως αναφέρει ο Seligman, «στόχος της Θετικής Ψυχολογίας είναι η ενδυνάμωση των θετικών διαστάσεων της ζωής του ατόμου». Όσον αφορά τα παιδιά, η Θετική Ψυχολογία εστιάζει στην ανάπτυξη του παιδιού, στην αύξηση της λειτουργικότητας του, της επάρκειας και της γενικότερης ψυχικής και πνευματικής υγείας του. Ωστόσο, το ψυχολογικό κλίμα της σχολικής τάξης προκύπτει από τον τρόπο που οι μαθητές βιώνουν τις ψυχοκοινωνικές σχέσεις που αναπτύσσονται εντός της. Σημασία, λοιπόν, αποκτούν οι παράγοντες που ευνοούν τη δημιουργία θετικού ψυχολογικού κλίματος, όπως, «η ανάπτυξη και η βίωση θετικών συναισθημάτων, η καλλιέργεια των κοινωνικών δεξιοτήτων και η αποτελεσματική αντιμετώπιση των αγχογόνων καταστάσεων που βιώνουν τα παιδιά». Το οικογενειακό και το σχολικό περιβάλλον διαμορφώνουν την συναισθηματική υγεία των παιδιών. Η περίοδος αυτή για τη ζωή του παιδιού είναι ιδιαίτερα κρίσιμη γιατί είναι η περίοδος κατά την οποία καλλιεργούνται οι υγιείς και θετικές συμπεριφορές και στάσεις, προλαμβάνονται μελλοντικά προβλήματα. Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να υποστηριχθούν ως προς το ρόλο τους αξιοποιώντας τη Θετική Ψυχολογία, αφενός για να γίνουν οι ίδιοι πιο ανθεκτικοί αναφορικά με την επαγγελματική εξουθένωση και για να ενισχύσουν τη θετική αυτοεικόνα τους, αφετέρου, για να βοηθήσουν τους μαθητές στη διαμόρφωση συνειδητών και λειτουργικών σκέψεων και αντιλήψεων (Κουδιγκέλη, 2011, σ. 243-244, 277-279).

#### 2.4. Η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών

Οι εκπαιδευτικοί καλούνται να προσαρμοστούν και να υλοποιήσουν τα προγράμματα σε ένα διαρκώς μεταβαλλόμενο περιβάλλον. Η ανάγκη τους για επικαιροποίηση των γνώσεων και των δεξιοτήτων και ο εμπλουτισμός τους με νέες, σύστιχες των σύγχρονων αναγκών του σχολείου, κρίνεται όχι μόνο ως αναγκαία αλλά και ως απαραίτητη.

« Ως έννοια, η επιμόρφωση, προϋποθέτει τη βασική εκπαίδευση των εκπαιδευτικών, η οποία καλύπτει την επιστημονική ειδίκευση, την ψυχοπαιδαγωγική κατάρτιση και την πρακτική των υποψηφίων εκπαιδευτικών. Ακόμη, θεωρείται συμπλήρωση και εμπλουτισμός της ήδη υπάρχουσας βασικής εκπαίδευσης. Ο εμπλουτισμός αναφέρεται στις γνώσεις και τις δεξιότητες που θα χρειαστεί να αποκτήσει ο εκπαιδευτικός στη διάρκεια της σταδιοδρομίας του. Η επιμόρφωση είναι μία διαδικασία συνεχής και αναφέρεται στη σύνδεση που προκύπτει ανάμεσα στην εκπαιδευτική πράξη και την επιστημονική έρευνα» (Καρράς, 2010, σ. 356).

Στην Ελλάδα, η επιμόρφωση γίνεται κυρίως σε ενδοσχολικά και ενδουπηρεσιακά πλαίσια με τη μορφή διαλέξεων, σεμιναρίων και ημερίδων. Η αποτελεσματικότητα αυτής της μορφής επιμόρφωσης θεωρείται από πολλούς μελετητές επαρκής καθώς οι ανάγκες των εκπαιδευτικών ικανοποιούνται σε μικροκλίμακα και επιτυγχάνεται η εξειδίκευση τους (Καρράς, 2010, σ. 350-353).

Την έλλειψη της συστηματικής επιμόρφωσης που παρατηρείται στη χώρα μας σε θέματα που σχετίζονται με την καθημερινή σχολική πρακτική αναφέρει σε κείμενο του το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Σύμφωνα με αυτό, αναγνωρίζονται μεν οι αλλαγές που έχει γνωρίσει το θεσμικό πλαίσιο της επιμόρφωσης από τα συγκεντρωτικά και ελεγχόμενα πρότυπα σε πρότυπα ευέλικτα, υπογραμμίζονται δε και οι αδυναμίες που έχουν προκύψει. Ο παρανομαστής όμως είναι ένας και αφορά την ανάγκη των εκπαιδευτικών για επιμόρφωση. Για τον λόγο αυτό, το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο προτείνει τις αρχές και προϋποθέσεις που μπρούν να ληφθούν υπόψη για την επιμόρφωση των εκπαιδευτικών. Οι γενικές αρχές είναι:

- Αναμόρφωση του υφιστάμενου νομοθετικού πλαισίου επιμόρφωσης
- Δημιουργία Παρατηρητηρίου για την Ποιότητα στην Εκπαίδευση
- Στελέχωση των φορέων επιμόρφωσης με έμπειρο και εξειδικευμένο προσωπικό.

- Δημιουργία υποδομών (δικτυακών κ.ά.) σε κεντρικό και περιφερειακό επίπεδο και υιοθέτηση πρακτικών οι οποίες θα διασφαλίζουν την ποιότητα της επιμορφωτικής διαδικασίας.
- Αξιοποίηση ευέλικτων μοντέλων επιμόρφωσης (e-learning, εξ αποστάσεως συγχρονική και ασύγχρονη εκπαίδευση κ.λπ.)
- Αναδιάρθρωση του θεσμού των Διδασκαλειών.
- Ενίσχυση της ενδοσχολικής επιμόρφωσης και εισαγωγή του θεσμού του μέντορα
- Σχεδιασμός προγραμμάτων που θα λαμβάνουν υπόψη τις τοπικές ιδιαιτερότητες
- Προώθηση της εφαρμογής καινοτομιών
- Μακροπρόθεσμος και ευέλικτος προγραμματισμός των επιμορφωτικών δραστηριοτήτων με τη συμμετοχή και των επιμορφουμένων
- Θέσπιση κινήτρων για τους επιμορφούμενους
- Πρόβλεψη για διαδικασίες πιστοποίησης
- Χρήση ενεργητικών-συμμετοχικών μεθόδων επιμόρφωσης
- Παραγωγή αξιόπιστου εκπαιδευτικού και επιμορφωτικού υλικού
- Δημιουργία ιστότοπου, από όπου οι εκπαιδευτικοί θα έχουν τη δυνατότητα να ενημερώνονται για τις επιμορφωτικές δραστηριότητες όλων των φορέων και όπου θα μπορούν να δηλώνουν το ενδιαφέρον τους για τις δραστηριότητες στις οποίες επιθυμούν να συμμετάσχουν (Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, 2009, σ.10-11).

Την ανάγκη για εκπαίδευση των εκπαιδευτικών σε άλλες δεξιότητες, εκτός από τη μετάδοση γνώσεων, υπογραμμίζει η Μαλικιώση – Λοΐζου (2011), η οποία αναφέρεται στην εκπαίδευση που πρέπει να λάβουν οι εκπαιδευτικοί σχετικά με τις επικοινωνιακές δεξιότητες, τις κοινωνικές δεξιότητες και τη συμβουλευτική. Οι εκπαιδευτικοί στις μέρες μας καλούνται να επικοινωνήσουν με τους μαθητές τους γεφυρώνοντας το χάσμα που υπάρχει, επιτυγχάνοντας με αυτόν τον τρόπο καλύτερες διαπροσωπικές σχέσεις.

## 2.5. Παραδείγματα προγραμμάτων Αγωγής Υγείας

Αξιοσημείωτο παράδειγμα για τη σημαντικότητα που αποκτά η Δημόσια Υγεία και ιδιαίτερα η Αγωγή Υγείας στα σχολεία μπορεί να αντλήσει κανείς ανατρέχοντας σε αυτό των Ηνωμένων Πολιτειών, όταν ο στόχος για υγιεινή διατροφή των μαθητών εντός των σχολείων κατέληξε σε νομοθετική πράξη. Στις αρχές του 2000 ήταν δύσκολο να υπάρξει ένα κοινό πλάνο που θα διαμόρφωνε τις διατροφικές συνήθειες των μαθητών. Δέκα χρόνια αργότερα, το 2010, εφαρμόστηκε το πρόγραμμα Healthy, Hunger-Free Kids (HHFKA) το οποίο στόχευε σε υγιεινότερα σνακ, ροφήματα και γεύματα εντός των σχολείων, έχοντας ως αποτέλεσμα το 98% των σχολείων να προσφέρουν τέτοια γεύματα. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα έδωσε πρόσβαση σε αυτό το είδος διατροφής σε μαθητές που προέρχονταν από οικογένειες με χαμηλό εισόδημα. Αυτό που υπογραμμίζεται στη συγκεκριμένη μελέτη είναι ότι χρειάστηκαν περίπου 20 χρόνια για την προάσπιση της δράσης αυτής ώστε να γίνει νομοθεσία. Χρεάστηκαν μια σειρά από ενέργειες, από το τοπικό επίπεδο (κοινότητα, οικογένειες) στο εθνικό, έγιναν επαφές με εκπροσώπους της βιομηχανίας, αξιοποιήθηκαν ερευνητικά δεδομένα που αναδείκνυαν την ανάγκη για υγιεινή διατροφή, διενεργήθησαν δημοσκοπήσεις για να αφαιρεθούν τα αναψυκτικά και τα ανθυγιεινά φαγητά από τα σχολεία. Για να αυξηθεί η υποστήριξη της κοινωνίας ενεπλάκησαν και γνωστοί ηθοποιοί. Ζητούμενο για τους συγγραφείς παραμένει η προάσπιση των υγιεινών φαγητών εντός του σχολείου (Schwartz, C., & Wootan, M., 2019).

Για να αντιμετωπιστούν τα κοινωνικά προβλήματα και τα προβλήματα μάθησης που αντιμετώπιζε η σχολική κοινότητα σε ένα σχολείο της Δανίας αποφασίστηκε να εφαρμοστεί ένα πρόγραμμα με διττό σκοπό, να βελτιωθεί η ευημερία των μαθητών (well being) στοχεύοντας σε καλύτερα μαθησιακά αποτελέσματα. Ανάμεσα στις αλλαγές που υιοθετήθηκαν από το σχολείο ήταν: 1) η καθημερινή δωρεάν διανομή πρωινού γεύματος, 2) η δωρεάν παροχή φρούτου σε ημερήσια βάση, 3) η καθιέρωση της φυσικής άσκησης, 4) η μείωση της διδακτικής ώρας από 45 λεπτά σε 30 λεπτά, 5) κλασική μουσική για μισή ώρα το πρωί (the Mozart effect), καθώς και άλλες παρεμβάσεις. Δημιουργώντας ένα θετικό πειβάλλον μάθησης το οποίο προωθούσε την υγεία και την ευεξία οι εκπαιδευτικοί παρατήρησαν ότι η ικανότητα των μαθητών για συγκέντρωση είχε αυξηθεί. Σε βάθος πέντε χρόνων είχε σημειωθεί αλλαγή στον τρόπο ζωής και την συμπεριφορά των μαθητών: υπήρξε αύξηση της φυσικής

δραστηριότητας, είχαν υιοθετήσει υγιεινές διατροφικές συνήθειες, τα ποσοστά καπνίσματος και κατανάλωσης αλκοόλ είχαν περιοριστεί σημαντικά (Stampe Rasmussen, B., & Steglich-Petersen, A. 2013).

Παράδειγμα σχεδίου παρέμβασης του Υπουργείου Υγείας στο μαθητικό πληθυσμό  
Η Δ/ση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Τμήμα Γ' Ανάπτυξης Προγραμμάτων Αγωγής Υγείας και Πρόληψης, του Υπουργείου Υγείας, σε σχετικό της έγγραφο, ανακοίνωσε την ανάπτυξη και υλοποίηση δράσεων και παρεμβάσεων ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης του μαθητικού πληθυσμού στο πλαίσιο της Αγωγής Υγείας σε Εθνικό Επίπεδο για το σχολικό έτος 2019-2020 . Οι δράσεις έχουν "ως φιλοσοφία έχουν τη διαμόρφωση και την εδραίωση κουλτούρας συνεργασίας, συμμετοχής και αμοιβαίας εμπιστοσύνης μεταξύ της σχολικής – μαθητικής κοινότητας (μαθητές/τριες, εκπαιδευτικοί, γονείς) και των Δημόσιων Δομών Παροχής Υπηρεσιών Υγείας στο Ε.Σ.Υ και στην Π.Φ.Υ. (Νοσοκομεία, Ειδικές Μονάδες, Κέντρα Υγείας, Κέντρα Ψυχικής Υγείας, Τ.ΟΜ.Υ, κλπ)" (Υπουργείο Υγείας, 2019). Παρακάτω παρουσιάζονται οι θεματικοί άξονες που έχουν οριστεί από το Υπουργείο Υγείας:

#### I. ΘΕΜΑΤΙΚΟΙ ΑΞΟΝΕΣ / ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ

A. E-BUG (ΕΘΝΙΚΗ ΣΧΟΛΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ), με θέμα : i. «Οι μαθητές στη χώρα των μικροβίων», ii. «Γνωρίζω και αντιμετωπίζω τα μικρόβια»

B. Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία (ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ)

Γ. Προαγωγή της Εθελοντικής Αιμοδοσίας (ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ / ΕΚΕΑ)

Δ. Αγωγή Στοματικής Υγείας (ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ / ΕΟΟ)

Ε. Πρόληψη και διαχείριση της χρήσης καπνού στα σχολεία

ΣΤ. Προαγωγή Ψυχικής Υγείας Παιδιού και Εφήβου

Z. Ηλιακή Ακτινοβολία - Προστασία (ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΙΚΗ & ΑΦΡΟΔΙΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ).

Η. Υγιεινή και Προστασία των Ματιών και της Όρασης - «Σ' αγαπώ...σαν τα μάτια μου» (ΕΘΝΙΚΗ ΣΧΟΛΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ).



Θ. Η Αξία της Τρίτης Ηλικίας – Κατανοώντας και Φροντίζοντας τον Παππού και τη Γιαγιά (ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΕΡΟΝΤΟΛΟΓΙΚΗ και ΓΗΡΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ).

Ι. Πρόληψη Ατυχημάτων

ΙΑ. Πρόληψη Λοιμώξεων HIV/AIDS, Ηπατίτιδες (ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ (ΕΟΔΥ) / πρώην ΚΕΕΛΠΝΟ).

ΙΒ. Υγιής Στάση Σώματος - Βάδιση (6η Υ.Πε. – Γ.Ν.Π.Π. ΚΑΡΑΜΑΝΔΑΝΕΙΟ).

ΙΓ. Υγιής Αναπνοή, Πρόληψη Αλλεργιών στη Παιδική Ηλικία

ΙΔ. Περιβάλλον και Υγεία» (ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ/ΙΥΠ).

ΙΕ. Υγιής Ύπνος : Η Σημασία, η Ασφάλεια και η Απόλαυση (ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΥΠΝΟΛΟΓΙΑΣ)

ΙΣΤ. Διατροφική Αγωγή (ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ-ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ και ΕΝΩΣΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΩΝ – ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ).

ΙΖ. Τεχνολογία – Διαδίκτυο και Εφηβεία (ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ).

ΙΗ. Ενδυνάμωση Υγείας Εφήβων» (ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΙΑ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ).

## Κεφάλαιο 3. Τα προγράμματα Αγωγής Υγείας στην Ελλάδα

### 3.1 Αναλυτικό Πρόγραμμα & Αγωγή Υγείας

Στα πλαίσια της εκπαιδευτικής διαδικασίας, το γενικό πλαίσιο οργάνωσης της διδασκαλίας προκύπτει από το Αναλυτικό Πρόγραμμα. Στην ουσία πρόκειται για ένα κείμενο εκπαιδευτικής πολιτικής και παιδαγωγικής διδακτικής πρακτικής. Στις μέρες μας, επικρατεί η άποψη ότι το Αναλυτικό Πρόγραμμα είναι η διδασκαλία που είναι η εφαρμογή του Αναλυτικού Προγράμματος. Το Αναλυτικό Πρόγραμμα περιγράφεται σε τέσσερα επίπεδα: «α) το επίσημο (rhetorical), που περιέχει τις επίσημες δηλώσεις της εκπαιδευτικής πολιτικής και τους γενικούς σκοπούς, β) το επιδιωκόμενο (planned), δηλαδή το προγραμματικό κείμενο που παρέχει τους οδηγούς δράσης (στόχους, περιεχόμενο, μεθόδους, δραστηριότητες, μέσα, αξιολογικό σύστημα), γ) το εφαρμοζόμενο ή προσφερόμενο (delivered), ... δηλαδή, τη διδασκαλία, δ) το κατακτηθέν (received), που αντιστοιχεί σε ό,τι από τα προηγούμενα οικειοποιήθηκαν οι μαθητές» (Φρυδάκη,2009, σ.103-104).

Με βάση το κείμενο του Παιδαγωγικού Ινστιτούτο για το σχεδιασμό των Αναλυτικών Προγραμμάτων (χ.χ.) μεταξύ άλλων αναφέρεται ότι τα αναλυτικά προγράμματα θα πρέπει «να αποβλέπουν στην ισόρροπη και αρμονική ανάπτυξη του γνωστικού, του συναισθηματικού και του ψυχοκινητικού τομέα και να συνιστούν ένα γενικό υπόβαθρο σχεδιασμού της διδασκαλίας».

Στο ΦΕΚ 304B/13-03-2003 περιγράφεται το Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών για την Αγωγή Υγείας στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση. Τονίζεται η ανάγκη για διαθεματική προσέγγιση των επιμέρους ζητημάτων. Ακόμη, γίνεται λόγος για προγράμματα που λειτουργούν ως πλαίσιο στήριξης και αποδοχής για το μαθητή. Η εφαρμογή προγραμμάτων Αγωγής Υγείας θα πρέπει να στηρίζεται στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων που στοχεύουν στην προάσπιση της ψυχικής και σωματικής υγείας και της κοινωνικής ευεξίας. Δεν αρκεί πλέον η πληροφόρηση και η μεταφορά γνώσεων αλλά απαιτείται η ενεργητική και μάθηση.

Η σημασία της Αγωγής Υγείας στα σχολεία περιγράφεται σε σχετικό με το αντικείμενο εγχειρίδιο που έχει συνταχθεί από το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Η Αγωγή Υγείας αποτελεί μια «συγκροτημένη εκπαιδευτική διαδικασία, διεπιστημονικού

χαρακτήρα, η οποία συμβάλλει στην αναβάθμιση της σχολικής ζωής και στη σύνδεση του σχολείου με την κοινωνική πραγματικότητα». Εφαρμόζοντας προγράμματα Αγωγής και Προαγωγής της Υγείας επιτυγχάνεται η προάσπιση, η βελτίωση και η προαγωγή της ψυχικής, σωματικής και κοινωνικής υγείας των μαθητών/-τριών. Αναπτύσσεται, ακόμη, η κριτική τους σκέψη και αναβαθμίζεται το κοινωνικό και φυσικό τους περιβάλλον. Οι στόχοι που εξυπηρετούνται μέσω της Αγωγής Υγείας είναι: «αναβάθμιση της σχολικής ζωής και η σύνδεσή της με την κοινωνική πραγματικότητα, η πρόληψη του αποκλεισμού νεαρών ατόμων από την κοινωνία και την αγορά εργασίας, η ανάπτυξη δεξιοτήτων και η διαμόρφωση ατόμων με κριτική στάση, η μείωση της σχολικής αποτυχίας και της πρόωρης εγκατάλειψης της υποχρεωτικής εκπαίδευσης» (Στάπα-Μουρτζίνη, χ.χ., σ.17).

Η αγωγή υγείας στα σχολεία αποκτά τη διάσταση άσκησης εκπαιδευτικής πολιτικής. Εκτός από τους στόχους που αναφέρονται στην ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση του ατόμου για θέματα υγείας, την αλλαγή της στάσης του και της συμπεριφοράς του σχετικά με την πρόληψη αλλά και τις δεξιότητες για ατομική και κοινωνική δράση υπογραμμίζεται ως κύριος σκοπός της σχολικής αγωγής υγείας η παροχή γνωστικών και εμπειρικών ερεθισμάτων στους μαθητές έτσι ώστε οι ίδιοι να αποφασίζουν συνειδητά και υπεύθυνα για θέματα που αφορούν την υγεία τους (Γκούβρα κ.ά., 2001 στο Ιωαννίδη, 2003). Για την αναγκαιότητα ένταξης της Αγωγής Υγείας στα σχολεία κάνει λόγο και ο Παπαθανασίου (2009) τονίζοντας την άμεση επίδραση που ασκεί το εκπαιδευτικό σύστημα σε διάφορους τομείς της ζωής του ατόμου, διαμορφώνοντας με αυτόν τον τρόπο την προσωπικότητά και τις συνήθειες του.

### 3.2. Σχεδιασμός Προγραμμάτων Αγωγής Υγείας

Ο σχεδιασμός προγράμματος Αγωγής Υγείας είναι «η διαδικασία η οποία απαντά στο ερώτημα ποια μέθοδο, στρατηγική θα ακολουθήσουμε για να φθάσουμε από την αρχή (διαθέσιμες πηγές και αποθέματα) στο τέλος (σκοπός) και (στόχοι), κάνοντας την επιλογή εκείνη, η οποία θα έχει το καλύτερο αποτέλεσμα». Κατά τη διαδικασία του Σχεδιασμού ενός προγράμματος Αγωγής Υγείας καθορίζονται με ακρίβεια τα ακόλουθα:

- Το αντικείμενο του προγράμματος: εντοπισμός του προβλήματος

- Η αναγκαιότητα της εφαρμογής του προγράμματος: προσδιορισμός του προβλήματος, οι λόγοι για τους οποίους εκλαμβάνεται ως πρόβλημα
- Η ομάδα στόχος (τελική: οι μαθητές, πιθανή ενδιάμεση: το σχολείο, οι γονείς): περιγραφή των λόγων επιλογής της συγκεκριμένης ομάδας, περιγραφή των κοινωνικών-δημογραφικών χαρακτηριστικών, καταγραφή του αριθμού, περιγραφή της ευαισθητοποίησης και της προσέγγισης της ομάδας στόχου για το πρόγραμμα
- Ο σκοπός (γενικός στόχος): «η διαφορά ανάμεσα στην κατάσταση στην οποία βρίσκεται η ομάδα-στόχος πριν από την εφαρμογή του προγράμματος Αγωγής Υγείας, και την κατάσταση που επιδιώκουμε να έχουμε μετά την εφαρμογή του προγράμματος, η οποία συμπίπτει με το επιθυμητό αποτέλεσμα».
- Οι στόχοι (επί μέρους στόχοι): το μέσο επίτευξης του σκοπού, δηλαδή τι πρέπει να κάνει η ομάδα στόχος
- Η μεθοδολογία υλοποίησης: μέθοδοι μάθησης και στρατηγικές για την ενεργητική και βιωματική μάθηση
- Το χρονοδιάγραμμα: προσδιορισμός της διάρκειας και της συχνότητας των δραστηριοτήτων
- Οι πόροι (Διαθέσιμες πηγές –Αποθέματα): καταγράφονται οι διαθέσιμες πηγές και τα αποθέματα. Αναφέρονται οι ανθρώπινοι πόροι, οι οικονομικοί πόροι και άλλα μέσα που μπορεί να διαθέτει ο εκπαιδευτικός.
- Ο προϋπολογισμός : καταγραφή του ύψους του προϋπολογισμού και των δαπανών καθώς και η προέλευση της χρηματοδότησης .
- Η παρακολούθηση του προγράμματος: από τον υπεύθυνο του προγράμματος και τους συντονιστές παρακολουθούνται οι δραστηριότητες, το χρονοδιάγραμμα, κ.ά.
- Τα αναμενόμενα αποτελέσματα: «με την ολοκλήρωση της υλοποίησης του προγράμματος σε επίπεδο μαθητών/-τριών και εκπαιδευτικών, σε τι ποσοστό

θα έχει επιτευχθεί η ευαισθητοποίηση, σε τι ποσοστό θα έχει επιτευχθεί η αλλαγή στάσης και συμπεριφοράς ή σε τι ποσοστό θα έχει επιτευχθεί επιμόρφωση εκπαιδευτικών, καθώς επίσης σε τι ποσοστό θα έχουν ενημερωθεί-ευαισθητοποιηθεί οι γονείς, η τοπική κοινωνία και οτιδήποτε άλλο προσδοκούμε».

- Η αξιολόγηση: «Αξιολόγηση ενός προγράμματος σημαίνει συστηματική συλλογή, κριτική ανάλυση και ερμηνεία πληροφοριακών στοιχείων σχετικά με τις μεθόδους και τις δραστηριότητες του προγράμματος, καθώς και ποσοτική και ποιοτική αποτίμηση των αποτελεσμάτων, προκειμένου να αποφασιστεί ο τρόπος βελτίωσης της εφαρμογής του προγράμματος, η επέκταση αυτού ή και η διακοπή του».
- Η διάχυση των αποτελεσμάτων: κοινοποίηση των αποτελεσμάτων στην ευρύτερη κοινότητα με στόχο την προαγωγή του διαλόγου και της κριτικής σκέψης (Στάπα-Μουρτζίνη, χ.χ., σ. 45-48, 52).

Ειδικότερα, οι οδηγίες που έχουν ανακοινωθεί από το Υπουργείο Παιδείας για το σχεδιασμό προγραμμάτων περιγράφονται αναλυτικά στον οδηγό που κοινοποιήθηκε στις οικείες σχολικές διευθύνσεις και σχολικές μονάδες.

Το Υπουργείο Παιδείας έχει κοινοποιήσει τις οδηγίες για τη υλοποίηση των σχολικών δραστηριοτήτων για το σχολικό έτος 2018-2019. Μεταξύ άλλων αξίζει να αναφερθούν οι τρόποι που προτείνονται για την επιλογή του θέματος καθώς επίσης και ο αναλυτικός σχεδιασμός του προγράμματος σχολικών δραστηριοτήτων.

Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει, σε συνεργασία με τους μαθητές/τριες, το θεματικό περιεχόμενο του Προγράμματος, το οποίο προτείνεται να πληροί τις εξής προϋποθέσεις:

- να ενσωματώνει τις αρχές και τις υψηλές αξίες της αειφορίας, να τις αναδεικνύει και να τις προωθεί,
- να εμπίπτει στα ενδιαφέροντα των μαθητών/τριών, προκειμένου να ενεργοποιούνται εσωτερικά κίνητρα και να διασφαλίζεται η συνοχή της μαθητικής ομάδας και η συνεργασία των μελών της,

- να σχετίζεται άμεσα με τις προσωπικές/κοινωνικές εμπειρίες των μαθητών/τριών και να ανταποκρίνεται στις ανάγκες τους,
- να είναι επίκαιρο,
- να διέπεται από στοιχεία καινοτομίας ως προς τις διδακτικές/ερευνητικές προσεγγίσεις,
- να μπορεί να εξεταστεί και να αναλυθεί πολύπλευρα στο πλαίσιο της διαθεματικής/διεπιστημονικής προσέγγισης και να υποστηρίζει τους διδακτικούς σκοπούς και στόχους του Προγράμματος Σπουδών,
- να δίνει τη δυνατότητα ενός ρεαλιστικού χρονοδιαγράμματος για την ολοκλήρωση των προβλεπόμενων δράσεων/δραστηριοτήτων που υποστηρίζουν την επίτευξη των στόχων του προγράμματος,
- να στοχεύει στην αειφορική διαχείριση των υλικών και άυλων πόρων της σχολικής μονάδας,
- να προάγει τη συνεργασία της σχολικής κοινότητας με την κοινωνία και ιδίως την τοπική,
- να ενθαρρύνει δημοκρατικές συμπεριφορές που διέπονται από τις αξίες της αλληλεγγύης και του σεβασμού της διαφορετικότητας,
- να δίνει τη δυνατότητα εμπλοκής όλων των μαθητών/τριών, αξιοποιώντας τις ξεχωριστές ικανότητες, δεξιότητες και γνώσεις κάθε μαθητή/τριας,
- να ενισχύει την πεποίθηση των μαθητών/τριών ότι δύνανται, ως ενεργοί πολίτες, να διαμορφώσουν συνθήκες ζωής που να ανταποκρίνονται στις ανάγκες και τις προσδοκίες τους.

Στο πλαίσιο του αναλυτικού σχεδιασμού του προγράμματος που πρόκειται να υλοποιηθεί, μεταξύ άλλων, περιλαμβάνονται:

- (α) ο τίτλος,
- (β) οι επιμέρους θεματικές ενότητες,
- (γ) ο σκοπός, οι στόχοι και οι δραστηριότητες που τους υποστηρίζουν,
- (δ) η μεθοδολογία,
- (ε) το χρονοδιάγραμμα υλοποίησης,
- (στ) οι ενδεχόμενες συνεργασίες,
- (ζ) τα πεδία διασύνδεσης με τα Αναλυτικά Προγράμματα,

(η) οι ομάδες εργασίας των μαθητών/τριών,

(θ) ο τρόπος αποτίμησης του προγράμματος από τους εμπλεκόμενους σε αυτό (μαθητές/τριες και εκπαιδευτικούς) και

(ι) οι τρόποι διάχυσης και προβολής των αποτελεσμάτων στη σχολική κοινότητα, την τοπική ή/και την ευρύτερη κοινωνία.

Το «Σχέδιο Υποβολής Προγράμματος Σχολικών Δραστηριοτήτων» συμπληρώνεται από τον εκπαιδευτικό συμπεριλαμβάνοντας τα παραπάνω στοιχεία.

(Εκπαιδευτική Κλίμακα, 2019)

Για την υλοποίηση των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας και για την επίτευξη των στόχων που απορρέουν ο εκπαιδευτικός οφείλει να εφαρμόσει συγκεκριμένες στρατηγικές διδασκαλίας. Όπως αναφέρουν οι Ρούπα & Μυλωνά οι μέθοδοι και οι τεχνικές που εφαρμόζονται στα προγράμματα Αγωγής Υγείας μπορούν να διακριθούν σε τρεις κύριες κατηγορίες: στις μεθόδους παθητικής ενημέρωσης, στις εκπαιδευτικές μεθόδους ενεργητικής ενημέρωσης και στις βιωματικές μεθόδους ενεργητικής ενημέρωσης.

- Στις μεθόδους παθητικής ενημέρωσης χρησιμοποιούνται ως μέσα η διάλεξη, η προβολή ταινίας, η χρήση διαφανειών, τα ενημερωτικά φυλλάδια και τα άρθρα. Οι μαθητές γίνονται ακροατές σε αυτήν την περίπτωση χωρίς να συμμετέχουν ενεργά στη δραστηριότητα. Η αποτελεσματικότητα αυτής της μεθόδου δε φέρει τα επιδιωκόμενα αποτελέσματα ως προς την αλλαγή συμπεριφοράς.
- Στις εκπαιδευτικές μεθόδους ενεργητικής ενημέρωσης συμπεριλαμβάνονται η έρευνα, τα ερωτηματολόγια, οι συνεντεύξεις, η ανάλυση περιεχομένου, η παρατήρηση, η επίσκεψη, το γράψιμο ιστορίας, το θεατρικό παιχνίδι, η δραματοποίηση, η ομαδική παρουσίαση του θέματος, η αλληλοδιδασκαλία κ.α. Η ομάδα στόχος συμμετέχει ενεργά και οδηγείται στην απόκτηση γνώσεων, την ανάπτυξη και την ωριμότητα.
- Στις βιωματικές μεθόδους συγκαταλέγονται η δραματοποίηση, το θεατρικό παιχνίδι το γράψιμο δοκιμίου και επιπλέον η συμβουλευτική, η δημιουργική έκφραση μέσω της ζωγραφικής και της φωτογραφίας, το διάγραμμα βιωματικών εμπειριών, ο «καθρέφτης» κ.α.. Στόχος των μεθόδων είναι η

ενίσχυση της αυτοεκτίμησης του ατόμου, η ανάπτυξη των κοινωνικών και των προσωπικών δεξιοτήτων με αποτέλεσμα το άτομο να αποκτά κριτική σκέψη και να λαμβάνει από μόνο του αποφάσεις (Ρούπα & Μυλωνά, 2006 στο Σταματάκη, 2018).

### 3.3. Η θεματολογία των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας

Οι δύο κύριες κατηγορίες στις οποίες χωρίζονται τα προγράμματα Αγωγής Υγείας είναι α) η ενότητα μαθαίνω για τη ζωή και β) η ενότητα αγωγή του ενεργού πολίτη. (Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ηρακλείου, 2018). Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζονται αναλυτικά οι κατηγορίες των προγραμμάτων.

<b>α. Μαθαίνω για τη ζωή</b>	<b>β. Αγωγή του Ενεργού Πολίτη</b>
<p><b>Υγεία:</b> η Υγεία ως πολιτισμικό και κοινωνικό αγαθό , Διαπολιτισμικές Προσεγγίσεις στην Υγεία και την Ασθένεια, Εξαρτησιογόνες Ουσίες (καπνός, αλκοόλ, ναρκωτικά ),Ασθένειες: AIDS, ηπατίτιδα Β, Μεσογειακή αναιμία, καρδιαγγειακά νοσήματα, ασθένειες στο εργασιακό περιβάλλον, σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, καρκίνος,Στοματική υγιεινή, Ατυχήματα και Ασφάλεια, Πρώτες Βοήθειες, Εθελοντισμός και Υγεία: Αιμοδοσία, Προσφορά ιστών και Οργάνων</p>	<p><b>Ανθρώπινα Δικαιώματα – Δημοκρατία:</b> Προβλήματα Φτώχειας, Αναλφαβητισμού κ.ά, Δημοκρατικά δικαιώματα, δικαιώματα του πολίτη, Κοινωνικός αποκλεισμός, Ισότητα ευκαιριών, Ισότητα φύλων, Ρατσισμός, ξενοφοβία</p>



<p><b>Ψυχική Συναισθηματική</b>          Συναισθηματική και Ψυχοκινητική Ανάπτυξη – Αντιμετώπιση Προβλημάτων, Αυτοεκτίμηση, Αυτοσυναίσθημα – Ανάπτυξη Δεξιοτήτων, Διαπροσωπικές Σχέσεις, Ανάπτυξη δεξιοτήτων για αντιμετώπιση του άγχους και του φόβου, Αντιμετώπιση πένθους, Εφηβεία, συμπεριφορές και αντιλήψεις, Εξαρτήσεις (ναρκωτικά, αλκοόλ, κάπνισμα, ηλεκτρονικά μέσα, τυχερά παιχνίδια, κλπ)</p>	<p><b>Υγεία-Κοινωνική ανάπτυξη:</b>  <b>Ποιότητα Ζωής:</b> Κατοικία, Υγιεινή και Ασφάλεια, Ποιότητα ζωής στο εργασιακό και κοινωνικό περιβάλλον - Έκθεση σε τοξικές ουσίες, Φυσική Ζωή, άσκηση και υγιεινός τρόπος διαβίωσης, Διατροφικές συνήθειες και μεταλλαγμένα τρόφιμα, Εθελοντισμός, Πολιτική Προστασία: Πρόληψη και αντιμετώπιση έκτακτων καταστάσεων/ Σεισμοί, πλημμύρες, πυρκαγιές</p>
<p><b>Υγεία, Ιστορία και Τέχνη:</b> Μυθολογία, Ιστορικές Αντιλήψεις για την υγεία, Έθιμα, δοξασίες και λαογραφικά στοιχεία, Μνημεία, έργα και αρχαιολογικοί χώροι (π.χ. προσωποποιήσεις Υγείας, Ασκληπιεία, Αμφιαράεια κ.ά.)</p>	<p><b>Κυκλοφοριακή Αγωγή:</b> Οδική συμπεριφορά πεζών και οδηγών, Οδική συμπεριφορά μαθητών: οι μαθητές ως οδηγοί και ως επιβάτες – διαμόρφωση κυκλοφοριακής συνείδησης, Οδική Ασφάλεια</p>
<p><b>Υγεία και Λογοτεχνία:</b> Ζητήματα σωματικής/ ψυχικής υγείας και ποιότητας ζωής στην μυθιστοριογραφία και την ποίηση</p>	<p><b>Αγωγή του καταναλωτή:</b> Αγωγή του καταναλωτή και οικονομία, Αγωγή του καταναλωτή και κοινωνία, Πληθυσμιακές μετακινήσεις και κατανάλωση, Υγεία και κατανάλωση, Ανάλυση προτύπων κατανάλωσης κ.ά.</p>

## Κεφάλαιο 4. Μεθοδολογία διεξαγωγής της εργασίας

### 4.1. Σκοπος και στόχοι

Στο θεωρητικό μέρος της εργασίας έγινε προσπάθεια να αποσαφηνιστούν βασικές έννοιες. Έγινε ανασκόπηση της τρέχουσας βιβλιογραφίας αναφορικά με τη νομοθεσία που ισχύει στη χώρα μας, συγκεντρώθηκαν στοιχεία για το ρόλο του σχολείου ως χώρου προαγωγής υγείας αλλά και το ρόλο που διαδραματίζουν οι εκπαιδευτικοί.

Σκοπός της μελέτης που ακολουθεί είναι να γίνει καταγραφή των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας όπως έχουν εφαρμοστεί στο νομό Ηρακλείου. Στην καταγραφή αυτή θα περιλαμβάνονται στοιχεία όπως η θεματική στην οποία εντάσσονται, οι παδαγωγικοί στόχοι που έχουν τεθεί, η μεθοδολογία που έχει χρησιμοποιηθεί από τους εκπαιδευτικούς καθώς και οι δραστηριότητες που έχουν υλοποιήσει σχετικά με την θεματική ενότητα.

### 4.2. Ερευνητικά ερωτήματα

Ποιες είναι οι θεματικές ενότητες που επιλέγουν οι εκπαιδευτικοί για την υλοποίηση προγραμμάτων Αγωγής Υγείας;

Ποιες είναι οι τεχνικές διδασκαλίας και η μεθοδολογία που χρησιμοποιούν;

### 4.3. Μέθοδος συλλογής των δεδομένων

Αξιοποιήθηκε μεθοδολογία η ανάλυση περιεχομένου. Με την ανάλυση περιεχομένου «επιδιώκεται η αναδιοργάνωση των πληροφοριακών στοιχείων που εμπεριέχουν τα τεκμήρια» (Βάμβουκας στο Τζάνη, Μ. & Κεχαγιάς, Χ., 2005, σ. 5). Τα είδη στα οποία διακρίνεται είναι: α) «λεξιλογική ανάλυση, στην οποία οι λέξεις, όροι, σύμβολα κλπ., διακρίνονται και ταξινομούνται σε προκαθορισμένες κατηγορίες, αφού προηγουμένως έχουν οριστεί τα κλειδιά (όροι) της ανάλυσης. Η επιλογή των συγκεκριμένων όρων ως ενοτήτων ανάλυσης πραγματοποιείται σε συσχέτιση με τον σκοπό της έρευνας. β) φραστική ανάλυση, κατά την οποία το κείμενο διαιρείται στα συστατικά του μέρη (κυρίως συντακτικό) και η ανάλυση πραγματοποιείται τμηματικά αλλά σε σχέση με το συγκεκριμένο. γ) θεματική ή σημασιολογική ανάλυση. Η ανάλυση εστιάζεται σε έννοιες, νοήματα ή θέματα που ανακαλούνται αναφορικά με το αντικείμενο μελέτης, συγκεντρώνονται πληροφορίες για το αντικείμενο και το πώς αυτό γίνεται αντιληπτό από από άτομα ή ομάδες (γνώμες, πεποιθήσεις, ερμηνείες που διατυπώνονται). Με αυτόν τον τρόπο γνωστοποιούνται στον ερευνητή τόσο τα αντικείμενα, όσο και τα υποκείμενα που οδηγήθηκαν για να εκφραστούν με έναν συγκεκριμένο τρόπο για το αντικείμενο». (Τζάνη & Κεχαγιάς 2005, σ.6).

Η συλλογή και η ανάκτηση των δεδομένων έγινε από το ηλεκτρονικό αποθετήριο των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας (<http://sxoldra.mysch.gr/s/index.php/apothetirio-programmaton>). Η ηλεκτρονική πλατφόρμα είναι ανοικτή και προσβάσιμη στο κοινό.

Σε αυτή αναρτώνται τα προγράμματα που υλοποιούνται από τους εκπαιδευτικούς. Η επιλογή των προγραμμάτων έγινε σύμφωνα με κάποια κριτήρια. Απαραίτητο ήταν να αναφέρονται οι στόχοι που είχαν τεθεί κατά την εφαρμογή του προγράμματος, η μεθοδολογία που είχε ακολουθηθεί καθώς και οι δραστηριότητες που επιλέχθηκαν για την υλοποίηση του προγράμματος. Τα προγράμματα που δεν πληρούσαν τα συγκεκριμένα κριτήρια αποκλείονταν από την μελέτη. Κάθε αρχείο μελετήθηκε χωριστά. Έγινε ομαδοποίηση των προγραμμάτων ανά σχολικό έτος. Για την ανάλυση των δεδομένων δημιουργήθηκαν οι κατηγορίες προκειμένου να απαντηθούν τα ερωτήματα που είχαν τεθεί και για να γίνει συγκριτική μελέτη και ανάλυση αυτών. Οι κατηγορίες που προέκυψαν κατά τη φάση της ανάλυσης είναι:

- Θεματολογία Προγράμματος – Τίτλος Προγράμματος
- Παιδαγωγικοί Στόχοι – Στόχοι του Προγράμματος
- Μεθοδολογία – Τεχνικές Διδασκαλίας
- Δραστηριότητες

#### 4.4. Περιορισμοί της έρευνας

Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας αντιπροσωπεύουν μόνο τα προγράμματα που έχουν κατατεθεί προαιρετικά από τους εκπαιδευτικούς στο ηλεκτρονικό αποθετήριο. Δεν αφορούν τα σύνολο των προγραμμάτων που έχουν κατατεθεί και εγκριθεί και αξιολογηθεί από τη Δευτεροβάθμια Διεύθυνση. Το δείγμα που επιλέχθηκε έγινε σύμφωνα με τα κριτήρια που αναφέρθηκαν παραπάνω. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα να μην συμπεριληφθούν όλες οι εργασίες που είχαν κατατεθεί γιατί δεν πληρούσαν τα κριτήρια. Επιλέχθηκαν ηλεκτρονικά αρχεία διότι τα αρχεία αυτά είναι δυνατόν να ταξινομηθούν και να αναλυθούν σε σύντομο χρονικό διάστημα. Η κατάθεση των προγραμμάτων στο ηλεκτρονικό αποθετήριο είναι προαιρετική για τους εκπαιδευτικούς. Ενδεχομένως, οι εκπαιδευτικοί που επέλεξαν την καταχώρηση του προγράμματος να ήταν περισσότερο σίγουροι για την ποιότητα του αποτελέσματος. Οι εργασίες που έχουν καταχωρηθεί απαντούν σε βασικά ερωτήματα, όπως αυτά έχουν τεθεί από τις αρμόδιες Διευθύνσεις, όμως είναι φανερή η έλλειψη ενός κοινού πλαισίου αναφοράς. Δηλαδή, σε κάποιες περιπτώσεις αναγράφεται η ειδικότητα του εκπαιδευτικού ενώ σε κάποιες άλλες όχι σε άλλες αναφέρεται ο αριθμός των συμμετεχόντων άλλες απουσιάζει η αναφορά στη μεθοδολογία.

#### 4.5. Παρουσίαση των αποτελεσμάτων

Φαίνεται ότι στην πλειοψηφία τους οι εκπαιδευτικοί επιλέγουν να υλοποιήσουν προγράμματα που εντάσσονται στην ευρύτερη κατηγορία *Ποιότητα της ζωής*. Από το σύνολο του δείγματος (40) τα 18 προγράμματα εντάσσονται στην συγκεκριμένη κατηγορία. Στο σύνολο φαίνεται να επιλέγονται οι βιωματικές δράσεις και οι

διαλεξείς. Σε κάποιες από τις περιπτώσεις υπάρχει συνεργασία μεταξύ του σχολείου και άλλων φορέων ή επαγγελματιών. Αναλυτικότερα, παρουσιάζεται το σύνολο των προγραμμάτων, η μεθοδολογία κάθε προγράμματος και οι δραστηριότητες που υλοποιήθηκαν.

1. «Κρητών Γεύσεις- Μεσογειακή Διατροφή». Ειδική θεματολογία, διατροφή και διατροφικές συνήθειες. Στο συγκεκριμένο πρόγραμμα επιλέχθηκαν βιωματικές δραστηριότητες όπως προετοιμασία υγιεινών γευμάτων για να γνωρίσουν οι μαθητές τα τοπικά υλικά και τα φαγητά που μπορούν να παρασκευαστούν με αυτά. Ακόμη, πραγματοποιήθηκε εκπαιδευτική επίσκεψη σε τυροκομικές εγκαταστάσεις του νομού Ηρακλείου.
2. «Τρώγοντας υγιεινά, μεγαλώνουμε καλά: οι πρακτικές του σχολικού κυλικείου». Ειδική θεματολογία, διατροφή και διατροφικές συνήθειες. Στο συγκεκριμένο πρόγραμμα έγινε συνδυασμός διαστηριοτήτων. Δημιουργήθηκε ερωτηματολόγιο για τα προϊόντα που θα εμπορεύεται το κυλικείο του σχολείου. Πραγματοποιήθηκαν εκπαιδευτικές επισκέψεις, υπήρξε συνεργασία του σχολείου με άλλους επαγγελματίες με στόχο την πληρέστερη ενημέρωση των μαθητών για θέματα διατροφής, διοργανώθηκε σχολική θεατρική παράσταση με αφορμή το θέμα του προγράμματος.
3. «Άσκηση – Υγεία – Ψυχαγωγία». Ειδική θεματολογία: Φυσική Ζωή, άσκηση και υγιεινός τρόπος διαβίωσης, Διατροφικές συνήθειες. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα υλοποιήθηκε μέσα από μια πληθώρα εκπαιδευτικών δράσεων. Αρχικά, δημιουργήθηκε ερωτηματολόγιο για την καταγραφή των διατροφικών συνθηκών των μαθητών και για την συχνότητα της φυσικής τους άσκησης. Το σχολείο συνεργάστηκε με άλλους επαγγελματίες οι οποίες στα πλαίσια διάλεξης ενημέρωσαν τους μαθητές για το συγκεκριμένο θέμα. Έπειτα, παρουσιάστηκαν στους μαθητές εναλλακτικές μορφές αθλητισμού, όπως, άσκηση στο βουνό, τη θάλασσα. Τα αθλήματα που γνώρισαν οι μαθητές τα έκαναν πρακτική εξάσκηση σε παραθαλάσσια περιοχή εντός Ηρακλείου, ενώ για τα χειμερινά αθλήματα διοργανώθηκε τριήμερη εκδρομή εκτός Κρήτης για να εξασκηθούν σε αυτά.
4. «Αθλητισμός και Μαθητές». Ειδική θεματολογία: Φυσική ζωή, άσκηση. Στο συγκεκριμένο πρόγραμμα, επιλέχθηκαν ως δραστηριότητες η επίσκεψη στο δημοτικό γυμναστήριο και η παρακολούθηση αγώνα μπάσκετ, η συμμετοχή σε μαθητικούς αγώνες αντισφαίρισης καθώς και η διοργάνωση ημερίδας για την ενημέρωση της σχολικής κοινότητας και της ευρύτερης κοινότητας.
5. «Αθλητισμός και Διατροφή ως Παράγοντες Υγείας του μαθητή»: Ειδική θεματολογία: Φυσική ζωή, άσκηση. Στα πλαίσια του προγράμματος ανάμεσα στις δράσεις συγκαταλέγονται η παρακολούθηση αγώνα βόλεις, η συνεργασία με ειδικούς επαγγελματίες στα πλαίσια διάλεξης με θέμα τις διατροφικές

συνηθεις, η προετοιμασία υγιεινού γεύματος, η επίσκεψη σε μνημεία πολιτισμού καθώς και η συμμετοχή σε μαθητικό κύπελλο επιτραπέζιας αντισφαίρισης.

6. «Άσκηση-Υγεία-Ψυχαγωγία». Ειδική θεματολογία: Φυσική ζωή, άσκηση, διατροφή. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα παρουσιάζει ομοιότητες με το πρόγραμμα (3) καθώς έχει υλοποιηθεί στην ίδια σχολική μονάδα με την πάροδο ενός έτους. Οι δραστηριότητες είναι οι ίδιες. Μεταξύ άλλων αναφέρονται η διανομή ερωτηματολογίου για την καταγραφή των διατροφικών συνηθειών των μαθητών. Η συνεργασία με φοιτητές του τμήματος Ιατρικής στα πλαίσια διάλεξης με θέμα τη διατροφή. Η γνωριμία με χειμερινά και θαλάσσια σπορ. Η εξάσκηση στα αθλήματα στα πλαίσια εκπαιδευτικών εκδρομών.
7. «Από την Παραγωγή στην Κατανάλωση». Το συγκεκριμένο πρόγραμμα θα μπορούσε να ενταχθεί και στην κατηγορία Αγωγή του καταναλωτή. Κατηγοριοποιήθηκε στην ενότητα Ποιότητα ζωής – διατροφή λόγω των δραστηριοτήτων που επιλέχθηκαν. Οι βιωματικές δραστηριότητες που έγιναν στα πλαίσια του προγράμματος αφορούσαν την επίσκεψη σε λαχαναγορές για τη γνωριμία με τα υλικά και την υλοποίηση υγιεινών γευμάτων.
8. «Άσκηση-Υγεία-Ψυχαγωγία». Το πρόγραμμα αυτό εντάσσεται στην ειδική θεματολογία φυσική ζωή, άσκηση και διατροφή. Οι κύριες δραστηριότητες αφορούσαν την καταγραφή των διατροφικών συνηθειών των μαθητές, τις σωματομετρικές μετρήσεις τους μέσω ερωτηματολογίου. Τη γνωριμία με εναλλακτικές μορφές αθλητισμού (π.χ. Γκολφ, τοξοβολία) και την εξάσκηση στα αθλήματα αυτά. Την υλοποίηση τριήμερης εκπαιδευτικής εκδρομής για την εξάσκηση σε χειμερινά αθλήματα.
9. «Άσκηση-Υγεία-Ψυχαγωγία». Το πρόγραμμα είναι το ίδιο με αυτά που παρουσιάστηκαν στις θέσεις (3) και (6). Δεν διαφοροποιείται σημαντικά.
10. «Ασκούμαι, Κατασκευάζω, Διασκεδάζω: Δραστηριότητες Βελτίωσης Αδρής και Λεπτής Κινητικότητας με τη Χρήση Ιδιοκατασκευών από Ανακυκλώσιμα Υλικά». Η ειδική θεματολογία του προγράμματος αφορά την φυσική άσκηση και τον υγιεινό τρόπο διαβίωσης. Η μεθοδολογία του προγράμματος ήταν σύμφωνη με τη θεωρητική επεξεργασία του θέματος, τον σχεδιασμό κινητικών δραστηριοτήτων και παιχνιδιών, την εξατομικευμένη προσέγγιση για την βελτίωση χαρακτηριστικών της κίνησης. Υλοποιήθηκαν διάφορες δραστηριότητες όπως ενημέρωση των μαθητών για την ανακύκλωση, συμμετοχή των μαθητών σε παιχνίδια με στόχο την κατανόηση διαχωρισμού των ανακυκλώσιμων υλικών, εκπαιδευτικές επισκέψεις σε χώρους άθλησης και αναψυχής, συγκέντρωση υλικών και δημιουργική απασχόληση, εργαστήριο ιδιοκατασκευών παιχνιδιού και άλλου ψυχοκινητικού υλικού.

11. «Μεσογειακή Διατροφή και Ήπια Σωματική Άσκηση». Η ειδική θεματολογία του προγράμματος είναι η φυσική άσκηση και η διατροφή. Για την υλοποίηση του αξιοποιήθηκε εκπαιδευτικό υλικό και υλοποιήθηκαν διαλέξεις σχετικές με το θέμα.
12. «Προσέχω για να έχω ...Υγεία». Η ειδική θεματολογία είναι Υγιεινή και ασφάλεια. Το πρόγραμμα υλοποιήθηκε με βιωματικές δράσεις, συγκεκριμένα πραγματοποιήθηκε εκπαιδευτική επίσκεψη σε σχολή κομμωτικής, υπήρξε συνεργασία με τον Ερυθρό Σταυρό στα πλαίσια διάλεξης, δόθηκε ερωτηματολόγιο στους μαθητές για καταγραφή των συνηθειών τους. Με αφορμή τα αποτελέσματα έγινε συζήτηση.
13. «Το πινγκ-πονγκ μέσα στο ημερήσιο πρόγραμμα κάθε σχολείου». Η Ειδική θεματολογία είναι η φυσική ζωή, άσκηση. Στα πλαίσια του συγκεκριμένου προγράμματος οι μαθητές αναζήτησαν πληροφορίες αναφορικά με το θέμα και έλαβαν μέρος στο ενδοσχολικό και διασχολικό πρωτάθλημα.
14. «Χορεύοντας... στον καμβά της ζωής μου!». Το συγκεκριμένο πρόγραμμα βάσει των δραστηριοτήτων που έχουν υλοποιηθεί μπορεί να καταταχθεί σε δύο διαφορετικές κατηγορίες, η μία είναι αυτή της Ποιότητας ζωής, ειδική θεματολογία Φυσική Ζωή, άσκηση και υγιεινός τρόπος διαβίωσης και η άλλη αυτή της Υγείας, Ιστορίας και Τέχνης καθώς ανάμεσα στους στόχους ήταν η καλλιτεχνική έκφραση και δημιουργία των μαθητών. Στις δραστηριότητες συμπεριλαμβάνονταν οι λαϊκοί, παραδοσιακοί και μοντέρνοι χοροί, η αναπαραγωγή μοντέρνας χορογραφίας, η δημιουργία μουσικού κομματιού, η δημιουργία εικαστικού περιεχομένου, η συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες και παιχνίδια, εκπαιδευτικές επισκέψεις σε αθλητικό χώρο και σε στούντιο ηχογράφησης, αλληλεπίδραση με μαθητές άλλου σχολείου.
15. «Άσκηση – Υγεία – Ψυχαγωγία». Η ειδική θεματολογία που κατατάσσεται το πρόγραμμα είναι η φυσική άσκηση και ζωή. Είναι το ίδιο πρόγραμμα που αναφέρεται στις θέσεις (3, 6 & 9). Οι δραστηριότητες δε διαφοροποιούνται σε σύγκριση με τα προγράμματα των προηγούμενων ετών.
16. «Επιτραπέζια αντισφαίριση: η διαθέσιμη φυσική δραστηριότητα κάθε σχολείου». Ειδική θεματολογία του προγράμματος είναι η φυσική άσκηση. Στα πλαίσια του προγράμματος έγινε αναζήτηση πληροφοριών σχετικά με το θέμα και διεξαγωγή ενδοσχολικού και διασχολικού πρωταθλήματος.
17. «Άσκηση – Υγεία – Ψυχαγωγία». Το πρόγραμμα επαναλαμβάνεται για 5 φορές. Αυτό σημαίνει ότι οι υπεύθυνοι εκπαιδευτικού του προγράμματος το υλοποιούν κάθε νέο σχολικό έτος. Δεν υπάρχουν επισημάνσεις και διαφοροποιήσεις. Είναι όμοιο με αυτά στις θέσεις: 3, 6, 9 και 12.

18. «Γεύσεις με άρωμα Κρήτης». Ειδική θεματολογία υγιεινός τρόπος διαβίωσης και διατροφή. Οι δραστηριότητες σχετίζονταν με την προετοιμασία κρητικών γευμάτων, έγινε αναζήτηση μαντινάδων σχετικών με τη διατροφή,. Άλλες δραστηριότητες ήταν η συνεργασία του σχολείου με φορείς και η ζωγραφική.

Στην θεματολογία *Κυκλοφοριακή Αγωγή* εντάσσονται τα παρακάτω προγράμματα. Όπως και στα προγράμματα της προηγούμενης θεματικής που παρουσιάστηκε, η βιωματική μάθηση επιλέγεται στις περισσότερες περιπτώσεις από τους εκπαιδευτικούς καθώς η γνώση που αποκτάται μέσω εμπειρίας και προσωπικών βιωμάτων γίνεται κτήμα του μαθητή. Οι δραστηριότητες σχετίζονται με την αναζήτηση πληροφοριακού υλικού, την ενημέρωση επί του θέματος μέσω διαλέξεων καθώς και τη συνεργασία με άλλους φορείς στα πλαίσια βιωματικών δράσεων.

1. «*Κυκλοφορώ και δεν αδιαφορώ*». Για την υλοποίηση του προγράμματος εφαρμόστηκαν η ομαδοσυνεργατική μέθοδος, η βιωματική προσέγγιση και η συλλογική οπτικοσκοπτικού υλικού. Επιλέχθηκαν δραστηριότητες για τη διερεύνηση της κυκλοφοριακής συμπεριφοράς των μαθητών, όπως, διάλογος και συμπλήρωση ερωτηματολογίου, το σχολείο συνεργάστηκε με άλλους φορείς, την τροχαία και μια εθελοντική ομάδα και τέλος έγινε έκθεση κολάζ εντός του σχολείου για την παρουσίαση του ζητήματος
2. «*Με το Χάρακα στο δρόμο*». Μεθοδολογικά, για το πρόγραμμα αξιοποιήθηκαν παιχνίδια ρόλων, έγινε επιτόπια έρευνα καθώς και χρήση ερωτηματολογίων. Τα ερωτηματολόγια αφορούσαν την καταγραφή της οδικής συμπεριφοράς των γονέων. Ακόμη, το σχολείο συνεργάστηκε με την τροχαία στα πλαίσια διάλεξης με θέμα την ασφαλή οδήγηση και τα ατυχήματα. Άλλη δράση που υλοποιήθηκε ήταν η εκπαιδευτική επίσκεψη στις εγκαταστάσεις του ΤΕΙ Κρήτης για την απόκτηση εμπειρία οδήγησης στον προσομοιωτή.
3. «*Κυκλοφορώ με ασφάλεια/Αυκλοφοριακή Αγωγή και Συνείδηση*». Στις μεθόδους του προγράμματος αξιοποιήθηκαν η καθοδηγούμενη, διερευνητική, βιωματική και ομαδοσυνεργατική μέθοδος. Ως προς τις δραστηριότητες υλοποιήθηκε έρευνα με τη χρήση ερωτηματολογίου, συνεργασία με άλλους φορείς, συγκεκριμένα με εθελοντική ομάδα η οποία ενημέρωσε τους μαθητές σε θέματα οδικής ασφάλειας, πραγματοποιήθηκε εκπαιδευτική επίσκεψη στις εγκαταστάσεις του ΤΕΙ Κρήτης για να γνωρίσουν οι μαθητές τον προσομοιωτή οδήγησης, οι μαθητές δημιούργησαν μπλούζες με σύνθημα «STOP. Προτεραιότητα στη Ζωή», ακόμη, δημιούργησαν βίντεο. Τα αποτελέσματα του προγράμματος παρουσιάστηκαν στην κοινότητα της περιοχής.
4. «*Μέσα στην πόλη περπατώ*». Η βιωματική μάθηση επιλέχθηκε ως μεθοδολογία του προγράμματος. Οι δραστηριότητες που υλοποιήθηκαν ήταν η εικαστική έκφραση των μαθητών, η ανάγνωση παραμυθιού και η συγγραφή

παραμυθιού αναφορικά με το θέμα και η συνεργασία με την τροχαία στα πλαίσια ενημέρωσης για την κυκλοφοριακή αγωγή καθώς και η εκπαιδευτική επίσκεψη στο πάρκο κυκλοφοριακής αγωγής.

5. «*Τους κανόνες ΚΟΚ τηρώ... ασφαλώς κυκλοφορώ!*». Μεθοδολογικά εφαρμόστηκαν οι αρχές της βιωματικής μάθησης και η αξιοποίηση ψηφιακών εκπαιδευτικών εργαλείων. Υλοποιήθηκε ένας συνδυασμός δράσεων, όπως, εκπαιδευτική επίσκεψη στις εγκαταστάσεις του ΤΕΙ Κρήτης και συγκεκριμένα στον προσομοιωτή οδήγησης, επίσκεψη στο πάρκο κυκλοφοριακής αγωγής, θεατρικό παιχνίδι με θέμα την οδική ασφάλεια, δημιουργία προγράμματος-εφαρμογής ενός κουίζ κυκλοφοριακής αγωγής, δημιουργία συνεργατικού ψηφιακού βιβλίου, πίσκεψη και συμμετοχή μαθητικό φεστιβάλ Ψηφιακής Δημιουργίας, συμμετοχή και παρουσίαση των Προγραμμάτων Σχολικών Δραστηριοτήτων «Made in school 2018».

*Ψυχική Υγεία-Κοινωνική Συναισθηματική ανάπτυξη:* Από τα προγράμματα που μελετήθηκαν για την παρούσα εργασία τα 10 από αυτά αναφέρονται στην ευρύτερη θεματολογία της *ψυχικής υγείας – κοινωνικής και συναισθηματικής ανάπτυξης*. Ως προς τη μεθοδολογία των προγραμμάτων παρατηρείται η εστίαση στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και στην κατανόηση των συναισθημάτων. Μεθοδολογικά, εφαρμόζεται η βιωματική μάθηση και η ενεργή συμμετοχή των μαθητών στις δραστηριότητες. Ως προς τις δραστηριότητες οι βιωματικές ασκήσεις, τα παιχνίδια ρόλων φαίνεται να εξυπηρετούν την ανάγκη της θεματολογίας ενώ δεν απουσιάζουν η συζήτηση, ο διάλογος και η συνεργασία με εξειδικευμένους επαγγελματίες και φορείς. Παρακάτω, παρουσιάζονται τα προγράμματα αυτά.

1. «Γνωρίζω τον εαυτό μου – Ζω χωρίς άγχος». Η ειδική θεματολογία του προγράμματος αφορά την ανάπτυξη δεξιοτήτων για την αντιμετώπιση του άγχους. Η επιλογή του συγκεκριμένου θέματος από τους εκπαιδευτικούς έγινε με αφορμή τις αγχογόνες καταστάσεις που βιώνουν οι μαθητές στο σχολείο. Η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε ήταν η βιβλιογραφική έρευνα και οι βιωματικές δράσεις. Ανάμεσα στις δραστηριότητες που υλοποιήθηκαν ήταν βιωματικές ασκήσεις αναπνοής και χαλάρωσης, ασκήσεις αναγνώρισης των συναισθημάτων, ασκήσεις ελέγχου του άγχους, δόθηκε ερωτηματολόγιο στους μαθητές για τη διερεύνηση του άγχους, υπήρξε συνεργασία του σχολείου με ειδικούς επιστήμονες οι οποίοι ενημέρωσαν τους μαθητές σε θέματα άγχους.
2. «Διαμεσολάβηση Συνομηλίκων, Διαμεσολαβητές εν δράσει». Η ειδική θεματολογία που κατατάσσεται το συγκεκριμένο πρόγραμμα είναι η ανάπτυξη δεξιοτήτων διαπροσωπικών σχέσεων για την αντιμετώπιση συγκρουσιακών καταστάσεων. Μεθοδολογικά, αξιοποιήθηκαν βιωματικές πρακτικές προβληματισμού καθώς και πρακτικές αντιμετώπισης συγκρούσεων. Οι μαθητές στα πλαίσια των εβδομαδιαίων συναντήσεων διάρκειας δύο ωρών,



συμμετείχαν σε εικονική διαμεσολάβηση, παρακολούθησαν πραγματικές διαδικασίες διαμεσολάβησης, συστηματική παρέμβαση σε συγκεκριμένους συμμαθητές τους, έκφραση των μαθητών μέσα από καλλιτεχνικές δραστηριότητες.

3. «Διαμεσολάβηση Συνομηλίκων, Διαμεσολαβητές εν δράσει». Το ίδιο πρόγραμμα υλοποιήθηκε και την επόμενη σχολική χρονιά. Δεν υπάρχουν διαφοροποιήσεις ως προς τη μεθοδολογία και τις δραστηριότητες που επιλέχθηκαν για το συγκεκριμένο πρόγραμμα.
4. «Η Διαμεσολάβηση συνομηλίκων ως στρατηγική αντιμετώπισης της ενδοσχολικής βίας». Κατά την υλοποίηση του προγράμματος οι μαθητές απέκτησαν δεξιότητες ενσυναίσθησης, συνεργασίας, ομαδικού πνεύματος για την πρόληψη και αντιμετώπιση περιστατικών ενδοσχολικής βίας. Ως προς τη μεθοδολογία έγινε συζήτηση με τους μαθητές και εφαρμόστηκαν μέθοδοι βιωματικής μάθησης και αλληλεπίδρασης.
5. «Μιλώ, Μοιράζομαι, Μαθαίνω». Το πρόγραμμα αυτό αναπτύσσει ως ειδική θεματολογία την ανάπτυξη δεξιοτήτων. Εστιάζει στην αναγνώριση του εαυτού και των συναισθημάτων που έχουν οι μαθητές και στην καλλιέργεια δεξιοτήτων αυτονομίας και αυτοεξυπηρέτησης. Η μεθοδολογία του προγράμματος ήταν η συζήτηση, η διάλεξη και η αλληλεπίδραση. Το πρόγραμμα υλοποιήθηκε μέσα από τις εξής δράσεις: συγγραφή της ιστορίας, αναζήτηση και επεξεργασία υλικού, ηχογράφηση ιστορίας, δημιουργία ταινίας, έκθεση πήλινων και παρουσίαση τους με τη λήξη του σχολικού έτους. Επιπλέον, το σχολείο συνεργάστηκε με άλλους φορείς, όπως το ΤΕΙ Κρήτης και ομάδα εθελοντών στα πλαίσια διαλέξεων για την ευαισθητοποίηση και την ενημέρωση των μαθητών. Τέλος, πραγματοποιήθηκε εκπαιδευτική επίσκεψη σε εργαστήριο κεραμικής.
6. «Ο εαυτός μου...και οι άλλοι». Η ειδική θεματολογία του προγράμματος αφορά την ανάπτυξη δεξιοτήτων, τις αντιλήψεις και τις συμπεριφορές των μαθητών για την πρόληψη βλαπτικών για την υγεία συμπεριφορών. Η μεθοδολογία ήταν σύμφωνη με την ομαδοσυνεργατική μάθηση και διδασκαλία. Στη διάρκεια των συναντήσεων επεξεργάστηκαν θέματα όπως «Ποιος είμαι, Οι άλλοι κι εγώ, Πως αλλάζω- εφηβεία, τελικά αρέσω στον εαυτό μου, τα δικαιώματα του εφήβου, εγώ και η οικογένεια μου, εγώ και οι φίλοι μου, εγώ και το άλλο φύλο, πως επικοινωνώ, αυτό που θέλω για μένα, εγώ αποφασίζω και πραγματοποιώ, νιώθω ωραία-άσχημα». Ακόμη, η σχολική αίθουσα βελτιώθηκε αισθητικά ενώ στα πλαίσια εκπαιδευτικής επίσκεψης στο δήμο παρακολούθηθηκε η διαδικασία συνεδρίας του δημοτικού συμβουλίου καθώς και η τέλεση πολιτικού γάμου.

7. «Όλοι ίδιοι – όλοι διαφορετικοί». Η ειδική θεματολογία του προγράμματος αφορά την αντιμετώπιση προβλημάτων και την ανάπτυξη δεξιοτήτων, όσον αφορά την ενδοσχολική βία. Ως προς τη μεθοδολογία εφαρμόστηκαν βιωματικές ασκήσεις συναισθημάτων, θεατρικό παιχνίδι, ομάδες αυτογνωσίας και αναγνώρισης συναισθημάτων. Πιο συγκεκριμένα, έγιναν βιωματικές ασκήσεις, προβολή ταινιών αλλά και δημιουργία ταινίας μικρού μήκους. Επιπλέον, υπήρξε συνεργασία με κοινωνικούς επιστήμονες, ηθοποιούς και δημοσιογράφους για την προσέγγιση της συγκεκριμένης θεματικής.
8. «Χτίζοντας το μαζί». Η ειδική θεματολογία του προγράμματος αφορά την αυτοεκτίμηση των μαθητών και την ανάπτυξη δεξιοτήτων για την υιοθέτηση συνειδητών αποφάσεων και συμπεριφορών. Στη μεθοδολογία συμπεριλαμβάνονται η βιωματική μάθηση, τα παιχνίδια ρόλων, οι ασκήσεις ελεύθερου συνειρμού, τα παιδαγωγικά παιχνίδια κλειστού και ανοιχτού χώρου, η προβολή μικρών ταινιών και οι συζητήσεις. Ως προς τις δραστηριότητες υλοποιήθηκαν βιωματικές ασκήσεις, διοργανώθηκε ανταλλαγή επισκέψεων πισκέψεων με το Κέντρο Υποδοχής Ασυνόδευτων Ανηλίκων Προσφύγων, οι μαθητές εκφράστηκαν μέσω των εικαστικών τεχνών, ενώ με αφορμή την επίσκεψη στο Κέντρο Υποδοχής Ασυνόδευτων Ανηλίκων Προσφύγων δημιουργήθηκε ένας τρισδιάστατος τροχός.
9. «Η σχέση μου με το περιβάλλον». Ως προς την ειδική θεματολογία το πρόγραμμα αφορά την ανάπτυξη δεξιοτήτων των μαθητών. Στη μεθοδολογία του προγράμματος αναφέρονται τα φύλλα εργασίας και οι βιωματικές ασκήσεις. Πιο συγκεκριμένα οι δραστηριότητες που υλοποιήθηκαν ήταν η επεξεργασία θεμάτων όπως ποιος είμαι, οι κοινωνικοί ρόλοι, το περιβάλλον μου κι εγώ, κ.ά. Πραγματοποιήθηκαν εκπαιδευτικές επισκέψεις στη βιβλιοθήκη του Πανεπιστημίου Κρήτης, στο τμήμα Χημείας καθώς και στο μουσείο Φυσικής Ιστορίας.
10. «Όταν θέλεις Μπορείς!». Το πρόγραμμα αναπτύσσεται στα πλαίσια της ειδικής θεματολογίας της αυτοεκτίμησης. Η μεθοδολογία του προγράμματος ήταν η συζήτηση και η βιωματική αλληλεπίδραση. Οι δραστηριότητες που υλοποιήθηκαν ήταν οι εξής: συνεργασία με ειδικό επαγγελματία και συγκεκριμένα με ψυχολόγο, παρακολούθηση βίντεο με θέμα την ενδυνάμωση, την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση, συμμετοχή των μαθητών σε δράσεις του σχολείου, προώθηση της αυτενέργειας των μαθητών αναφορικά με τις σχολικές δράσεις και η δημιουργία ταινίας μικρού μήκους με θέμα τα συναισθήματα.

Ακολούθως, παρουσιάζονται τα προγράμματα με θεματολογία την *Υγεία*.

1. «Από το παραμύθι του Σελ Σίλβερσταιν, - Το δέντρο που έδινε- στον εθελοντισμό και την προσφορά». Το πρόγραμμα αυτό αφορά την ειδική

θεματολογία του εθελοντισμού με έμφαση στο περιβάλλον. Η μεθοδολογία που έγινε ήταν η εργασία σε ομάδες. Οι δραστηριότητες που έγιναν ήταν: εκπαιδευτική εκδρομή σε σπήλαιο, η συμμετοχή σε κινητοποίηση ενάντια στην κλιματική αλλαγή, η δενδροφύτευση, η συμμετοχή σε αγώνα δρόμου, η δημιουργία βοτανικού κήπου και η τοποθέτηση κάδων εντός του σχολείου.

2. «Πρώτες Βοήθειες - Βοηθώντας ο ένας τον άλλο». Η ειδική θεματολογία του προγράμματος αφορά τις Πρώτες βοήθειες και τον εθελοντισμό. Η μεθοδολογία που επιλέχθηκε ήταν η ομαδοσυνεργατική μάθηση και η μέθοδος project. Όσον αφορά τις δραστηριότητες έγινε συλλογή και επεξεργασία του πληροφοριακού υλικού, υπήρξε συνεργασία με ομάδα εθελοντών στα πλαίσια ενημέρωσης για τις Πρώτες βοήθειες όπως και με φοιτητές Ιατρικής.
3. Όταν η οδοντόβουρτσα συνάντησε τον Τραπεζίτη». Το πρόγραμμα αυτό έγινε στα πλαίσια της ειδικής θεματολογίας της στοματικής υγιεινής. Σχετικά με τη μεθοδολογία επιλέχθηκε η βιωματική μάθηση και η διασύνδεση με άλλα μαθήματα. Οι δραστηριότητες που πραγματοποιήθηκαν ήταν η ανάγνωση παραμυθιού, η δημιουργία κολάζ και εργασιών και η εκπαιδευτική επίσκεψη σε οδοντίατρο.
4. «Ο καθένας για όλους και όλοι για τον καθένα». Στο συγκεκριμένο πρόγραμμα επιλέχθηκαν οι Πρώτες Βοήθειες ως ειδική θεματολογία. Η μεθοδολογία του προγράμματος ήταν η μελέτη περιπτώσεων. Ως προς τις δραστηριότητες υπήρξε συνεργασία με ομάδα εθελοντών του Ερυθρού Σταυρού καθώς και η υλοποίηση θεατρικού παιχνιδιού.
5. «Ο κύκλος της χαμένης τερηδόνας». Το πρόγραμμα αφορά την στοματική υγιεινή. Επιλέχθηκε ως μεθοδολογία η βιωματική μάθηση. Οι δραστηριότητες αφορούσαν την γνωριμία με το εκπαιδευτικό υλικό, τη συνεργασία με οδοντίατρο που επισκέφθηκε το σχολείο, την εκπαιδευτική επίσκεψη στη γειτονική φρουταγορά και τη δημιουργία φρουτοσαλάτας από τα παιδιά, τη δημιουργία παραμυθιού, τη δημιουργία των κεραμικών μορφωμάτων (κούκλες κουκλοθέατρου) για την παρασταση κουκλοθεάτρου.

Το τελευταίο πρόγραμμα που αφορά την παρούσα εργασία έγινε στα πλαίσια της θεματολογίας *Ανθρώπινα Δικαιώματα – Δημοκρατία*. Το πρόγραμμα «Άτομα χωρίς υπερ δυνάμεις αλλά με ιδιαίτερες ικανότητες» αφορά τον κοινωνικό αποκλεισμό και την ισότητα. Συγκεκριμένα, την εξοικείωση των μαθητών με τη διαφορετικότητα των ΑΜΕΑ. Η μεθοδολογία του προγράμματος έγινε σύμφωνα με την ομαδοσυνεργατική διαδικασία, τη βιωματική μάθηση, τον καταγισμό ιδεών με συζήτηση, χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο, η συνέντευξη και η χρήση οπτικοακουστικού υλικού. Αναφορικά με τις δραστηριότητες υλοποιήθηκαν οι παρακάτω: εκπαιδευτική επίσκεψη των μαθητών στο Εργαστήριο Ειδικής Επαγγελματικής

Εκπαίδευσης και Κατάρτισης (Ε.Ε.Ε.Κ.), η συμμετοχή σε βιωματικό πρόγραμμα, η παρουσίαση εικαστικών δημιουργιών των μαθητών, η προβολή ταινιών.

Αναλυτικά, παρουσιάζονται σε πίνακες όλα τα προγράμματα Αγωγής Υγείας που επιλέχθηκαν για την εργασία, στην ενότητα Παραρτήματα.

#### 4.6. Συζήτηση

Μελλοντικά η παρούσα εργασία θα μπορούσε να αξιοποιηθεί για το σχεδιασμό προγραμμάτων Αγωγής Υγείας. Από τα αρχεία που συγκεντρώθηκαν δίνεται μια γενική εικόνα για τη θεματολογία των προγραμμάτων που επιλέγουν οι εκπαιδευτικοί να υλοποιήσουν. Η θεματολογία τουλάχιστον για τα προγράμματα που μελετήθηκαν δεν καλύπτει όλο το εύρος της Αγωγής Υγείας. Το υλικό θα μπορούσε να αξιοποιηθεί από εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες υγείας, υπεύθυνους για τη χάραξη πολιτικών. Κρίνεται αναγκαίο το παρόν υλικό να εμπλουτιστεί με άλλους προς μελέτη δείκτες για την πληρέστερη διερεύνηση του ζητήματος. Τέτοιοι δείκτες θα μπορούσαν να είναι η αξιολόγηση της εγγραμματοσύνης των εκπαιδευτικών σε θέματα υγείας, η αξιολόγηση της εγγραμματοσύνης των μαθητών που είτε έχουν λάβει μέρος σε κάποιο πρόγραμμα είτε όχι, η συσχέτιση της εγγραμματοσύνης υγείας με τη χρήση πληροφοριακού υλικού για την υγεία μέσω του διαδικτύου (ehealth literacy). Ζητούμενο της εργασίας που εκπονήθηκε είναι να υπάρξει προβληματισμός για το ρόλο που μπορεί να διαδραματίσει ο εκπαιδευτικός, για την αναγκαιότητα της συνεργασίας του σχολείου με επαγγελματίες υγείας, για το σχεδιασμό προγραμμάτων αγωγής υγείας που θα λαμβάνουν υπόψη τις ανάγκες των μαθητών, όχι μόνο ως μεμονωμένα άτομα αλλά ως μέλη μιας κοινότητας

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν να παρουσιαστούν συγκεντρωτικά τα αρχεία των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας, όπως αυτά έχουν κατατεθεί στο ηλεκτρονικό αποθετήριο της Δευτεροβάθμιας Διεύθυνσης Ηρακλείου. Με βάση τη βιβλιογραφική ανασκόπηση έγινε φανερή η σημαντικότητα του ρόλου του σχολείου όσον αφορά την προαγωγή υγείας. Συγκεκριμένα, αναδείχθηκε ο ρόλος του εκπαιδευτικού και οι δεξιότητες που διαθέτει, έγινε αναφορά σε παραδείγματα προγραμμάτων αγωγής υγείας που έχουν εφαρμοστεί καθώς και στη μεθοδολογία και το σχεδιασμό που ακολουθείται στη χώρα μας. Αυτό που προκύπτει από τη μελέτη των αρχείων είναι ότι πράγματι υλοποιούνται τέτοια προγράμματα στις σχολικές μονάδες, ωστόσο, η πλειοψηφία αυτών αφορά θέματα όπως η φυσική άσκηση, η διατροφή, ο υγιεινός τρόπος διαβίωσης. Δεν καταγράφηκε κάποιο πρόγραμμα - τις συγκεκριμένες χρονολογίες που μελετήθηκαν για την εργασία- που να αναφέρεται στην σεξουαλική αγωγή των μαθητών, σε σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα ή προγράμματα που να αφορούν ασθένειες όπως: AIDS, ηπατίτιδα Β, Μεσογειακή αναιμία, καρδιαγγειακά νοσήματα αλλά και προγράμματα διαπολιτισμικής προσέγγισης της Υγείας και της Ασθένειας όπως και προγράμματα προσέγγισης της Υγείας μέσω της

μυθιστοριογραφίας και της ποίησης. Το πεδίο της Αγωγής Υγείας στα σχολεία μπορεί να προσφέρει τη δυνατότητα συνεργασίας του σχολείου με άλλους φορείς και επαγγελματίες προκειμένου να σχεδιαστούν από κοινού προγράμματα που να στοχεύουν στην προαγωγή υγείας, με απώτερο σκοπό την εδραίωση μιας κουλτούρας που θα διέπει τη ζωή των μαθητών και ως ενήλικα άτομα.

Παράρτημα

Πίνακες προγραμμάτων Αγωγής Υγείας ανά σχολικό έτος.

Σχολικό Έτος 2013-2014			
Θεματολογία- Τίτλος Προγράμματος	Παιδαγωγικοί Στόχοι – Στόχοι του Προγράμματος	Μεθοδολογία	Δραστηριότητες
(1) «Κυκλοφορώ και δεν αδιαφορώ»	1. Οι μαθητές να γνωρίσουν τα αίτια των τροχαίων ατυχημάτων και τις συνέπειες τους  2. Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα κυκλοφοριακής αγωγής  3. Να βελτιώσουν την οδική τους συμπεριφορά και να αποκτήσουν κυκλοφοριακή συνείδηση.	1. Ομαδοσυνεργατι κή μέθοδος.  2. Βιωματική προσέγγιση  3. Συλλογή εποπτικού οπτικοακουστικο ύ υλικού και αξιοποίησή του.	1. Διερεύνηση της κυκλοφοριακής συμπεριφοράς των μαθητών μέσα από διάλογο  2. Δημιουργία και διανομή ερωτηματολογίου για τη διερεύνηση της οδικής συμπεριφοράς των συνομηλίκων τους  3. Επίσκεψη της τροχαίας στο χώρο του σχολείου και ενημέρωση.  4. Επίσκεψη εθελοντικής ομάδας στο χώρο του σχολείου για βιωματικές δράσεις.  5. Έκθεση του κολάζ στον χώρο του σχολείου.

<p>(2) «Κρητών Γεύσεις-Μεσογειακή Διατροφή»</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Να εμπλουτίσουν οι μαθητες τις γνώσεις τους και να καλλιεργήσουν δεξιότητες</li> <li>2. Εξοικείωση με την ερευνα</li> <li>3. Αποκτηση ικανοτήτων συλλογής στοιχείων</li> <li>4. Ανάπτυξη πρωτοβουλιών, δημιουργικής και κριτικής σκεψής</li> <li>5. Βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων, συνεργασίας, σεβασμού αναμεσα στα μέλη της ομάδας</li> <li>6. Άνοιγμα του σχολείου στην τοπική κοινωνία</li> <li>7. Αναπτυξη συνεργασίας με φορείς σχετικούς με το θέμα</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Διαθεματική</li> <li>2. Ομαδοσυνεργατική</li> <li>3. Βιωματική</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Παραγωγή φαγητών με τοπικά υλικά</li> <li>2. Επίσκεψη στο ΚΠΕ Ανωγείων (διαδικασία της τυροκόμησης)</li> <li>3. Συνεργασία με το ΚΕΚΟΙΦΑΠΗ της περιοχής</li> </ol>
<p>(3) «Τρώγοντας υγιεινά, μεγαλώνουμε καλά: οι πρακτικές του σχολικού κυλικείου»</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Η διαμόρφωση κριτικής στάσης στην επιλογή της διατροφής των μαθητών και υγιεινής στάσης ζωής δια βίου.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ομαδοσυνεργατική</li> <li>2. Διερευνητική</li> <li>3. Βιωματική</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Εκπαιδευτική επίσκεψη σε παραδοσιακό χωριό όπου πήραν μέρος οι μαθητές σε βιωματικές δραστηριότητες που</li> </ol>

			<p>σχετίζονται με την υγιεινή και κυρίως κρητική διατροφή</p> <p>2. Επίσκεψη στο Ιστορικό μουσείο όπου παρακολούθησαν την αναβίωση της λαογραφικής παράδοσης και των κύκλο του ψωμιού.</p> <p>3. Προσκλήσεις Ειδικών:</p> <p>Ενημέρωση για τους μύθους και τις αλήθειες όσον αφορά την υγιεινή διατροφή</p> <p>4. Αναφορά στην τοπική εφημερίδα για τη λειτουργία του κυλικείου στο σχολείο και για την υγιεινή διατροφή προς ενημέρωση των συντοπιτών.</p> <p>5. Δημιουργία ερωτηματολογίου (ορισμός προϊόντων που θα πουλάει το κυλικείο)</p> <p>6. Θεατρική παράσταση για την υγιεινή διατροφή</p>
--	--	--	---



<p>(4) «Γνωρίζω τον εαυτό μου – Ζω χωρίς άγχος»</p>	<p>1. Γνωστικός: κατανόηση εννοιών, συνειδητοποίηση των αιτιών του άγχους και των παραγόντων που επιτείνουν το άγχος, εφαρμογή αρχών επιστημονικής διερεύνησης</p> <p>2. Ψυχολογικός: καλλιέργεια αυτογνωσίας και αυτοσυναίσθησης, ανάδειξη της ατομικότητας, προώθηση της ατομικής έκφρασης και δημιουργικότητας</p> <p>3. Κοινωνικός: Ανάπτυξη δυνατότητας επικοινωνίας των προβληματισμών των μαθητών, δημιουργία αισθήματος μοιράσματος και κλίματος αλληλουποστήριξης</p>	<p>1. Βιβλιογραφική έρευνα</p> <p>2. Βιωματικές δράσεις</p>	<p>1. Βιβλιογραφική έρευνα</p> <p>2. Ασκήσεις αναπνοής και χαλάρωσης</p> <p>3. Ασκήσεις αναγνώρισης των συναισθημάτων,</p> <p>4. Ασκήσεις ελέγχου του άγχους,</p> <p>5. Ερωτηματολόγιο για διερεύνηση του άγχους σε μαθητές του σχολείου</p> <p>6. Επίσκεψη ειδικών επιστημόνων στο σχολείο για ενημέρωση σε θέματα άγχους</p>
<p>(5) «Άσκηση – Υγεία – Ψυχαγωγία»</p>	<p>1. Να προτρέψει τα παιδιά να γυμνάζονται και να περνούν μέρος του ελεύθερού τους χρόνου κοντά στην φύση.</p> <p>2. Να αποκτήσουν οι μαθητές το γνωστικό υπόβαθρο και τον αξιακό</p>	<p>Μέθοδος project</p>	<p>1. Δημιουργία ερωτηματολογίου</p> <p>2. Διάλεξη στο σχολείο για τις σωστές διατροφικές συνήθειες, για την αξία του σωστού πρωινού, για τον ιδανικό συνδυασμό</p>

	<p>προσανατολισμό που απαιτούνται ώστε να έχουν θετικές στάσεις και</p> <p>συμμετοχικές συμπεριφορές για την προστασία της οικολογικής ισορροπίας,</p> <p>της βιωσιμότητας της ανάπτυξης και της ποιότητας ζωής.</p> <p>3. Να γνωρίσουν αθλήματα και δραστηριότητες της υπαίθρου.</p> <p>4. Η εμπειρία που θα διδαχθούν οι μαθητές να μην είναι μεμονωμένη αλλά συνήθεια και τρόπος ζωής.</p> <p>5. Βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των εφήβων προσδοκώντας μια καλύτερη ψυχική και σωματική υγεία.</p>		<p>«διατροφή-άθληση».</p> <p>3. Εκπαιδευτική επίσκεψη σε γκολφ κλαμπ (πρακτική εξάσκηση του αθλήματος, διανομή έντυπων οδηγιών).</p> <p>4. Τριήμερη περιβαλλοντική εκδρομή εκτός Κρήτης για δραστηριότητες (σκι , snowboard, ορεινή ποδηλασία, ράφτινγκ, τοξοβολία, χλωρίδα της περιοχής κ.α).</p>
(6) «Αθλητισμός και Μαθητές»	<p>1. Διαμόρφωση θετικής στάσης απέναντι σε κάθε μορφή αθλητισμού</p> <p>2. Σωματική και ψυχική υγεία</p>	<p>1. Αναζήτηση, επεξεργασία, ταξινόμηση πληροφοριών</p> <p>2. Συμμετοχή σε δράσεις</p>	<p>1. Επίσκεψη- Ξενάγηση στο Δημοτικό Γυμναστήριο</p> <p>2. Παρακολούθηση αγώνα μπάσκετ</p>

	<p>3. Κοινωνικοποίηση εφήβων</p> <p>4. Μεταφορά μέσα στην τάξη των προσωπικών κατακτήσεων απο τη συμμετοχή και την εμπειρία σε κάποιο άθλημα</p>		<p>3. Επίσκεψη – ξενάγηση στο Κολυμβητήριο</p> <p>4. Μαθητικό Κύπελλο Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης</p> <p>5. Ημερίδα ενημέρωσης – εφηβεία &amp; αθλήτισμος</p>
--	--	--	--

Σχολικό Έτος 2014-2015			
Θεματολογία- Τίτλος Προγράμματος	Παιδαγωγικοί Στόχοι – Στόχοι του Προγράμματος	Μεθοδολογία	Δραστηριότητες
(7) «Αθλητισμός και Διατροφή ως Παράγοντες Υγείας του μαθητή»	<p>1. Διαμόρφωση σωστής στάσης απέναντι στη διατροφή αλλά και σε κάθε μορφή αθλητισμού</p> <p>2. Σωματική και ψυχική υγεία</p> <p>3. Κοινωνικοποίηση εφήβων</p> <p>4. Μεταφορά στην καθημερινότητα των μαθητών της σωστής διατροφής σε συνδυασμό με την άθληση</p>	<p>1. Αναζήτηση, επεξεργασία, ταξινόμηση πληροφοριών</p> <p>2. Επίσκεψη σε αθλητικούς χώρους και σωματεία και πολιτιστικά μνημεία</p> <p>3. Διοργάνωση εσωτερικών δραστηριοτήτων στο χώρο του σχολείου</p>	<p>1. Παρακολούθηση αγώνα βόλεις</p> <p>2. Διάλεξη με θέμα «Εφηβεία και Διατροφή» και βιωματική επαφή με τους chef «το snack στη διατροφή μας»</p> <p>3. Προπόνηση πινακ πογκ</p> <p>4. Επισκέψεις σε μνημεία πολιτισμού</p> <p>5. Μαθητικό κύπελλο επιτραπέζιας αντισφαίρισης</p>
(8) «Άσκηση-Υγεία-Ψυχαγωγία»	<p>1. Να προτρέψει τα παιδιά να γυμνάζονται και να περνούν μέρος του ελεύθερού τους χρόνου κοντά στην φύση.</p> <p>2. Να βοηθήσουμε τους μαθητές να αποκτήσουν το γνωστικό υπόβαθρο και τον αξιακό προσανατολισμό που απαιτούνται ώστε να έχουν</p>	Μέθοδος project	<p>1. Διατροφή, διατροφικές συνήθειες εφήβων (ερωτηματολόγιο),</p> <p>2. Διάλεξη-ενημέρωση από φοιτητές της Ιατρικής για θέματα Διατροφής,</p> <p>3. Τριήμερη περιβαλλοντική εκδρομή εκτός Κρήτης για δραστηριότητες</p>

	<p>θετικές στάσεις και συμμετοχικές συμπεριφορές για την προστασία της οικολογικής ισορροπίας, της βιωσιμότητας της ανάπτυξης και της ποιότητας ζωής.</p> <p>3. Να γνωρίσουν αθλήματα και δραστηριότητες της υπαίθρου.</p> <p>4. Η εμπειρία που θα διδαχθούν οι μαθητές να μην είναι μεμονωμένη αλλά συνήθεια και τρόπος ζωής.</p> <p>5. Βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των εφήβων προσδοκώντας μια καλύτερη ψυχική και σωματική υγεία.</p>		<p>(σκι , snowboard, ορεινή ποδηλασία, πεζοπορία, χλωρίδα της περιοχής κ.α).</p> <p>4.Θαλάσσια Αθλήματα</p>
<p>(9) «Διαμεσολάβηση Συνομηλίκων, Διαμεσολαβητές εν δράσει»</p>	<p>1. Να εκπαιδευτούν οι μαθητές έτσι ώστε να μπορούν να παρεμβαίνουν σε απλές περιπτώσεις συγκρούσεων άλλων συμμαθητών τους και να βοηθούν στην επίλυσή τους ή έστω στον κατευνασμό τους</p>	<p>1. Πρακτικές προβληματισμού, έκφρασης σκέψεων και συναισθημάτων, ενεργούς ακρόασης, ενσυναίσθησης, κατανόησης δικαιωμάτων και ανθρώπινων συμπεριφορών,</p> <p>2. Αντιμετώπιση συγκρούσεων με</p>	<p>1.Εβδομαδιαίες δίωρες συναντήσεις,</p> <p>2.Συμμετοχή σε εικονική διαμεσολάβηση, Παρακολούθηση πραγματικών διαδικασιών διαμεσολάβησης,</p> <p>3.Συμμετοχή σε διάφορες δράσεις</p>

	<p>(...).</p> <p>2. Να αναπτύσσουν πρωτοβουλίες ενεργούς παρέμβασης σε θέματα κοινωνικού συνόλου (...)</p> <p>3. Η απόκτηση αυτών των ικανοτήτων αντίληψης και διαχείρισης διαπροσωπικών σχέσεων και κοινωνικών θεμάτων (...).</p>	<p>συγκεκριμένες πρακτικές</p>	
--	--	--------------------------------	--

Σχολικό Έτος 2015-2016			
Θεματολογία- Τίτλος Προγράμματος	Παιδαγωγικοί Στόχοι – Στόχοι του Προγράμματος	Μεθοδολογία	Δραστηριότητες
(10) «Από την Παραγωγή στην Κατανάλωση»	<p>1. Ανάπτυξη δεξιοτήτων (καλλιέργεια, συγκομιδή και δημιουργία γευμάτων από τα παιδιά)</p> <p>2. Ανάπτυξη της συνεργασίας με τους συμμαθητές τους και τους καθηγητές</p>	Βιωματική μέθοδος διδασκαλίας	<p>1. Εκπαιδευτικές εκδρομές, όπου οι μαθητές ήρθαν σε επαφή με παραγωγούς και εμπόρους λαχανοκομικών προϊόντων και φυτωριούχους κηπευτικών</p> <p>2. Φύτεμα και καλλιέργεια προϊόντων</p> <p>3. Συγκομιδή και δημιουργία γευμάτων</p>
(11) «Από το παραμύθι του Σελ Σιλβερσταιν, - Το δέντρο που έδινε- στον εθελοντισμό και την προσφορά»	<p>1. Ευαισθητοποίηση των μαθητών σε περιβαλλοντικά θέματα</p> <p>2. Διαμόρφωση στάσης ενεργού πολίτη (...)</p> <p>3. Συμμετοχή σε εθελοντικές ομάδες</p> <p>4. Ανάληψη πρωτοβουλιών σε τοπικό και ευρύτερο χώρο δράσης</p>	Εργασία σε ομάδα	<p>1. Έκδρομή σε σπήλαιο</p> <p>2. Συμμετοχή σε κινητοποίηση ενάντια στην κλιματική αλλαγή</p> <p>3. Εκδρομή σε παραδοσιακό οικισμό και δενδροφύτευση</p> <p>3. Συμμετοχή σε αθλητική εκδήλωση – αγώνας δρόμου</p> <p>4. Δημιουργία βοτανικού κήπου</p>

			εντός του σχολείου  5. Τοποθέτηση Κάδων Ανακύκλωσης
(12) «Άσκηση-Υγεία-Ψυχαγωγία»	1. Να οι μαθητές αποκτήσουν το γνωστικό υπόβαθρο και τον αξιακό προσανατολισμό που απαιτούνται ώστε να έχουν θετικές στάσεις και συμμετοχικές συμπεριφορές για την προστασία της οικολογικής ισορροπίας, της βιωσιμότητας της ανάπτυξης και της ποιότητας ζωής.	Project	1. Διατροφή, διατροφικές συνήθειες εφήβων:  2. Διάλεξη από τον καθηγητή Φυσικής Αγωγής  3. Δημιουργία ερωτηματολογίου, μετρήσεις (λιπομέτρηση, Δ.Μ.Σ, σωματομετρικές),  4. Εκπαιδευτική επίσκεψη σε γκολφ κλαμπ  5. Εκδρομή για ορεινή ποδηλασία  6. Εκδρομή για ορεινή πεζοπορία-τοξοβολία,  7. παιχνίδια προσανατολισμού,  8. Τριήμερη περιβαλλοντική εκδρομή εκτός Κρήτης για δραστηριότητες (σκι ,



			<p>snowboard, ορεινή ποδηλασία,</p> <p>ράφτινγκ, τοξοβολία, χλωρίδα της περιοχής κ.α).</p>
<p>(13) «Άσκηση-Υγεία-Ψυχαγωγία»</p>	<p>1. Να προτρέψει τα παιδιά να γυμνάζονται και να περνούν μέρος του ελεύθερού τους χρόνου κοντά στην φύση.</p> <p>2. Να βοηθήσουμε τους μαθητές να αποκτήσουν το γνωστικό υπόβαθρο και τον αξιακό προσανατολισμό που απαιτούνται ώστε να έχουν θετικές στάσεις και συμμετοχικές συμπεριφορές για την προστασία της οικολογικής ισορροπίας, της βιωσιμότητας της ανάπτυξης και της ποιότητας ζωής.</p> <p>3. Να γνωρίσουν αθλήματα και δραστηριότητες της υπαίθρου.</p> <p>4. Η εμπειρία που θα διδαχθούν οι μαθητές να μην είναι μεμονωμένη</p>	<p>1. Διάλεξη και συζήτηση</p> <p>2. Μεθοδοι αλληλεπίδρασης</p>	<p>1. Σύνταξη και διαμοιρασμός Ερωτηματολογίου για τις διατροφικές συνήθειες των μαθητών και για την αθλητική τους δραστηριοποίηση</p> <p>2. Γνωριμία με σπορ της θάλασσας</p> <p>3. Γνωριμία με σπορ του βουνού</p> <p>4. Τριήμερη εκδρομή εκτός Κρήτης (σκι και snowboard ), ράφτινγκ σε ποταμό, ποδηλασία, τοξοβολία και πεζοπορία σε φαράγγι</p>

	<p>αλλά συνήθεια και τρόπος ζωής.</p> <p>5. Βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των εφήβων προσδοκώντας μια καλύτερη ψυχική και σωματική υγεία.</p>		
<p>(14) «Ασκούμαι, Κατασκευάζω, Διασκεδάζω: Δραστηριότητες Βελτίωσης Αδρής και Λεπτής Κινητικότητας με τη Χρήση Ιδιοκατασκευών από Ανακυκλώσιμα Υλικά»</p>	<p>1. Να ενημερωθούν οι μαθητές για τα οφέλη της άσκησης και φυσικής δραστηριότητας,</p> <p>2. Να ενημερωθούν οι μαθητές για τη σπουδαιότητα της ανακύκλωσης και να γνωρίσουν τα ανακυκλώσιμα υλικά,</p> <p>3. Να δοθεί η δυνατότητα κινητικής βελτίωσης στοχεύοντας στην ανάπτυξη της αδρής και λεπτής κινητικότητας όπως επίσης και του οπτικοκινητικού</p>	<p>1. Θεωρητική προσέγγιση και ανάλυση των δύο βασικών αξόνων του προγράμματος: «Φυσική Δραστηριότητα, Άσκηση και Ποιότητα Ζωής»</p> <p>«Ανακυκλώνω και Δημιουργώ»</p> <p>2. Σχεδιασμός κινητικών δραστηριοτήτων και παιχνιδιών.</p> <p>3. Εξατομικευμένη προσέγγιση για την βελτίωση χαρακτηριστικών της κίνησης.</p> <p>4. Εκπαιδευτικές Επισκέψεις</p>	<p>1. Ενημέρωση μαθητών για την ανακύκλωση, συγκέντρωση και γνωριμία με ανακυκλώσιμα υλικά.</p> <p>2. Συμμετοχή των μαθητών σε παιχνίδια με στόχο την κατανόηση διαχωρισμού ανακυκλώσιμων υλικών.</p> <p>3. Εκπαιδευτικές επισκέψεις σε χώρους άθλησης και αναψυχής.</p> <p>4. Συγκέντρωση υλικών και δημιουργική απασχόληση.</p> <p>5.Εργαστήριο ιδιοκατασκευών παιχνιδιού και άλλου ψυχοκινητικού υλικού.</p>

	<p>συντονισμού και να επιτευχθεί κινητική αναψυχή μέσω ιδιοκατασκευών,</p> <p>4. Να αλληλεπιδράσουν οι μαθητές μεταξύ τους και μέσω δημιουργικής σκέψης και παρατηρητικότητας να κατασκευάσουν παιχνίδια από ανακυκλώσιμα υλικά,</p> <p>5. Να αναπτυχθούν ψυχοκινητικές και γνωστικές δεξιότητες,</p> <p>6. Να δοθούν ευκαιρίες συνεργατικότητας και κοινωνικοποίησης.</p>		
(15) «Άτομα χωρίς «υπερ» δυνάμεις αλλά με ιδιαίτερες ικανότητες»	<p>1. Η εξοικείωση των μαθητών με τη διαφορετικότητα των ΑμεΑ</p> <p>2. Άρση των προκαταλήψεων και του κοινωνικού αποκλεισμού των ΑμεΑ</p>	<p>1. Ομαδοσυνεργατική διαδικασία</p> <p>2. Βιωματική μάθηση</p> <p>3. Καταγισμός ιδεών με συζήτηση</p> <p>4. Ερωτηματολόγιο</p> <p>5. Συνέντευξη</p> <p>6. Προβολές ταινιών</p>	<p>1. Επίσκεψη μαθητών στο Εργαστήριο Ειδικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης (Ε.Ε.Ε.Κ.)</p> <p>2. Συμμετοχή σε βιωματικό πρόγραμμα</p>

	<p>3. Να καλλιεργήσουν διάθεση αισιόδοξης αντιμετώπισης ποικίλων προβλημάτων που μπορεί να προκύψουν στη ζωή τους</p> <p>4. Ανάπτυξη κριτικής σκέψης</p> <p>5. Βελτίωση των δεξιοτήτων επικοινωνίας και συνεργασίας τους</p> <p>6. Ανάπτυξη ικανότητας αξιολόγησης και οργάνωσης των πληροφοριών</p>	7. Παρουσίαση βιβλίου	<p>3. Παρουσίαση των εικαστικών δημιουργιών των μαθητών</p> <p>4. Προβολή ταινιών με σκοπό την ευαισθητοποίηση των μαθητών στο θέμα της διαφορετικότητας των ΑΜΕΑ, κ.ά.</p>
(16) «Διαμεσολάβηση Συνομηλίκων, Διαμεσολαβητές εν δράσει»	<p>1. Να εκπαιδευτούν οι μαθητές έτσι ώστε να μπορούν να παρεμβαίνουν σε απλές περιπτώσεις συγκρούσεων άλλων συμμαθητών τους και να βοηθούν στην επίλυσή τους ή έστω στον κατευνασμό τους (...).</p> <p>2. Να αναπτύσσουν πρωτοβουλίες</p>	<p>1. Πρακτικές προβληματισμού, έκφρασης σκέψεων και συναισθημάτων, ενεργούς ακρόασης, ενσυναίσθησης, κατανόησης δικαιωμάτων και ανθρώπινων συμπεριφορών,</p> <p>2. Αντιμετώπιση συγκρούσεων με συγκεκριμένες πρακτικές</p>	<p>1. Εβδομαδιαίες δίωρες συναντήσεις,</p> <p>2. Παρακολούθηση πραγματικών διαδικασιών διαμεσολάβησης,</p> <p>3. Διαμόρφωση ηλεκτρονικού ερωτηματολογίου για τη διερεύνηση της στάσης των μαθητών απέναντι στην ενδοσχολική βία</p> <p>4. Έκφραση των μαθητών μέσα από</p>

	<p>ενεργούς παρέμβασης σε θέματα κοινωνικού συνόλου</p> <p>3. Να αναπτύσσουν πρωτοβουλίες ενεργούς παρέμβασης σε θέματα κοινωνικού συνόλου (...)</p>		<p>συνθήματα, ζωγραφιές, αφίσες</p>
<p>(17) «Έλα στη θέση μου να δεις πώς νοιώθω»</p>	<p>1. Ευαισθητοποίηση και κατανόηση με βιωματική προσέγγιση εννοιών και αξιών</p> <p>2. Ενθάρρυνση και έκφραση συναισθημάτων</p> <p>3. Συνεργασία και επίλυση συγκρούσεων</p> <p>4. Καλλιέργεια της κριτικής σκέψης</p> <p>5. Αλλαγή στάσεων και συμπεριφορών και υιοθέτηση νέων</p> <p>6. Συνεργασία του σχολείου με φορείς</p> <p>7. Άνοιγμα του σχολείου στην κοινωνία</p>	<p>1. Ομαδοσυνεργατική μέθοδος</p> <p>2. Παιχνίδι ρόλων</p>	<p>1. Επίσκεψη στους χώρους των εργαστηρίων και στους χώρους απασχόλησης των τροφίμων του καταστήματος κράτησης Ν. Αλικαρνασσού.</p> <p>2. Επίσκεψη στο Περιφερειακό Δίκτυο Υγείας Ηρακλείου και συζήτηση με το Ιατρικό και Νοσηλευτικό προσωπικό.</p> <p>3. Παιχνίδι ρόλων</p> <p>4. «Αλκοόλ και Οδήγηση με τη χρήση γυαλιών προσομοίωσης μέθης», «Πρώτες Βοήθειες – Βασική Υποστήριξη Ζωής» και «τρόποι διάσωσης σε καταστάσεις ανάγκης», κ.ά.</p>

<p>(18) «Η Διαμεσολάβηση συνομηλίκων ως στρατηγική αντιμετώπισης της ενδοσχολικής βίας»</p>	<p>1. Πρόληψη και αντιμετώπιση περιστατικών ενδοσχολικής βίας με δημοκρατικό διάλογο και ειρηνική επίλυση των συγκρούσεων.</p>	<p>1. Συζήτηση μεταξύ των εκπαιδευτικών και των μαθητών-μελών της διαμεσολάβησης 2. Μεθόδοι αλληλεπίδρασης 3. Βιωματικές δραστηριότητες</p>	<p>1. Εκπαίδευση διαμεσολαβητών 2. Δημιουργία διαφημιστικού υλικού προκειμένου να γνωρίσει η μαθητική κοινότητα την ομάδα διαμεσολάβησης 3. Ενημέρωση εκπαιδευτικών και γονέων για τη λειτουργία της ομάδας διαμεσολάβησης 4. Ένταξη της διαμεσολάβησης στον εσωτερικό κανονισμό του σχολείου 5. Δημιουργία ενημερωτικού υλικού</p>
<p>(19) «Με το Χάρακα στο δρόμο»</p>	<p>1. Ευαισθητοποίηση των μαθητών σχετικά με την προσωπική ευθύνη στη συμπεριφορά στο δρόμο</p>	<p>1. Βιωματικά με παιχνίδια ρόλων 2. Επιτόπια έρευνα 3. Ερωτηματολόγια</p>	<p>1. Ενημέρωση από την τροχαία για τα θέματα ασφαλούς οδήγησης και για τα βασικότερα αίτια των ατυχημάτων 2. Χορήγηση ερωτηματολογίων στους γονείς των μαθητών 3. Επίσκεψη στο</p>

			ΤΕΙ Κρήτης - Εμπειρία οδήγησης σε προσομοιωτή
(20) «Μεσογειακή Διατροφή και Ήπια Σωματική Άσκηση»	1.Ανάπτυξη Προσωπικών Δεξιοτήτων (π.χ. Λήψη αποφάσεων)  2. Εκπαίδευση σε θέματα αντίληψης του εαυτού	1.Διάλεξης και σχετική συζήτηση  2.Μεθόδοι αλληλεπίδρασης	1. Αξιοποίηση εκπαιδευτικού υλικού  2. Ενημέρωση σε θέματα ήπιας σωματικής άσκησης από τους καθηγητές Φυσικής Αγωγής  3. Επίσκεψη στο Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο
(21) «Μιλώ, Μοιράζομαι, Μαθαίνω»	1. Να γνωρίσουν οι μαθητές τον εαυτό τους, να κατανοήσουν τα συναισθήματα τους, να μάθουν να επικοινωνούν  με τους άλλους και να αποδέχονται την διαφορετικότητα.  2. Να αποκτήσουν συνήθειες που προάγουν την σωματική υγεία  και βασικές δεξιότητες αυτονομίας και αυτοεξυπηρέτησης.	1.Συζήτηση , διάλεξη και αλληλεπίδραση .  2.Συγγραφή της ιστορίας  3.Αναζήτηση και επεξεργασία υλικού  4.Αυτενέργεια των μαθητών μέσω καθοδήγησης .  5.Εκφορά προφορικού λόγου-ηχογράφηση ιστορίας.  6.Ψηφιακή επεξεργασία - δημιουργία ταινίας  7.Έκθεση πηλινων και παρουσίαση του προγράμματος στην καλοκαιρινή γιορτή του σχολείου	1. Ενημέρωση σε θέματα διατροφής, ατομικής υγιεινής, και κατανόησης του εαυτού τους και των συναισθημάτων τους, μέσα από ομαδικές και βιωματικές δραστηριότητες 2. Συνεργασία με το ΤΕΙ κοινωνικής εργασίας όπου φοιτητές, στο χώρο του σχολείου, προσπάθησαν να ευαισθητοποιήσουν τους μαθητές και να κατανοήσουν την έννοια της διαφορετικότητας μέσα από ομαδοσυνεργατικές μεθόδους .  3. Εθελοντές ενημέρωσαν τους

			<p>μαθητές σε θέματα πρόληψης ατυχημάτων .</p> <p>4. Επίσκεψη σε εργαστήριο κεραμικής</p>
(22) «Ο εαυτός μου...και οι άλλοι»	1. Η πρόληψη των βλαπτικών για την υγεία των εφήβων συμπεριφορών	1. Ομαδοσυνεργατική προσέγγιση μάθησης και διδασκαλίας	<p>1. Επεξεργασία ενός θέματος σε κάθε συνάντηση</p> <p>Θέματα: Γνωριμία – Συμβόλαιο με την ομάδα, Ποιος είμαι, Οι άλλοι κι εγώ, Πως αλλάζω- εφηβεία, τελικά αρέσω στον εαυτό μου, τα δικαιώματα του εφήβου, εγώ και η οικογένεια μου, εγώ και οι φίλοι μου, εγώ και το άλλο φύλο, πως επικοινωνώ, αυτό που θέλω για μένα, εγώ αποφασίζω και πραγματοποιώ, νιώθω ωραία-άσχημα</p> <p>2. Βελτίωση της αισθητικής της σχολικής αίθουσας</p> <p>Επίσκεψη στο δήμο Ηρακλείου</p>
(23) «Όλοι ίδιοι – όλοι	1. Ανάπτυξη συνεργασίας	1. Βιωματικές Ασκήσεις	1. Βιωματικές ασκήσεις



<p>διαφορετικοί»</p>	<p>βελτίωση σχέσεων μεταξύ των μαθητών</p> <p>2. Καλλιέργεια συναισθημάτων και κοινωνικών δεξιοτήτων</p> <p>3. Ενίσχυση Αυτοεκτίμησης.</p> <p>4.Βιωματική γνωριμία των μαθητών με τις έννοιες/ρόλος ΘύτηΘύμα.</p> <p>5.Προσέγγιση και Κατανόηση των Εννοιών: Διαφορετικότητα, Ισότητα, Ανθρώπινα Δικαιώματα</p>	<p>Συναισθημάτων</p> <p>2.Θεατρικό ΠαιχνίδιΕναλλαγή Ρόλων</p> <p>3.Ομάδες Αυτογνωσίας και Αναγνώρισης Συναισθημάτων</p>	<p>2. Παρακολούθηση ταινιών, Διαφημίσεων και θεατρικών παραστάσεων</p> <p>3. Επαφή με κοινωνικούς επιστήμονες, επαγγελματίες ηθοποιούς και δημοσιογράφους</p> <p>4. Δημιουργία ταινίας μικρού μήκους</p>
<p>(24) «Προσέχω για να έχω ....Υγεία»</p>	<p>1. Παροχή ευκαιριών και δεξιοτήτων ώστε να μπορούν οι μαθητές να φροντίζουν και να διατηρούν τον εαυτό τους υγιή και ασφαλή και να αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες όσον αφορά την προάσπιση της ατομικής τους υγείας και την τήρηση των κανόνων υγιεινής.</p>	<p>1. Διαλέξεις</p> <p>2. Επίδειξη εκπαιδευτικού οπτικοακουστικού υλικού.</p> <p>3. Βιωματικές σκηνές και δράσεις.</p>	<p>1. Βιωματικές ασκήσεις</p> <p>2. Επισκέψη σε εκπαιδευτήριο, (Σχολή Κομμωτικής).</p> <p>3.Συνεργασία με τον Ερυθρό Σταυρό.</p> <p>4. Συμπλήρωση ερωτηματολογίων σχετικών για ανίχνευση συνηθειών, αξιών στάσεων και αντιλήψεων των μαθητών/ μαθητριών. Συζητήσεις με τους μαθητές στηριγμένες</p>

	<p>2. Η διαμόρφωση ή τροποποίηση προτύπων συμπεριφοράς, τα οποία οδηγούν στη βελτίωση του επιπέδου υγείας.</p> <p>3. Η ενθάρρυνση των μαθητών ως προς την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησής τους.</p> <p>4. Η ενίσχυση της υπευθυνότητας και της ικανότητας των μαθητών για τη λήψη σωστών αποφάσεων σε ό,τι αφορά την υγεία τους.</p>		<p>σε σενάρια για ευαισθητοποίηση και προβληματισμό.</p>
<p>(25) «Πρώτες Βοήθειες - Βοηθώντας ο ένας τον άλλο»</p>	<p>1. Εμπέδωση της αξίας των Πρώτων Βοηθειών (Π.Β.) για την κοινωνία</p> <p>2. Εξοικείωση με την πρακτική εφαρμογή Π.Β.</p> <p>3. Ενίσχυση της ομαδικότητας και της συνεργασίας μεταξύ των συμμετεχόντων μαθητών/τριών.</p> <p>4. Ανάλυση πρωτοβουλιών για την διάχυση των</p>	<p>Ομαδοσυνεργατική με τη μεθοδολογία του project.</p>	<p>1. Συλλογή και επεξεργασία πληροφοριακού υλικού</p> <p>2. Επίσκεψη εθελοντών στο σχολείο για ενημέρωση σχετικά με τις Πρώτες Βοήθειες</p> <p>3. Συνάντηση με φοιτητές Ιατρικής</p>

	<p>γνώσεων που θα αποκτήσουν</p> <p>5. Συνειδητοποίηση της ανθρώπινης ευθύνης απέναντι στον συνάνθρωπο</p> <p>6. Δημιουργία ενημερωτικού υλικού σχετικά με το θέμα που θα αναρτηθεί στην ιστοσελίδα του σχολείου.</p>		
(26) «Το πινγκ-πονγκ μέσα στο ημερήσιο πρόγραμμα κάθε σχολείου»	<p>1. Αθλητική στάση στην καθημερινότητα του σχολείου. 2. Σωματική και ψυχική υγεία</p> <p>3. Κοινωνικοποίηση εφήβων</p>	<p>1. Ενημερωτικές συναντήσεις για την ευαισθητοποίηση των μαθητών</p> <p>2. Αναζήτηση, επεξεργασία, ταξινόμηση πληροφοριών</p> <p>3. Συμμετοχή σε δραστηριότητες</p>	<p>1. Ημερίδα «Πως θα τελούνται οι αγώνες πινγκ-πονγκ κατά την διάρκεια του καθημερινού προγράμματος στο σχολείο»</p> <p>2. Πραγματοποίηση ενδοσχολικού πρωταθλήματος</p> <p>3. Πραγματοποίηση Διασχολικού Πρωταθλήματος</p>
(27) «Χορεύοντας... στον καμβά της ζωής μου!»	<p>1. Η δημιουργική έκφραση και καταγραφή ιδεών, εμπειριών και συναισθημάτων μέσω του χορού,</p>	<p>1. Ομαδοσυνεργατική μέθοδος</p> <p>2. Ελεύθερη βιωματική έκφραση/ βούληση</p> <p>3. Ενεργός συμμετοχή</p>	<p>1. Λαϊκοί, παραδοσιακοί και μοντέρνοι χοροί</p> <p>2. Αθλητικές δραστηριότητες και παιχνίδια</p>

	του αθλητισμού και γενικότερα της φυσικής δραστηριότητας, της μουσικής, του τραγουδιού, της τέχνης και της γλωσσικής έκφρασης.	στην επιλογή δραστηριοτήτων 4. Ανάπτυξη πρωτοβουλιών και ενδιαφερόντων 5. Χρήση τεχνολογίας και διαδικτύου 6. Επισκέψεις σε αθλητικούς χώρους, στούντιο ηχογράφησης 7. Μοντέρνα χορογραφία – θεατρική έκφραση 8. Δημιουργία τοίχου εικαστικού περιεχομένου	3. Αναπαραγωγή μοντέρνας χορογραφίας Τουρνουά επιτραπέζιας αντισφαίρισης και bowling 4. Δημιουργία στίχων και σύνθεση ηλεκτρονικού μουσικού κομματιού 4. Δημιουργία τοίχου εικαστικού περιεχομένου 5. Επισκέψεις σε αθλητικούς χώρους, στούντιο ηχογράφησης 6. Αλληλεπίδραση με μαθητές άλλου σχολείου
(28) «Χτίζοντας το μαζί»	1. Να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν ατομικές και κοινωνικές δεξιότητες, ώστε να μπορούν ν' αποφασίζουν συνειδητά και υπεύθυνα για πράγματα σημαντικά στη ζωή τους, υιοθετώντας θετικές στάσεις και συμπεριφορές.  2. Να βελτιώσει την ικανότητά τους να επικοινωνούν	1. Βιωματική μάθηση 2. Παιχνίδια ρόλων 3. Ασκήσεις ελεύθερου συνειρμού, παιδαγωγικά παιχνίδια κλειστού και ανοιχτού χώρου 4. Προβολή μικρών ταινιών σχετικών με τα θέματά μας 5. Συζητήσεις	1. Βιωματικές ασκήσεις 2. Ανταλλαγή επισκέψεων με το Κέντρο Υποδοχής Ασυνόδετων Ανηλίκων Προσφύγων, (έδρα στα Ανώγεια) 3. Προβολή ταινιών, εικαστικές δημιουργίες για την έκφραση συναίσθημάτων 4. Δημιουργία τρισδιάστατης κατασκευής-τροχού, με θέμα εμπνευσμένο

	με αμεσότητα και με ειλικρίνεια, ώστε να μπορούν να κάνουν επιλογές, σεβόμενοι τις ανάγκες και τα δικαιώματα τόσο τα δικά τους όσο και των άλλων		από την επίσκεψη στο Κέντρο Υποδοχής Ασυνόδευτων Ανηλίκων Προσφύγων.
--	--	--	--

Σχολικό Έτος 2015-2016

Θεματολογία- Τίτλος Προγράμματος	Παιδαγωγικοί Στόχοι – Στόχοι του Προγράμματος	Μεθοδολογία	Δραστηριότητες
(29) «Άσκηση – Υγεία – Ψυχαγωγία»	<p>1. Να προτρέψει τα παιδιά να γυμνάζονται και να περνούν μέρος του ελεύθερού τους χρόνου κοντά στην φύση.</p> <p>2. Οι μαθητές να αποκτήσουν το γνωστικό υπόβαθρο και τον αξιακό προσανατολισμό που απαιτούνται ώστε να έχουν θετικές στάσεις και συμμετοχικές συμπεριφορές για την προστασία της οικολογικής ισορροπίας, της βιωσιμότητας της ανάπτυξης και της ποιότητας ζωής.</p> <p>3. Να γνωρίσουν αθλήματα και δραστηριότητες της υπαίθρου.</p> <p>4. Η εμπειρία που θα διδαχθούν οι μαθητές να μην είναι μεμονωμένη αλλά συνήθεια και</p>	<p>1. Διάλεξης και σχετική συζήτηση</p> <p>2. Μέθοδοι αλληλεπίδρασης</p>	<p>1. Σύνταξη και διαμοιρασμός Ερωτηματολογίου που αφορά τις διατροφικές συνήθειες των μαθητών καθώς και την αθλητική τους δραστηριοποίηση.</p> <p>2. Συζήτηση για τρόπους Αντιμετώπισης της καθιστικής Ζωής</p> <p>3. Γνωριμία με σπορ της θάλασσας (wind-surf, kite surf, SUP, surf)</p> <p>4. Γνωριμία με σπορ του βουνού (Πεζοπορία)</p> <p>5. Τριήμερη εκδρομή εκτός Κρήτης. Οι τρεις μέρες περιλάμβαναν εξάσκηση στα χειμερινά αθλήματα Ski, Snowboard.</p>

	<p>τρόπος ζωής.</p> <p>5. Βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των εφήβων προσδοκώντας μια καλύτερη ψυχική και σωματική υγεία.</p>		
(30) «Επιτραπέζια αντισφαίριση: η διαθέσιμη φυσική δραστηριότητα κάθε σχολείου»	1. Η επιτραπέζια αντισφαίριση ως ενδοσχολική και διασχολική δραστηριότητα	<p>1. Αναζήτηση, επεξεργασία, ταξινόμηση πληροφοριών</p> <p>2. Παρακολούθηση αγώνων τοπικού ενδιαφέροντος.</p> <p>3. Διοργάνωση εσωτερικών δραστηριοτήτων στο χώρο του σχολείου</p>	<p>1. Ενημερωτικές συναντήσεις για την ευαισθητοποίηση των μαθητών</p> <p>2. Αναζήτηση πληροφοριών μέσω διαδικτύου</p> <p>3. Διεξαγωγή ενδοσχολικού πρωταθλήματος</p> <p>4. Διεξαγωγή διασχολικού πρωταθλήματος</p>
(31) «Η σχέση μου με το περιβάλλον»	<p>1. Η βελτίωση της ψυχικής υγείας των παιδιών</p> <p>2. Η αναβάθμιση του σχολικού και κοινωνικού περιβάλλοντος.</p>	<p>1. Φύλλα εργασίας</p> <p>2. Βιωματικές ασκήσεις</p>	<p>1. Επεξεργασία θεμάτων όπως ποιος είμαι, οι κοινωνικοί ρόλοι, αξίες, μου, το περιβάλλον μου κι εγώ, κά.</p> <p>2. Επίσκεψη στη βιβλιοθήκη του Πανεπιστημίου Κρήτης</p> <p>3. Επίσκεψη στο τμήμα Χημείας</p> <p>4. Επίσκεψη στο</p>

			μουσείο Φυσικής Ιστορίας
(32) «Όταν η οδοντόβουρτσα συνάντησε τον Τραπεζίτη»	1. Να κατανοήσουν οι μαθητές τους κανόνες υγιεινής των δοντιών, 2.Να δουλέψουν ομαδικά, να αλληλεπιδράσουν , να μοιραστούν εμπειρίες και  3. Να εκφράσουν τα συναισθήματα τους	1. Βιωματική μάθηση  2. Διασύνδεση με άλλα μαθήματα	1. Ανάγνωση παραμυθιού  2. Δημιουργία κολάζ και εργασιών  3. Επίσκεψη σε οδοντίατρο
(33) «Ο καθένας για όλους και όλοι για τον καθένα»	1. Να παρέχουν οι μαθητές του Ε.Ε.Ε.Ε.Κ βασικές Πρώτες Βοήθειες όταν αυτό χρειαστεί	1, Μελέτες περίπτωσης	1. Συνεργασία με Ερυθρό Σταυρό  2. Θεατρικό παιχνίδι
(34) «Ο κύκλος της χαμένης τερηδόνας»	1. Να ευαισθητοποιηθούν οι μαθητές και να αντιληφθούν την καλή συνήθεια της στοματικής υγιεινής.  2. Να κατανοήσουν τους τρόπους πρόληψης ( βούρτσισμα, υγιεινή διατροφή, οδοντιατρικός έλεγχος)  3. Να αποκτήσουν σωστές διατροφικές	Βιωματική – Επικοινωνιακή μάθηση	1. Γνωριμία με το εκπαιδευτικό υλικό.  2. Επίσκεψη του οδοντιάτρου στο σχολείο μας.  3. Επίσκεψη στη γειτονική φρουταγορά και δημιουργία φρουτοσαλάτας από τα παιδιά  4.Δημιουργία παραμυθιού  5.Δημιουργία των κεραμικών μορφωμάτων



	<p>συνήθειες οι οποίες συνδέονται άμεσα με την καλή στοματική υγιεινή.</p> <p>4. Να αποκτήσουν θετική στάση απέναντι στον οδοντίατρο.</p> <p>5. Να γνωρίσουν την ανατομία της στοματικής κοιλότητας.</p> <p>6. Ενίσχυση της συνεργασίας και αλληλεπίδρασης μεταξύ της ομάδας.</p>		<p>(κούκλες κουκλοθέατρου) – 6.Παρασταση κουκλοθέατρου</p>
--	---	--	--

Σχολικό Έτος 2017-2018			
Θεματολογία- Τίτλος Προγράμματος	Παιδαγωγικοί Στόχοι – Στόχοι του Προγράμματος	Μεθοδολογία	Δραστηριότητες
(35) «Άσκηση – Υγεία - Ψυχαγωγία»	<p>1. Να προτρέψει τα παιδιά να γυμνάζονται και να περνούν μέρος του ελεύθερού τους χρόνου κοντά στην φύση.</p> <p>2. Οι μαθητές να αποκτήσουν το γνωστικό υπόβαθρο και τον αξιακό προσανατολισμό που απαιτούνται ώστε να έχουν θετικές στάσεις και συμμετοχικές συμπεριφορές για την προστασία της οικολογικής ισορροπίας, της βιωσιμότητας της ανάπτυξης και της ποιότητας ζωής.</p> <p>3. Να γνωρίσουν αθλήματα και δραστηριότητες της υπαίθρου.</p> <p>4. Η εμπειρία που θα διδαχθούν οι μαθητές να μην</p>	<p>1. Μέσω διάλεξης και σχετικής συζήτησης 1. Μέσω μεθόδων αλληλεπίδρασης</p>	<p>Σύνταξη και διαμοιρασμός Ερωτηματολογίου που αφορά τις διατροφικές συνήθειες των μαθητών καθώς και την αθλητική τους δραστηριοποίηση. Αξιολόγηση του 2. Συμβουλές και τρόποι Αντιμετώπισης της καθιστικής Ζωής</p> <p>3. Γνωριμία με σπορ της θάλασσας (wind-surf, kite surf, SUP, surf).</p> <p>4. Τριήμερη εκδρομή εκτός Κρήτης. Και οι τρεις μέρες περιλάμβαναν εξάσκηση στα χειμερινά σπορ Ski, Snowboard.</p>

	<p>είναι μεμονωμένη αλλά συνήθεια και τρόπος ζωής.</p> <p>5. Βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των εφήβων προσδοκώντας μια καλύτερη ψυχική και σωματική υγεία.</p>		
<p>(36) «Κυκλοφορώ με ασφάλεια/Λυκλοφοριακή Αγωγή και Συνείδηση»</p>	<p>1. Κατανόηση των Κανόνων ΚΟΚ</p> <p>2. Συνεργασία, ομαδικότητα</p> <p>3. Καλλιέργεια κριτικής σκέψης</p>	<p>1. Καθοδηγούμενη, διερευνητική και βιωματική –</p> <p>2. Ομαδοσυνεργατική ή μέθοδος</p>	<p>1. Διεξαγωγή έρευνας με τη χρήση ερωτηματολογίου</p> <p>2. Ενημέρωση από εθελοντες για θέματα οδικής ασφάλειας</p> <p>3. Επίσκεψη στο εργαστήριο LaHers, επαφή με τον προσομοιωτή οδήγησης</p> <p>4. Σχεδιασμός μπλουζών με σύνθημα "STOP. Προτεραιότητα στη Ζωή".</p> <p>5. Δημιουργία βίντεο</p> <p>6. Παρουσίαση των αποτελεσμάτων στην κοινότητα (πολύκεντρο, ραδιοφωνική εκπομπή)</p>

<p>(37) «Γεύσεις με άρωμα Κρήτης»</p>	<p>1. Να γνωρίσουν την υγιεινή διατροφή  2. Να αντιληφθούν τη σημασία της κρητικής διατροφής  3. Να αλλάξουν τις ανθυγιεινές διατροφικές συνήθειες.  4. Βελτίωση διαπροσωπικών σχέσεων – συνεργασία  5. Απόκτηση ικανοτήτων συλλογής στοιχείων από βιβλία και διαδίκτυο  6. Ανάπτυξη πρωτοβουλιών και κοινωνικοποίησης των μαθητών</p>	<p>1. Διαθεματική προσέγγιση  Ομαδοσυνεργατική μάθηση  2. Βιωματική Μάθηση</p>	<p>1. Αναζήτηση πληροφοριών στο διαδίκτυο  2. Συνεργασία με φορείς και γονείς  3. Οργάνωση δραστηριοτήτων στο σχολείο, π.χ. προετοιμασία κρητικών γευμάτων, αναζήτηση μαντινάδων σχετικών με τη διατροφή, δημιουργικές δραστηριότητες (π.χ. ζωγραφική)</p>
<p>(38) «Μέσα στην πόλη περπατώ»</p>	<p>1. Να γνωρίσουν τα παιδιά τον ΚΟΚ και βασικά σήματα της τροχαίας, τους φωτεινούς σηματοδότες  2. Να κυκλοφορούν με ασφάλεια σαν πεζοί  3. Να κυκλοφορούν με ασφάλεια σαν οδηγοί οχημάτων ή σαν επιβάτες  4. Να οδηγούν με</p>	<p>Βιωματική Μάθηση</p>	<p>1. Εικαστικές δραστηριότητες (κολάζ, ζωγραφική)  2. Αναγνώση παραμυθιού  3. Επίσκεψη στο πάρκο κυκλοφοριακής αγωγής  4. Επίσκεψη ατόμων της τροχαίας στο σχολείο  5. Συγγραφή</p>

	ασφάλεια ποδήλατο ή μηχανή		παραμυθιού
(39) «Όταν θέλεις Μπορείς!»	1. Οι μαθητές να θέτουν στόχους 2. Να αυξήσουν την αυτοπεποίθησή τους.	1. Συζήτηση 2. Βιωματική αλληλεπίδραση	1. Συζήτηση σε μικρές ομάδες με ψυχολόγο 2. Επίδειξη βίντεο σχετικά με την ενδυνάμωση-αυτοπεποίθηση-αυτοεκτίμηση 3. Συμμετοχή μαθητών σε δράσεις και δραστηριότητες του σχολείου 4. Πρωταγωνιστικός ρόλος μαθητών και δυνατότητα αυτενέργειας σε οργανωμένες δράσεις του σχολείου 5. Δημιουργία ταινιών μικρού μήκους με θέμα τα συναισθήματα
(40) «Τους κανόνες ΚΟΚ τηρώ... ασφαλώς κυκλοφορώ!»	1. Να αποκτήσουν οι μαθητές «κυκλοφοριακή συνείδηση» ώστε να μπορούν να κυκλοφορούν στον δρόμο με ασφάλεια.	1. Βιωματική μάθηση 2. Αξιοποίηση ψηφιακών εκπαιδευτικών εργαλείων	1. Επίσκεψη στο Εργαστήριο Μελέτης Συμπεριφορών Υγείας και Οδικής Ασφάλειας του ΤΕΙ Κρήτης, Χρήση προσομοιωτή οδήγησης 2. Θεατρικό Παιχνίδι με θέμα την Οδική

			<p>ασφάλεια</p> <p>3. Επίσκεψη στο Πάρκο Κυκλοφοριακής Αγωγής (συμμετοχή Δημοτικής Αστυνομίας και συλλόγου ΑΜΕΑ)</p> <p>4. Επίσκεψη και συμμετοχή στο 8ο Μαθητικό Φεστιβάλ Ψηφιακής Δημιουργίας</p> <p>5. Επίσκεψη και συμμετοχή στην Παρουσίαση Προγραμμάτων Σχολικών Δραστηριοτήτων «Made in school 2018»</p> <p>6. Δημιουργία προγράμματος-εφαρμογής ενός κουίζ κυκλοφοριακής αγωγής</p> <p>7. Δημιουργία συνεργατικού ψηφιακού βιβλίου</p>
--	--	--	--

## Βιβλιογραφία

Διαδικτυακή Εκπαιδευτική Πύλη (χ.χ.). *Αγωγή Υγείας*. Ανακτήθηκε από: [http://edugate.minedu.gov.gr/index.php?option=com\\_k2&view=itemlist&task=category&id=130:%CE%B1%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE-%CF%85%CE%B3%CE%B5%CE%AF%CE%B1%CF%82&Itemid=228](http://edugate.minedu.gov.gr/index.php?option=com_k2&view=itemlist&task=category&id=130:%CE%B1%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE-%CF%85%CE%B3%CE%B5%CE%AF%CE%B1%CF%82&Itemid=228)

Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ηρακλείου. (2018). *Αποθετήριο Εργασιών και απολογιστικές εκθέσεις προγραμμάτων σχολικών δραστηριοτήτων*. Ανακτήθηκε από: <http://dide.ira.sch.gr/new/grafio-scholikon-drastiriotion/i-apothetirio-ergasion-ii-apologistik-es-ekthesis-programmaton-scholikon-drastiriotion-perivallontikis-ekpedefsis-agogis-ygi-as-politistikon-thematon-scholikou-etous-2017-2018/>

Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ηρακλείου. (χ.χ.) *Αποθετήριο Προγραμμάτων*. Ανακτήθηκε από: <http://sxoldra.mysch.gr/s/index.php/apothetirio-programmaton>

Εκπαιδευτική κλίμακα (2019). *Σχεδιασμός και υλοποίηση προγραμμάτων σχολικών δραστηριοτήτων 2018 – 2019 (Περιβαλλοντική Εκπαίδευση, Αγωγή Υγείας, Πολιτιστικών Θεμάτων, Αγωγή Σταδιοδρομίας)*. Ανακτήθηκε από: <https://edu.klimaka.gr/drasthriothtes/genika/1037-sxediasmos-ylopoi-hsh-programmatwn-scholikwn-drasthriothtwn>

Εκπαιδευτική κλίμακα (2019). *Σχεδιασμός και υλοποίηση προγραμμάτων σχολικών δραστηριοτήτων 2018 – 2019 (Περιβαλλοντική Εκπαίδευση, Αγωγή Υγείας, Πολιτιστικών Θεμάτων, Αγωγή Σταδιοδρομίας)*. Ανακτήθηκε από: <https://edu.klimaka.gr/drasthriothtes/genika/1037-sxediasmos-ylopoi-hsh-programmatwn-scholikwn-drasthriothtwn>

Εφημερίς της Κυβερνήσεως της Ελληνικής Δημοκρατίας.(2003). *ΦΕΚ 304B/13-03-2003*. Ανακτήθηκε από: <http://www.pi-schools.gr/download/programs/depps/fek304.pdf>

Εφημερίς της Κυβερνήσεως της Ελληνικής Δημοκρατίας.(2005). *Νόμος υπ' αριθμό 3370. Οργάνωση και λειτουργία των υπηρεσιών δημόσιας υγείας και λοιπές διατάξεις*. Τεύχος πρώτο. Αριθμός φύλλου 176. Ανακτήθηκε από: [https://www.kodiko.gr/nomologia/download\\_fek?f=fek/2005/a/fek\\_a\\_176\\_2005.pdf&t=5df1330ad4043da6f73cf61e11e10b86](https://www.kodiko.gr/nomologia/download_fek?f=fek/2005/a/fek_a_176_2005.pdf&t=5df1330ad4043da6f73cf61e11e10b86)

Ιωαννίδη, Β. (2003). *Η Αγωγή Υγείας ως μέσο γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων στη σύγχρονη εκπαιδευτική πραγματικότητα. 2ο Πανελλήνιο Συνέδριο του Ελληνικού Ινστιτούτου Εφαρμοσμένης Παιδαγωγικής και Εκπαίδευσης, 2003: Πρακτικά (σσ. 490-496)*. Αθήνα. Ανακτήθηκε από: [http://benl.primedu.uoa.gr/database1/agwgi\\_ws\\_meson.pdf](http://benl.primedu.uoa.gr/database1/agwgi_ws_meson.pdf)

Καρράς, Κ. Γ. (2014). *Η παιδαγωγική επιστήμη άλλοτε και τώρα*. Αθήνα: Gutenberg

Κουδιγκέλη, Φ. (2011). *Η θετική ψυχολογία στην εκπαίδευση*. Στο Α. Σταλίκας & Π. Μυτσκίδου (Επιμ.). *Εισαγωγή στη Θετική Ψυχολογία*. Αθήνα: Τόπος.

Μαλικιώση-Λοΐζου, Μ. (2011). *Η συμβουλευτική ψυχολογία στην εκπαίδευση*. Αναθεωρημένη έκδοση. Αθήνα: Πεδίο.

Μαυρικάκη, Ε. Κυρίδης, Α., Γκούβρα, Μ. & Γκόλια, Π. (2005). Η Αγωγή Υγείας στην εκπαίδευση των εκπαιδευτικών του ελληνικού Δημοτικού Σχολείου. *Επιστήμες Αγωγής*, (2), 137-154. Ανακτήθηκε από: [https://www.academia.edu/940717/5.3.\\_%CE%9C%CE%B1%CF%85%CF%81%CE%B9%CE%BA%CE%AC%CE%BA%CE%B7\\_%CE%95.\\_%CE%9A%CF%85%CF%81%CE%AF%CE%B4%CE%B7%CF%82\\_%CE%91.\\_%CE%93%CE%BA%CE%BF%CF%8D%CE%B2%CF%81%CE%B1\\_%CE%9C.\\_and\\_%CE%93%CE%BA%CF%8C%CE%BB%CE%B9%CE%B1\\_%CE%A0.\\_2005\\_.%CE%97\\_%CE%91%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE\\_%CE%A5%CE%B3%CE%B5%CE%AF%CE%B1%CF%82\\_%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BD\\_%CE%B5%CE%BA%CF%80%CE%B1%CE%AF%CE%B4%CE%B5%CF%85%CF%83%CE%B7\\_%CF%84%CF%89%CE%BD\\_%CE%B5%CE%BA%CF%80%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%B5%CF%85%CF%84%CE%B9%CE%BA%CF%8E%CE%BD\\_%CF%84%CE%BF%CF%85\\_%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%8D\\_%CE%94%CE%B7%CE%BC%CE%BF%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%8D\\_%CE%A3%CF%87%CE%BF%CE%BB%CE%B5%CE%AF%CE%BF%CF%85.\\_%CE%95%CF%80%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%AE%CE%BC%CE%B5%CF%82\\_%CE%91%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE%CF%82\\_2\\_137-154](https://www.academia.edu/940717/5.3._%CE%9C%CE%B1%CF%85%CF%81%CE%B9%CE%BA%CE%AC%CE%BA%CE%B7_%CE%95._%CE%9A%CF%85%CF%81%CE%AF%CE%B4%CE%B7%CF%82_%CE%91._%CE%93%CE%BA%CE%BF%CF%8D%CE%B2%CF%81%CE%B1_%CE%9C._and_%CE%93%CE%BA%CF%8C%CE%BB%CE%B9%CE%B1_%CE%A0._2005_.%CE%97_%CE%91%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE_%CE%A5%CE%B3%CE%B5%CE%AF%CE%B1%CF%82_%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BD_%CE%B5%CE%BA%CF%80%CE%B1%CE%AF%CE%B4%CE%B5%CF%85%CF%83%CE%B7_%CF%84%CF%89%CE%BD_%CE%B5%CE%BA%CF%80%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%B5%CF%85%CF%84%CE%B9%CE%BA%CF%8E%CE%BD_%CF%84%CE%BF%CF%85_%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%8D_%CE%94%CE%B7%CE%BC%CE%BF%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%8D_%CE%A3%CF%87%CE%BF%CE%BB%CE%B5%CE%AF%CE%BF%CF%85._%CE%95%CF%80%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%AE%CE%BC%CE%B5%CF%82_%CE%91%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE%CF%82_2_137-154)

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (χ.χ.). *Αγωγή Υγείας*. Ανακτήθηκε από [http://www.pi-schools.gr/download/programs/depps/29deppsaps\\_AgogiYgias.pdf](http://www.pi-schools.gr/download/programs/depps/29deppsaps_AgogiYgias.pdf)

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (χ.χ.). *Αναλυτικά Προγράμματα Σπουδών*. Ανακτήθηκε από: [http://www.pi-schools.gr/paideia\\_dialogos/analitika-programata.pdf](http://www.pi-schools.gr/paideia_dialogos/analitika-programata.pdf)

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. (2009). *Πρόταση για την επιμόρφωση των εκπαιδευτικών*. Ανακτήθηκε από: [http://www.pi-schools.gr/paideia\\_dialogos/prot\\_epimorf.pdf](http://www.pi-schools.gr/paideia_dialogos/prot_epimorf.pdf)

Παπαθανασίου, Β. (2009). *Αγωγή και προαγωγή υγείας στο σχολικό περιβάλλον: Βασικές αρχές και μεθοδολογία*. Ανακτήθηκε από: <http://www.pi-schools.gr/download/publications/epitheorisi/teykos15/047-061.pdf>

Πηγιάκη, Π. (2010). *Προετοιμασία Σχεδιασμός και Αξιολόγηση της Διδασκαλίας*. 7 εκδ. Αθήνα: Γρηγόρη.

Σταματάκη, Ι. (2018). *Μελέτη των απόψεων εκπαιδευτικών, σχολείων της Αττικής για τα προγράμματα Αγωγής Υγείας στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση* (Μεταπτυχιακή εργασία). Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Κόρινθος

Στάππα-Μουρτζίνη, Μ. (χ.χ.). "Αγωγή Υγείας, Βασικές Αρχές - Σχεδιασμός Προγράμματος", *Εγχειρίδιο για Εκπαιδευτικούς Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης*. Αθήνα: Οργανισμός Εκδόσεως Διδακτικών Βιβλίων. Ανακτήθηκε από: [http://www.pi-schools.gr/programs/agogi\\_ygeias/agogi\\_ygeias.pdf](http://www.pi-schools.gr/programs/agogi_ygeias/agogi_ygeias.pdf)

Τζάνη, Μ. & Κεχαγιάς, Χ. (2005). *Μεθοδολογία Έρευνας Κοινωνικών Επιστημών*. Αθήνα: Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Ανακτήθηκε από: <http://benl.primedu.uoa.gr/database1/method.pdf>



Τούντας, Γ.Κ. (χ.χ.). *Προαγωγή Υγείας*. Ανακτήθηκε από: <http://asclepieion.mpl.uoa.gr/pubaspis/%CE%91%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE%CE%BA%CE%B1%CE%B9%CE%A0%CF%81%CE%BF%CE%B1%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE.htm#%CE%9A%CE%95%CE%A6%CE%91%CE%9B%CE%91%CE%99%CE%9F1>

Υπουργείο Υγείας (2019). *Ανάπτυξη - υλοποίηση δράσεων και παρεμβάσεων ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης του μαθητικού πληθυσμού για το σχολικό έτος 2019 – 2020*. Ανακτήθηκε από:

<https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-prwtobathmias-frontidas-ygeias/draseis-kai-programmata-agwghs-ygeias/agwgh-ygeias/draseis-kai-parembaseis-eyaisthhtopoihshs-kai-enhmerwshs-toy-mathhtikoy-plhthysmoy/6545-anaptyksh-ylopoihs-apo-to-yπουργείο-ygeias-drasewn-kai-parembasewn-eyaisthhtopoihshs-kai-enhmerwshs-toy-mathhtikoy-plhthysmoy-sto-plaisio-ths-agwghs-ygeias-se-ethniko-epipedo-gia-to-sxoliko-etos-2019-2020>

Υπουργείο Υγείας (2019). *Εθνικό στρατηγικό σχέδιο για τη δημόσια υγεία 2019-2022*. Ανακτήθηκε από: <https://www.moh.gov.gr/articles/health/domes-kai-draseis-gia-thn-ygeia/ethnika-sxedia-drashs/6237-ethniko-sxedio-drashs-gia-thn-dhmosia-ygeia?fdl=14940>

Υπουργείο Υγείας (χ.χ.). *Ευαισθητοποίηση και ενημέρωση του μαθητικού πληθυσμο*. Ανακτήθηκε από: <https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-prwtobathmias-frontidas-ygeias/draseis-kai-programmata-agwghs-ygeias/agwgh-ygeias/draseis-kai-parembaseis-eyaisthhtopoihshs-kai-enhmerwshs-toy-mathhtikoy-plhthysmoy>

Φρούντα, Μ. (2014). Διερευνώντας τη σχέση μεταξύ των εννοιών υγεία - αγωγή υγείας και προαγωγή υγείας: συνεισφορά στην αποτελεσματικότερη ανάπτυξη των προγραμμάτων αγωγής υγείας στο σχολείο. *Επιστημονική Επετηρίδα Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης Πανεπιστημίου Ιωαννίνων*, 26, 163-191  
Ανακτήθηκε από: <http://olympias.lib.uoi.gr/jspui/handle/123456789/5849>

Φρυδάκη, Ε. (2009). *Η διδασκαλία στην τομή της νεωτερικής και της μετανεωτερικής σκέψης*. Αθήνα: Κριτική.

Boonen, A., Vries, D. N., Ruiter, D. S., Bowker, S. & Buijs, G. (2009). *Κατευθυντήριες οδηγίες για την προαγωγή της υγιεινής διατροφής και της φυσικής άσκησης στα σχολεία*. (Η. Μπάδα, Α. Ξεκαλάκη, & Π. Μαυρίκα επιμ. & μετ.). Ανακτήθηκε από: [https://www.ich.gr/files/School\\_Guidelines\\_HEPS.pdf](https://www.ich.gr/files/School_Guidelines_HEPS.pdf)

Cheng, N., & Wong, M. (2015). Knowledge and Attitude of School Teachers towards Promoting Healthy Lifestyle to Students. *Health*, 07 (01), 119-126. doi:10.4236/health.2015.71014

Gatseva, P.D., Argirova, M. (2011). Public health: the science of promoting health. *J Public Health* 19, 205–206. <https://doi.org/10.1007/s10389-011-0412-8>

Haghdooost, A., Ashrafi Asgar-Abad, A., Shokoohi, M., Alam, M., Esmaeili, M., & Hojabri, N. (2013). How do Students Conceptualise Health and its Risk Factors? A Study among Iranian Schoolchildren. *International Journal Of Health Policy And Management*, 1(1), 35-42. doi: 10.15171/ijhpm.2013.06

Hill, J., Draper, C., De Villiers, A., Fourie, J., Mohamed, S., Parker, W., & Steyn, N. (2015). Promoting healthy lifestyle behaviour through the Life-Orientation curriculum: Teachers' perceptions of the HealthKick intervention. *South African Journal of Education*, 35, (1). <http://dx.doi.org/10.15700/201503070003>

International Union for Health Promotion and Education (χ.χ.). *Health Promoting Schools*. Ανακτήθηκε από: <https://www.iuhpe.org/index.php/en/non-communicable-diseases-ncds/health-promoting-schools>

International Union for Health Promotion and Education (χ.χ.). *International collaboration on teacher training*. Ανακτήθηκε από: <https://www.iuhpe.org/index.php/en/health-promotion-systems/international-collaboration-on-teacher-training>

Jourdan, D., Mannix McNamara, P., Simar, C., Geary, T., & Pommier, J. (2010). Factors influencing the contribution of staff to health education in schools. *Health Education Research*, 25(4), 519-530. doi: 10.1093/her/cyq012

Langford, R., Bonell, C., Jones, H., Poulou, T., Murphy, S., & Waters, E. et al. (2014). The WHO Health Promoting School framework for improving the health and well-being of students and their academic achievement. *Cochrane Database Of Systematic Reviews*. doi:10.1002/14651858.cd008958.pub2

Schwartz, C., & Wootan, M. (2019). How a Public Health Goal Became a National Law. *Nutrition Today*, 54(2), 67-77. doi:10.1097/nt.0000000000000318

Tang, K., Nutbeam, D., Aldinger, C., St Leger, L., Bundy, D., & Hoffmann, A. et al. (2008). Schools for health, education and development: a call for action. *Health Promotion International*, 24(1), 68-77. doi: 10.1093/heapro/dan037

Stampe Rasmussen, B., & Steglich-Petersen, A. (2013). *From Chaos to Learning*. Ανακτήθηκε από: <https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/case-studies/case-study-denmark-from-chaos-to-learning.pdf>

WHO (2012). *European Action Plan for Strengthening Public Health Capacities and Services*. Ανακτήθηκε από: [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0005/171770/RC62wd12rev1-Eng.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0005/171770/RC62wd12rev1-Eng.pdf?ua=1)

WHO (1998). *Health Promotion Glossary*. Ανακτήθηκε από: <https://www.who.int/healthpromotion/about/HPR%20Glossary%201998.pdf>

WHO (χ.χ.) *Making every school a health promoting school*. Ανακτήθηκε από: <https://www.who.int/health-promoting-schools/making-every-school-health-promotion-school/en/>

WHO (χ.χ.). *Public health services*. Ανακτήθηκε από: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Health-systems/public-health-services/public-health-services>

WHO (χ.χ.). *The determinants of health*. Ανακτήθηκε από: <https://www.who.int/hia/evidence/doh/en/>

WHO (χ.χ.). *The Ottawa Charter for Health Promotion*. Ανακτήθηκε από: <https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>

WHO (χ.χ.). *What is a Health Promoting School?*. Ανακτήθηκε από: <https://www.who.int/health-promoting-schools/overview/en/>

WHO, & UNESCO. (2018). *Global Standards for Health Promoting Schools*. Ανακτήθηκε από: [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/adolescence/global-standards-for-health-promoting-schools-who-unesco.pdf?ua=1](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/adolescence/global-standards-for-health-promoting-schools-who-unesco.pdf?ua=1)

WHO, UNESCO, & UNICEF. (1992). *Comprehensive school health education: suggested guidelines for action*. Geneva: WHO. Ανακτήθηκε από: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/61425/WHO\\_UNESCO\\_UNICEF\\_92.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/61425/WHO_UNESCO_UNICEF_92.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y)