

**<<ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΛΙΕΡΓΕΙΑ ΚΟΥΛΤΟΥΡΑΣ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ
ΥΓΙΕΙΝΗΣ>>**

Συγγραφή-Επιστημονική Επιμέλεια:

Ιωάννα Α. Ραμουτσάκη¹ και Σωτηρία Μαρτίνου²

¹. Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου Φιλολόγων
του ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης

². Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου Π/θμιας Εκπ/σης
του ΠΕ.Κ.Ε.Σ Κρήτης



Το καράβι της Ελπίδας
(Χειροποίητη κατασκευή Εμμ. Ψαρουδάκη,
εκπαιδευτικού, κλάδου ΠΕ86,
ΓΕ.Α. Ν. Αλικαρνασσού Ηρακλείου)

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας, το οποίο παρέχεται δωρεάν στους/στις εκπαιδευτικούς, μέσω της ψηφιακής ιστοσελίδας της Π.Δ.Ε. Κρήτης, προστατεύεται κατά τις διατάξεις της ελληνικής νομοθεσίας (Ν.2121/1993), όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως άνευ γραπτής αδείας των συγγραφέων η κατά οποιονδήποτε τρόπο ή μέσο (ηλεκτρονικό, μηχανικό ή άλλο) αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

Η φωτοανατύπωση, χωρίς την άδεια των συγγραφέων και του εκδότη, επιτρέπεται μόνο στους/στις εκπαιδευτικούς για τις ανάγκες της διδασκαλίας τους στο σχολείο και πρέπει να συνοδεύεται από την αντίστοιχη βιβλιογραφική παραπομπή, με τη δήλωση του ονόματός των συγγραφέων και του εκδότη στις σχετικές φωτοτυπίες.

ISBN: 978-618-84828-4-5

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Α΄ ΜΕΡΟΣ ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΟ

1. Περίληψη.....σ.5
2. Εισαγωγήσ.σ.5-13

Β΄ ΜΕΡΟΣ

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

- 2.1. Σκοπός.....σ. 14
2.2. Πλαίσιο εφαρμογής.....σ. 14
 α. Σε ποιους/-ες απευθύνεται.....σ.14
 β) Χρόνος και Τόπος υλοποίησης.....σ.14
 γ) Ένταξη του Εκπαιδευτικού Προγράμματος στο Ωρολόγιο Πρόγραμμα.....σ. 15
2.3. Ειδικότερα παιδαγωγικά και επιστημονικά χαρακτηριστικά του συγκεκριμένου εκπαιδευτικού Υλικού.....σ.σ.15-17
2.4. Σχέση του εκπαιδευτικού Υλικού με τις Δεξιότητες Ζωής (Εργαστήρια Δεξιοτήτων 21+ του Ι.Ε.Π.).....σ.σ.17-18
2.5. Σχέση του εκπαιδευτικού Υλικού με τις νομοθετικές ρυθμίσεις για την Εκπαίδευση.....σ.18

Γ΄ ΜΕΡΟΣ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΝΑΡΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

1. 1^ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ ΣΤΗΝ Π/ΘΜΙΑ ΚΑΙ ΤΗ Δ/ΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ.....σ.σ.19-28
2. ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ
2^ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ.....σ.σ. 29-32
3. ΦΥΛΛΟ ΑΥΤΟ-ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ.....σ.32
4. 2^ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ Π/ΘΜΙΑ ΚΑΙ ΤΗ Δ/ΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ.....σ.σ.33-42
5. ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ...σ.σ.42-45
6. ΦΥΛΛΟ ΑΥΤΟ-ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΙ ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΦΑΚΕΛΟ ΤΟΥ ΜΑΘΗΤΗ/ΤΗΣ ΜΑΘΗΤΡΙΑΣ.....σ.σ.45-46

7. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ:ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΣΠΕΡΙΔΑΣ: <<ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ ΣΕ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΚΑΝΟΝΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΔΗΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ-ΘΕΩΡΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΞΗ: ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ- ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ- ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΠΡΑΞΗ>>.....σ.σ.47-50

8. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....σ.σ. 50-51

Περίληψη

Σκοπός του <<Εκπαιδευτικού Υλικού Σχολικής Υγιεινής για την καλλιέργεια κουλτούρας Ατομικής και Κοινωνικής Υγιεινής>> είναι η καλύτερη δυνατή προετοιμασία μαθητών και μαθητριών, ώστε εκείνοι/-ες να φροντίζουν καθημερινά για την καθαριότητα του σώματός τους, για την ποιότητα της ζωής τους εν γένει και, κατ' επέκταση, για την πρόληψη σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο. Η διαμόρφωση κουλτούρας σωστής Υγιεινής γίνεται από τη μικρή ηλικία και το σχολείο θα πρέπει να συμβάλει σε αυτό, μέσα από στοχευμένο εκπαιδευτικό υλικό, Προγράμματα, Δράσεις και σχολικά βιβλία. Για την εφαρμογή του εκπαιδευτικού υλικού στη διδακτική Πράξη και για την αντίστοιχη επιμόρφωση των εκπαιδευτικών αξιοποιούνται συνεργατικές, συμμετοχικές μέθοδοι και τεχνικές διερευνητικής και ανακαλυπτικής Μάθησης, καθώς και οι αρχές της σύγχρονης Συμπεριληπτικής, Διαφοροποιημένης Παιδαγωγικής και της οικο-συστημικής προσέγγισης. Μέσα από μια τέτοια μαθησιακή διαδικασία είναι δυνατόν να υπάρχει κατάλληλη ενημέρωση και ευαισθητοποίηση, η οποία μπορεί να οδηγήσει και στην εισαγωγή μαθήματος και σχολικού βιβλίου Υγιεινής σε όλες τις Βαθμίδες Εκπαίδευσης και τις Τάξεις, με τελικό στόχο την ενίσχυση της ποιότητας ζωής, την πρόληψη ασθενειών, την αναβάθμιση της παρεχόμενης Εκπαίδευσης και Παιδείας στον τόπο μας.

Λέξεις-Φράσεις-κλειδιά: Υγιεινή (Σχολική, ατομική, συλλογική) πρόληψη, Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

1.1. Εισαγωγή – Η αναγκαιότητα ενός μαθήματος Σχολικής Υγιεινής¹

Αφετηρία του προβληματισμού μας για την υποβολή αυτής της Πρότασης και του συνοδευτικού εκπαιδευτικού Υλικού για ένταξή του στις Δεξιότητες 21+ του Ι.Ε.Π. στάθηκε η διαπίστωση πώς κατά την πρόσφατη επιδημική κρίση, ζητήθηκε από τα παιδιά και την κοινωνία ολόκληρη η τήρηση κανόνων Υγιεινής, για τους οποίους, ειδικότερα, τα παιδιά ήταν, ενδεχομένως, απροετοίμαστα. **Εάν δεν είχαν μάθει από το σπίτι στοιχειώδεις κανόνες Υγιεινής, δεν θα μπορούσαν να ανταποκριθούν με την απαιτούμενη σοβαρότητα και συνέπεια.**

1. Ραμουτσάκη, Α.Ι. (2019). Υπόμνημα για την Εισαγωγή του Μαθήματος Υγιεινής στα σχολεία προς την Π.Δ.Ε.Κρήτης, για να διαβιβαστεί στο Υ.ΠΑΙ.Θ (υπ' αρ. πρωτ. Φ2/1302/26-6-2020). Το εισαγωγικό και το Β' Μέρος του παρόντος ψηφιακού τόμου αποτελεί, επίσης, τμήμα της Δ. Έργασίας της.

Εναύσματα για την ευαισθητοποίηση των μαθητών και μαθητριών ανιχνεύονται στα Αναλυτικά Πρόγραμμα Σπουδών. **Μάλιστα, το Πρόγραμμα Σπουδών των ΕΠΑ.Λ., προβλέπει** (Ραμουτσάκη, 2019):

Ειδικότερα,

- 1) **στην Α΄ τάξη ΕΠΑ.Λ.** (Ημερήσιου και Εσπερινού) η διδασκαλία του μαθήματος επιλογής <<Αγωγής Υγείας>> με 2 ώρες την εβδομάδα: (Βλ. και Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία Φωτόδεντρου: http://ebooks.edu.gr/ebooks/v/pdf/8547/4296/24-0236-02_Agogi-Ygeias_A-EPAL_Vivlio-Mathiti/, ανακτήθηκε 7-6-2021), ενώ
- 2) **στη Β΄ τάξη ΕΠΑ.Λ.** (Ημερήσιου και Εσπερινού) **και μόνο στον ΤΟΜΕΑ ΥΓΕΙΑΣ-ΠΡΟΝΟΙΑΣ-ΕΥΕΞΙΑΣ** προβλέπεται η διδασκαλία των παρακάτω μαθημάτων:
 1. **Πρώτων Βοηθειών:** 2 ώρες (Βλ. και Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία Φωτόδεντρου: <http://ebooks.edu.gr/ebooks/handle/8547/2947> , ανακτήθηκε 7-6-2021)
 2. **Υγείας και Διατροφής:** 2 ώρες (Βλ. και Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία Φωτόδεντρου <http://ebooks.edu.gr/ebooks/handle/8547/3275>, ανακτήθηκε 7-6-2021)
- 3) **Στη Γ΄ τάξη ΕΠΑ.Λ.** (Ημερήσιου και Εσπερινού) **διδάσκεται, αμιγώς, το μάθημα της Υγιεινής ως μάθημα Ειδικότητας, πανελλαδικώς εξεταζόμενο** (Βλ. και Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία Φωτόδεντρου <http://ebooks.edu.gr/ebooks/handle/8547/3484> ανακτήθηκε 7-6-2021).

Ως εκ τούτου, στα ΕΠΑ.Λ. αμιγώς μάθημα Υγιεινής διδάσκεται μόνο στην Γ΄ Τάξη ως πανελλαδικώς εξεταζόμενο μάθημα και μόνο στον ΤΟΜΕΑ ΥΓΕΙΑΣ-ΠΡΟΝΟΙΑΣ-ΕΥΕΞΙΑΣ. Η σύνδεση του συγκεκριμένου μαθήματος με τις Πανελλαδικές Εξετάσεις και η αποσύνδεσή του από το γενικό κορμό των μαθημάτων Γενικής Παιδείας προσδίδει στο μάθημα ένα συγκεκριμένο εξετασιοκεντρικό χαρακτήρα και το απομακρύνει αρκετά από την προσπάθεια συστηματικής διαμόρφωσης συνείδησης ατομικής και συλλογικής Υγιεινής, καθώς το μάθημα δεν αφορά όλα τα παιδιά και δεν εντάσσεται σε όλες τις Τάξεις των ΕΠΑ.Λ.

Παρόλο, λοιπόν, που ανιχνεύονται τέτοιες σημαντικές προσθήκες στα Προγράμματα Σπουδών, δεν υπάρχει ακόμα **συστηματική Εκπαίδευση για την Υγιεινή σε όλες τις Τάξεις, τις Βαθμίδες και τους τύπους των σχολείων.**

Όπως είναι γνωστό, κατά την πρόσφατη επιδημική κρίση, συνδέθηκε η τήρηση ή μη τήρηση των μέτρων Υγιεινής με την πιθανή μείωση ή εξάπλωση της επιδημίας, αντίστοιχα. Στο πλαίσιο αυτό, αναδεικνύεται περισσότερο η σημασία της πρόληψης, μέσω της **Εκπαίδευσης.** Σίγουρα, οι μαθητές και οι μαθήτριες θα είχαν προετοιμαστεί καλύτερα, αν

είχαν εξοικειωθεί με τα θέματα Υγιεινής εγκαίρως και από τις μικρές Τάξεις.

Απόρροια αυτού είναι και το γεγονός ότι πολλά παιδιά δυσκολεύονται να εξοικειωθούν με την εικόνα του σώματός τους και τις αλλαγές που σηματοδοτούν οι κύριες μεταβατικές περιόδους της ζωής τους.

Αλλά παιδιά, πάλι, δεν γνωρίζουν στοιχειώδεις κανόνες ατομικής Υγιεινής, γεγονός που επισύρει, πολλές φορές, αρνητικά σχόλια συμμαθητών/συμμαθητριών ή συνομηλίκων και, συχνά, οδηγεί σε χαμηλή αυτοεκτίμηση και έλλειψη θάρρους.

Η εισαγωγή σχετικού μαθήματος Υγιεινής σε όλες τις τάξεις και τις Βαθμίδες Εκπαίδευσης είναι απολύτως απαραίτητη και η εξοικείωση των μαθητών και μαθητριών με τους κανόνες αυτούς δεν θα πρέπει να θεωρείται δεδομένη. Επιπροσθέτως, οι κανόνες δεν θα πρέπει να επιβάλλονται, αλλά η τήρησή τους να προκύπτει ως εσωτερική ανάγκη για τα παιδιά, καθώς τα ίδια θα έχουν διαμορφώσει αντίστοιχη συνείδηση ατομικής και συλλογικής Υγιεινής.

Οι εκπαιδευτικοί, επίσης, από την πλευρά τους, χρειάζεται να έχουν βασικές γνώσεις Υγιεινής, ώστε να μπορούν να υποστηρίξουν τους μαθητές και τις μαθήτριες στη διαμόρφωση αντίστοιχης κουλτούρας και να φροντίζουν καλύτερα και τη δική τους ποιότητα ζωής.

Το γεγονός ότι παλαιότερα, ακόμα και σε δύσκολες περιόδους, όπως θα δούμε, είχαν εισαχθεί μαθήματα και σχολικά βιβλία Υγιεινής υπογραμμίζει την αναγκαιότητα ύπαρξής τους διαχρονικά, αλλά και την υποχρέωση του δικού μας εκπαιδευτικού συστήματος να αναπλαισιώσει τα δεδομένα αυτά με βάση τη νέα κοινωνική πραγματικότητα και ανάγκη.

Αξιοποιώντας το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό, οι εκπαιδευτικοί, μπορούν να υλοποιήσουν καινοτόμες Δράσεις και να αναλάβουν πρωτοβουλίες, οι οποίες ανοίγουν το δρόμο για ένα πιο δημοκρατικό και ανθρωποκεντρικό σχολείο, που σέβεται και υπερασπίζεται τον Άνθρωπο και **το ευ ζην** πάντοτε, διαχρονικά και συγχρονικά, και όχι μόνο σε περιόδους επιδημικής κρίσης και έκτακτων κοινωνικών αναγκών.

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό αποτελείται από τρία Μέρη:

- α)** το Α΄ Μέρος, το οποίο περιλαμβάνει μια σύντομη εισαγωγή στην Ιστορία της Υγιεινής στην Ελλάδα,
- β)** το Β΄ Μέρος, στο οποίο γίνεται Περιγραφή του εκπαιδευτικού υλικού και
- γ)** το Γ΄ Μέρος με εκπαιδευτικά Σενάρια Διδασκαλίας και Μάθησης υπό το πρίσμα της διαθεματικής, διεπιστημονικής προσέγγισης, της Διαφοροποιημένης, Συμπεριληπτικής

Παιδαγωγικής (Tomlinson, 2005, Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής, 2018, Παντελιάδου, 2008, Κουτσελίνη και συνεργάτες, 2015, Σακελλαρίου, 2020, Ραμουτσάκη και Μαρτίνου, 2020) και της οικο-συστημικής προσέγγισης (Γουργώτου, 2015).

Μέσα από μια τέτοια μαθησιακή διαδικασία και ευαισθητοποίηση, με την κατάλληλη καθοδήγηση των εκπαιδευτικών, οι μαθητές και οι μαθήτριες, σταδιακά, μπορούν να οδηγούνται στη διαμόρφωση κουλτούρας Υγιεινής, ατομικής και συλλογικής, στη μέριμνα για την καθαριότητα και την προστασία του σώματος και της ποιότητας ζωής τους και να κατανοούν τον αντίκτυπο μιας τέτοιας στάσης ζωής στη σχολική κοινότητα και στην ευρύτερη κοινωνία.

Ως εκ τούτου, το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό προάγει τον αυτοσεβασμό, τον αλληλοσεβασμό, την κοινωνική συνείδηση και συμπεριφορά, συνδέοντας, ουσιαστικά, τη διδακτική Πράξη με τη ζωή.

ΣΥΝΤΟΜΗ ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ¹

Η Υγιεινή του Σχολείου στην Ελληνική Εκπαίδευση

Προς υποστήριξη του παραπάνω προβληματισμού και στο πλαίσιο της ιστορικής προσέγγισης του θέματος παραθέτουμε μία σύντομη αναφορά σε σχολικό, όπως φαίνεται, βιβλίο Σχολικής Υγιεινής των αρχών του 20^{ου} αι. από την Κρήτη. Η αναφορά αυτή ως **ενδεικτική μελέτη περίπτωσης θα πρέπει να μας προβληματίσει και να μας ευαισθητοποιήσει περαιτέρω γύρω από το θέμα της εισαγωγής ενός μαθήματος Σχολικής Υγιεινής σε όλες τις Βαθμίδες Εκπαίδευσης και σε όλες τις Τάξεις.**

1.1. Υγιεινή του Σχολείου στην Κρήτη (Ραμουτσάκη, 2019)

Εισαγωγή

Η κατάκτηση της Κρήτης από τους Οθωμανούς (1669) ανέστειλε την πνευματική παραγωγή που είχε αρχίσει να συντελείται στο νησί, κατά την προηγούμενη περίοδο (Μουρέλλου, 1950). Η ερήμωση πολλών κέντρων, οι εξισλαμισμοί (Αγγελάκης, 1933), η σκληρή φορολογία (Ανδρουλιδάκης, 1882), οι κακουχίες, αλλά και η γενικότερη οπισθοδρόμηση, που, συχνά, ήταν επιβεβλημένη από τη νοοτροπία του κατακτητή, νέκρωναν πολλούς ζωτικούς χώρους και επέφεραν μείωση του πληθυσμού, η οποία δεν οφειλόταν

1. Το Κεφάλαιο αυτό αποτελεί τμήμα της εργασίας της συγγραφέως, Ραμουτσάκη Α.Ι., (2002), *Σελίδες από την Ιστορία της Υγιεινής του Σχολείου, Παιδαγωγικός Λόγος* 1,1,3, Αθήνα, σσ.271-281.

αποκλειστικά στις πολεμικές αναμετρήσεις.

Κατά τους πρώτους ιδιαίτερα χρόνους της οθωμανικής κατάκτησης στην Κρήτη, δεν υπήρχε καμία μέριμνα για τη Δημόσια Υγεία. Η χαμηλή στάθμη της Ιατρικής στην τουρκοκρατούμενη Ανατολή, η μοιρολατρική αντιμετώπιση των ασθενειών (Σταυρινίδη, 1975-1985) από τους Οθωμανούς, ο γενικότερος πνευματικός σκοταδισμός κ.ά. αποτελούσαν βασικούς λόγους όχι μόνο για την ανυπαρξία κρατικής πρόνοιας για θέματα Δημόσιας Υγείας, αλλά και για τη σπανιότητα σπουδασμένων ιατρών (Ραμουτσάκη, 2000). Η αθρόα φυγή Ελλήνων στο εξωτερικό και ιδίως σε πανεπιστήμια της Δυτικής Ευρώπης ενίσχυε τη δράση των εμπειρικών, των τσαρλατάνων και των αγυρτών στο εσωτερικό (Πεντόγαλος, 1991).

Οι μεγάλες επιδημίες πανώλους, χολέρας, λέπρας, ευλογιάς, οι οποίες δεν έπαψαν να ταλαιπωρούν τους υπηκόους της οθωμανικής αυτοκρατορίας, παράλληλα με άλλες νόσους, όπως τον ύδρωπα, τον τέτανο, τη σπληνίτιδα κ.ά., ανάγκασαν, τελικά, τους Οθωμανούς να λάβουν υγειονομικά μέτρα, που δεν μπορούσαν να είναι πια πρόχειρα. Έτσι, από το 1840 ιδρύθηκαν Υγειονομεία, κυρίως στα μεγάλα λιμάνια της Κρήτης. Η διεύθυνση της Υγειονομικής Υπηρεσίας του νησιού βρισκόταν στα Χανιά και υποκαταστήματά της υπήρχαν στο Ηράκλειο και στο Ρέθυμνο. Αργότερα, ο Χάρτης της Χαλέπας (1878) επέδρασε ευεργετικά στη Δημόσια Υγεία, ενώ, κατά τη θητεία του Φωτιάδη πασά (1879-1913), ψηφίστηκαν αρκετοί κανονισμοί και σχετικά διατάγματα και τέθηκαν οι βάσεις για την άσκηση της επιστημονικής Ιατρικής στην Κρήτη.

Αρχές του 20^{ου} αι. μεμονωμένες ήταν και οι περιπτώσεις σχολείων σε όλη την Ελλάδα, στα οποία διδασκόταν το μάθημα της Σχολικής Υγιεινής. Η πρώτη συστηματική και επίσημη δημόσια προσπάθεια σημειώθηκε μόλις το 1910, όταν ιδρύθηκε στην Αθήνα **Γραφείο Σχολικής Υγιεινής**, του οποίου προϊστάμενος ήταν ο καθηγητής Σχολικής Υγιεινής και Παιδολογίας στο Πανεπιστήμιο Αθηνών, Εμμ. Λαμπαδάριος (Νεολόγος, 1881 και 1887). Ο ίδιος, αργότερα, διετέλεσε και διευθυντής της ομώνυμης Υπηρεσίας, με πολύ σημαντικό έργο.

Η Σχολική Υγιεινή τότε περιελάμβανε:

- α) την τεχνικήν υγιεινήν (σχετική με την υγιεινή του σχολικού κτηρίου)**
- β) τα αφορώντα εις την σχολιατρικήν υπηρεσίαν (δηλ. στα καθήκοντα του σχολιάτρου)**
- γ) την υγιεινήν της διδασκαλίας**
- δ) την υγιεινήν του μαθητού (σε συνδυασμό με ορισμένα στοιχεία σωματομετρίας)**
- ε) τα αφορώντα εις τα ιδρύματα κοινωνικής πρόνοιας δια τους απόρους μαθητάς των σχολείων.**

Το 1911 κυκλοφορούσε **το εγχειρίδιο Σχολικής Υγιεινής** του Ν.Τριανταφυλλίδη, ενώ η τελική εισαγωγή του μαθήματος στα σχολεία της Ελλάδας, Ελληνικά και Γυμνάσια, γίνεται το 1914, με τη γενίκευσή του σε όλες τις Βαθμίδες Εκπαίδευσης (Ραμουτσάκη, 2002).

Το χειρόγραφο με τον τίτλο <<**Η Υγιεινή του σχολείου**>> εντοπίστηκε από τη συγγραφέα, Ιωάννα Α.Ραμουτσάκη, στο Ιστορικό Μουσείο Ηρακλείου (Ιστορικό Μουσείο, φ.Δ/Α 403/38). Είναι αχρονολόγητο καλλιγραφημένο, σε έξι φύλλα μικρογράμματης γραφής. Διασώζει μόνο τον πίνακα Περιεχομένων συναφούς τετράτομου, όπως φαίνεται, έργου.

Το 1^ο βιβλίο, όπως σημειώνεται, αποτελεί ένα είδος εισαγωγής και αναφέρεται κυρίως σε παθήσεις του σώματος.

Το 2^ο βιβλίο αφιερώνεται στην οικοδομή του σχολείου, με λεπτομέρειες που αφορούν στην ενδεδειγμένη αρχιτεκτονική και στον ευρύτερο χώρο του σχολείου.

Το 3^ο βιβλίο αναφέρεται στην υγιεινή της διδασκαλίας, με εξαιρετικά ενδιαφέρουσες παρατηρήσεις για τα βασικά θέματα της διδασκαλίας, ενώ

το 4^ο βιβλίο είναι αφιερωμένο στην ιατρική εποπτεία του σχολείου.

Ο φάκελος στον οποίο είχε καταχωριστεί, καθώς και τα στοιχεία του ίδιου του χειρογράφου μας παραπέμπουν στο τέλος του 19^{ου} αι.- αρχές του 20^{ου} αι. Ιδιαίτερες σημειώσεις για τον τρόπο διδασκαλίας του δεν έχουν διασωθεί, εκτός από τον Πίνακα των περιεχομένων, που μοιάζει με τους Πίνακες Περιεχομένων αντίστοιχων βιβλίων ή μελετών της παραπάνω περιόδου. (Ραμουτσάκη, 2002):

Παρόλο που δε διασώζεται ακέραιο το έργο, ο πίνακας αυτός των 6 φύλλων του Χειρογράφου είναι αρκετά κατατοπιστικός για το περιεχόμενο του έργου. Μπορεί το Χειρόγραφο να τοποθετηθεί χρονολογικά στη δεκαετία του 1890, με βάση τις ενδείξεις του ίδιου του περιεχομένου του. Η σαφής αναφορά του φύλλου 5 στην αξιοποίηση των συναφών με τη διδασκαλία του μαθήματος Προγραμμάτων του Αθ.Ευταξία, Υπουργού Παιδείας στην κυβέρνηση Ράλλη, κατά τα έτη 1893 και 1897, σαφώς, μας προσανατολίζει σε εκείνη την εποχή.

Το ότι τοποθετείται εκείνη την περίοδο ανασυγκρότησης της κρητικής κοινωνίας, ύστερα από μια μακρά περίοδο Αγώνων στο νησί, σε συνδυασμό με το ότι **το επίσημο γραφείο Σχολικής Υγιεινής εμφανίζεται πολύ αργότερα, το 1910**, υπό την εποπτεία του Εμμ.Λαμπαδάριου, είναι ιδιαίτερος σημαντικό για την κρητική κοινωνία.

Δεν μπορούμε, όμως, να ταυτίσουμε το χειρόγραφο με έργο συγκεκριμένου συγγραφέα. Σίγουρα, ο συντάκτης του θα πρέπει να ήταν ευρυμαθής άνθρωπος, όπως προκύπτει από

αρκετές πρωτοποριακές ιδέες που περιλαμβάνει το σύνολο του χειρογράφου, οι οποίες σηματοδοτούν το περιεχόμενο του μαθήματος της Σχολικής Υγιεινής.

Η αναβάθμιση που συντελείται τα επόμενα χρόνια και το ενδιαφέρον που σημειώνεται για το μάθημα στην Κρήτη μπορεί να θεωρηθεί απόρροια τέτοιων πρωτοβουλιών. Χαρακτηριστικό είναι το μεταγενέστερο χειρόγραφο βιβλίο του Καθηγητή της Ιατρικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Κ.Χαριτάκη, *Σχολική Υγιεινή* (1914).

Όλες αυτές οι προσπάθειες είτε ιδιωτών είτε φορέων της Δημόσιας Υγείας φανερώνουν την κοινωνική ευαισθησία που είχε αρχίσει να καλλιεργείται, την περίοδο αυτή στην Κρήτη για τα θέματα Υγιεινής, τα οποία βρίσκονταν σε δεύτερη μοίρα ή σχεδόν αγνοούνταν από τους οθωμανούς κατακτητές στο νησί.

Αυτές οι πρωτοβουλίες οδήγησαν, σταδιακά, **στην επίσημη εισαγωγή του μαθήματος Σχολικής Υγιεινής και στα σχολεία της Κρήτης, αμέσως μετά την Ένωση της Κρήτης με την Ελλάδα (1913)**. Ίσως, αυτή την ευαισθησία και το ενδιαφέρον να απηχεί και το συγκεκριμένο χειρόγραφο, με τίτλο <<Υγιεινή του σχολείου>>. Το γεγονός ότι βρέθηκε στην Κρήτη, στην οποία ως το 1913 το μάθημα της Υγιεινής δε διδασκόταν στα σχολεία, όπως εύκολα μπορεί να διαπιστώσει κανείς από τα Προγράμματα των σχολείων, τα Αρχεία της Δημογεροντίας Ηρακλείου, καθώς και την επίσημη Εφημερίδα της Γενικής Διοικήσεως της Κρήτης, αυξάνει ακόμα περισσότερο τη σπουδαιότητα του εγγράφου για τη συγκεκριμένη ιστορική περίοδο, καθώς και τη μοναδικότητά του για την Κρήτη, αφού δεν έχει εντοπιστεί ανάλογη πηγή με τέτοιο περιεχόμενο.

Στις προσπάθειες αυτές έρχονται να προστεθούν και τα σχολικά βιβλία:

α) του ιατρού Κοκκολάτου, Ν.:

Κοκκολάτου, Ν. (1916). Στοιχεία Σωματολογίας και Υγιεινής. Αθήνα: Σιδέρης,

το οποίο, όπως σημειώνεται προοριζόταν <<δια τα ανωτέρας τάξεις των Δημοτικών και των Ελληνικών Σχολείων>> και

β) του Καθηγητή Φυσικής, Η.Κ.Μπουλοχέρη και του Δημοδιδασκάλου, Μ.Μασούρη:

Μπουλοχέρη, Κ.Η. και Μασούρη, Μ. (1939). Ανθρωπολογία και Υγιεινή. Αθήνα: Δημητράκου, <<δια την ΣΤ' Τάξιν των Δημοτικών Σχολείων και δια τας συνδιδασκομένας Ε' και Στ'>>, όπως αναγράφεται στο εξώφυλλο.

Το βιβλίο είναι επίσης ψηφιοποιημένο από το Ι.Ε.Π. ([Μεταφόρτωση http://e-library.iep.edu.gr/iep/collection/browse/view](http://e-library.iep.edu.gr/iep/collection/browse/view))

Πολύ αργότερα, σημειώνεται εισαγωγή και συγκεκριμένων σχολικών βιβλίων, τα οποία συνόδευαν αντίστοιχα μαθήματα, όπως:

1) **Το βιβλίο του Ασπιώτη, Ν.(1980). *Ανθρωπολογία με στοιχεία Υγιεινής για τη Β΄ Τάξη Γυμνασίου*. Αθήνα: Ο.Ε.Δ.Β., απλό, καλογραμμένο και εξαιρετικά κατανοητό.**

Είναι ψηφιοποιημένο από το Ι.Ε.Π. και, όπως αναγράφεται: <<εστιάζει στη λειτουργία του ανθρώπινου οργανισμού και περιέχει πληροφορίες σχετικά με τα νοσήματα, την πρόληψη, τα εμβόλια, τα αντιβιοτικά, τον εθισμό και τα προβλήματα από τις εξαρτήσεις>>. <http://e-library.iep.edu.gr/iep/collection/browse/item.html?code=01-42194&tab=01> ανακτήθηκε 5-6-2021.

Παράλληλα, όμως, το χειρόγραφο αυτό και όλες οι παραπάνω προσπάθειες έρχονται να υπογραμμίσουν την ένδεια και την παράλειψη του δικού μας εκπαιδευτικού συστήματος ως προς το σοβαρό αυτό θέμα, καθώς μάθημα Σχολικής Υγιεινής δεν υπάρχει, προς το παρόν, στα σχολεία μας, για κάθε Βαθμίδα. Άραγε, χρειαζόταν η επιδημική κρίση, για να θυμηθούμε ξανά τη σπουδαιότητα και την αναγκαιότητά του;

Βιβλιογραφία

Αγγελάκης Εμμ., (1933). *Ο γενιτσαρισμός εν Σητεία (Κρητικά Μελέται) Α΄*.

Ανδρουλιδάκης Ανδρ., (1882). *Το εις Κρήτην εισαχθέν φορολογικόν σύστημα κατά τα πρώτα έτη της υπό των Τούρκων αλώσεως αυτής, Χανιά*.

Αρχείο Δημογεροντίας Ηρακλείου, (1907), 3.2/5- 463, Βικελαία Δημοτική Βιβλιοθήκη Ηρακλείου.

Αρχείο Δημογεροντίας Ηρακλείου, (1907), 3.2/5-539, Βικελαία Δημοτική Βιβλιοθήκη Ηρακλείου.

Ασπιώτη, Ν.(1980). *Ανθρωπολογία με στοιχεία Υγιεινής για τη Β΄ Τάξη Γυμνασίου*. Αθήνα: Ο.Ε.Δ.Β., <http://e-library.iep.edu.gr/iep/collection/browse/item.html?code=01-42194&tab=01> ανακτήθηκε 5-6-2021.

Γουργιώτου, Ε.(2015). Παρουσίαση ερευνητικού επιμορφωτικού προγράμματος: διευκολύνοντας την ομαλή μετάβαση των νηπίων στο δημοτικό σχολείο (ΝΗΔΗ) : έρευνα δράσης. Δι-ημερίδα. Ηράκλειο.

Εφημερίδα Κρητικής Πολιτείας, (φ. της 4^{ης} -5-1900).

Εφημερίδα Κρητικής Πολιτείας, (φ. της 12^{ης} -6-1900).

Εφημερίδα Ελπίδα, (φ.75 της 6-12-1907).

Εφημερίδα Δάφνη, (φ. της 11-7-1907), Ηράκλειον.

Κοκκολάτου, Ν. (1916). *Στοιχεία Σωματολογίας και Υγιεινής*. Αθήνα: Σιδέρης

Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής (Ι.Ε.Π.) (2018) (Επιμόρφωση σε πρακτικές υποστήριξης των μαθητών και των μαθητριών στο πλαίσιο της Διαφοροποιημένης Διδασκαλίας, Αθήνα.

Κουτσελίνη- Ιωάννου, Μ, Πυργιωτάκης, Ι (2015). Διαφοροποίηση της Διδασκαλίας και της Μάθησης, Πεδίο, Αθήνα.

Παντελιάδου, Σ.(2008). Διαφοροποιημένη Διδασκαλία. Στο Παντελιάδου και Φ.Αντωνίου (Επιμ.), Διδακτικές προσεγγίσεις και πρακτικές για μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες. Γράφημα, Βόλος.

Μπουλοχέρη, Κ.Η. και Μασούρη, Μ. (1939). *Ανθρωπολογία και Υγιεινή*. Αθήνα: Δημητράκου.Ι.Ε.Π. ([Μεταφόρτωση http://e-library.iep.edu.gr](http://e-library.iep.edu.gr) > iep > collection > browse > view)

Μουρέλλου Ι.,(1950).*Ιστορία της Κρήτης*, Ηράκλειο.

Νεολόγος, (φ. της 14-4-1881 και 26-11-1887).

Πεντόγαλος Γ., 1991), *Σχολεία Ιατρικής Παιδείας στην Ελλάδα*, Θεσσαλονίκη.

Ραμουτσάκη Α. Ι., (2000). *Μέτρα πρόληψης και καταστολής των ελευθερίων ηθών στην Κρήτη, κατά την περίοδο της Αιγυπτιακής Αυτοκρατορίας στο νησί*. Πεπραγμένα Διεθνούς Κρητολογικού Συνεδρίου, Ηράκλειο.

Ραμουτσάκη Α. Ι., (2002), *Σελίδες από την Ιστορία της Υγιεινής του Σχολείου*, Παιδαγωγικός Λόγος 1,1,3, Αθήνα, σσ.271-281.

Ραμουτσάκη, Α.Ι. (2019). Συνθήκες Υγιεινής στο Ηράκλειο κατά την περίοδο της Κρητικής Πολιτείας, με αφορμή ένα άγνωστο χειρόγραφο για την Υγιεινή του Σχολείου. Ηράκλειο: Έκδοση Βικελαίας Δημοτικής Βιβλιοθήκης, σ.σ.425-429.

Ραμουτσάκη, Α.Ι., Μαρτίνου, Σ.(2020). Παιδική – Εφηβική Λογοτεχνία στο πλαίσιο της Μετάβασης και της Συμπερίληψης με αφορμή τα 200 χρόνια από την Επανάσταση του 1821. Εισήγηση στο Επιστημονικό Συνέδριο του 3^{ου} ΠΕ.ΚΕ.Σ. Αττικής.

Σακελλαρίου, Μ.(2020), *Διαφοροποιημένη Διδασκαλία και Μάθηση*, Σημειώσεις επιμορφωτικού Προγράμματος, Ρέθυμνο.

Σταυρινίδη Ν, (1975-1985). *Μεταφράσεις τουρκικών ιστορικών εγγράφων αφορώντων εις την ιστορίαν της Κρήτης* (Τουρκικό Αρχείο Ηρακλείου, Τ.Α.Η.), τ. 1-5, Ηράκλειο.

Β΄ ΜΕΡΟΣ

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

2.1. Σκοπός

Σκοπός του συγκεκριμένου εκπαιδευτικού υλικού, όπως ήδη σημειώσαμε, είναι η καλλιέργεια κουλτούρας ατομικής και συλλογικής Υγιεινής, μέσω του Σχολείου, η καλύτερη δυνατή προετοιμασία μαθητών και μαθητριών, ώστε εκείνοι/-ες να φροντίζουν καθημερινά για την καθαριότητα του σώματός τους, για την ποιότητα ζωής τους εν γένει και, κατ' επέκταση, για την πρόληψη σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο. Η διαμόρφωση κουλτούρας σωστής Υγιεινής γίνεται από τη μικρή ηλικία και το σχολείο θα πρέπει να συμβάλει σε αυτό, μέσα από στοχευμένο εκπαιδευτικό υλικό, Προγράμματα, Δράσεις και σχολικά βιβλία.

2.5. Πλαίσιο εφαρμογής

1. Σε ποιους/-ες απευθύνεται

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό Υλικό απευθύνεται:

- α) σε εκπαιδευτικούς,
- β) μαθητές και μαθήτριες Π/θμιας και Δ/θμιας Υποχρεωτικής Εκπαίδευσης όλων των Τάξεων και των τύπων σχολείων.
- γ) Οι Σ.Ε.Ε. επιστημονικής και παιδαγωγικής αρμοδιότητας μπορούν να υποστηρίξουν τους/τις εκπαιδευτικούς και τα σχολεία που θα επιλέξουν το συγκεκριμένο Εργαστήριο Δεξιοτήτων με επιμορφωτικές δράσεις (ενδοσχολικές και διασχολικές), ενώ ενθαρρύνεται η διάχυση καλών Πρακτικών στην εκπαιδευτική Κοινότητα και μέσα από την ιστοσελίδα της Π.Δ.Ε. Κρήτης.

2. Χρόνος και Τόπος υλοποίησης

Το εκπαιδευτικό Υλικό με τα αντίστοιχα δίωρα Εργαστήρια Σχολικής Υγιεινής μπορεί να υλοποιείται στις σχολικές μονάδες που θα εκδηλώσουν ενδιαφέρον από την αρχή του νέου σχολικού έτους 2021-2022.

3. Ένταξη του Εκπαιδευτικού Προγράμματος στο Ωρολόγιο Πρόγραμμα

Για την ένταξη του εκπαιδευτικού υλικού στο Ωρολόγιο Πρόγραμμα θα ισχύσουν τα προβλεπόμενα για τα Εργαστήρια Δεξιοτήτων στα σχολεία που θα το επιλέξουν.

Το Εργαστήριο μπορεί, επίσης, να ενταχθεί ή να υποστηριχθεί από τις Συνθετικές-Δημιουργικές Εργασίες και τις Διαθεματικές Δραστηριότητες του Γυμνασίου, με βάση τα ισχύοντα Προγράμματα Σπουδών (Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Προγράμματος Σπουδών και Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών), τις Ερευνητικές Εργασίες εκπόνησης Σχεδίων Εργασίας (τύπου projects), τα Προγράμματα Αγωγής Υγείας κ.ά.

2.6.Ειδικότερα παιδαγωγικά και επιστημονικά χαρακτηριστικά του συγκεκριμένου εκπαιδευτικού Υλικού

Όπως σημειώσαμε παραπάνω, το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό με τις αντίστοιχες Δραστηριότητες:

- συνάδει με τις αρχές, τους σκοπούς και τους στόχους των Αναλυτικών Προγραμμάτων Σπουδών (Α.Π.Σ.) Α/θμιας και Δ/θμιας Εκπαίδευσης και του Διαθεματικού Ενιαίου Πλαισίου Προγράμματος Σπουδών (Δ.Ε.Π.Π.Σ.)
- Είναι ευέλικτο, εύκολα αξιοποιήσιμο και, σαφώς, μπορεί να εμπλουτιστεί περαιτέρω από τους/τις εκπαιδευτικούς σε συνεργασία με τους μαθητές και τις μαθήτριες.
- προσαρμοσμένο στο ηλικιακό και γνωστικό επίπεδο των μαθητών και μαθητριών
- καλύπτει όλες τις τάξεις Α/θμιας και Δ/θμιας Εκπαίδευσης
- υποστηρίζει τη διεπιστημονική συνεργασία,
- αξιοποιεί τη δυναμική της ομάδας και τεχνικές συνεργατικής, βιωματικής, ανακαλυπτικής και διερευνητικής Μάθησης
- απευθύνεται στο σύνολο του μαθητικού πληθυσμού, χωρίς αποκλεισμούς, προάγοντας
- το σεβασμό, τη συνεργασία και, γενικότερα, τον αλληλοσεβασμό
- αξιοποιεί τις αρχές της Διαφοροποιημένης και Συμπεριληπτικής Παιδαγωγικής
- σέβεται και υποστηρίζει το διαφορετικό τρόπο/στυλ Μάθησης και τις διαφορετικές δυνατότητες πρόσβασης στη γνώση, με βάση τις αρχές της Διαφοροποιημένης Διδασκαλίας (Tomlinson, 2005, Chopra, 1996: 104, Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής, 2018, Παντελιάδου, 2008, Κουτσελίνη και συνεργάτες, 2015, Σακελλαρίου, 2020, Ραμουτσάκη, 2020, Ραμουτσάκη και Μαρτίνου, 2020)
- τα εκπαιδευτικά Σενάρια μπορούν να υλοποιηθούν αυτούσια ή να γίνουν οι απαραίτητες προσαρμογές κατά την κρίση του/της εκπαιδευτικού.
- Το υλικό συνάδει με τις αρχές της διαθεματικότητας και της διεπιστημονικής προσέγγισης (Α.Π.Σ. 2011 και Δ.Ε.Π.Π.Σ., 2003) της παιδαγωγικής αξιοποίησης των Τ.Π.Ε. και της εξ αποστάσεως Εκπαίδευσης, όταν εκείνη κρίνεται αναγκαία.
- υποστηρίζει την καλλιέργεια κριτικής και δημιουργικής σκέψης (Α.Π.Σ., 2011 και Δ.Ε.Π.Π.Σ., 2003, Φ.ΕΚ., Οδηγίες Διδασκαλίας των επιμέρους μαθημάτων π.χ.
 - Στο Α.Π.Σ. (2011 για τη Νεοελληνική Γλώσσα και τη Λογοτεχνία Δημοτικού- Γυμνασίου, το

οποίο βρίσκεται σε έντυπη, αλλά και σε ψηφιακή μορφή στον κόμβο του Φωτόδεντρου

<http://ebooks.edu.gr/ebooks/v2/ps.jsp>

<http://ebooks.edu.gr/info/newps/%CE%93%CE%BB%CF%8E%CF%83%CF%83%CE%B1%20-%20%CE%9B%CE%BF%CE%B3%CE%BF%CF%84%CE%B5%CF%87%CE%BD%CE%AF%CE%B1/%CE%9D%CE%B5%CE%BF%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%AE%20%CE%93%CE%BB%CF%8E%CF%83%CF%83%CE%B1%20%CE%BA%CE%B1%CE%B9%20%CE%9D%CE%B5%CE%BF%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%AE%20%CE%9B%CE%BF%CE%B3%CE%BF%CF%84%CE%B5%CF%87%CE%BD%CE%AF%CE%B1%20%E2%80%94%20%CE%94%CE%B7%CE%BC%CE%BF%CF%84%CE%B9%CE%BA%CF%8C.pdf> ,

διαβάζουμε (σελ. 7):

α. <<...το Π.Σ. που ακολουθεί είναι ένα πρόγραμμα που **στηρίζεται στις αρχές του κριτικού γραμματισμού**, σύμφωνα με τον οποίο κάθε πολιτισμικό προϊόν (και στην περίπτωσή μας η γλώσσα και η λογοτεχνία), προσεγγίζεται μαθησιακά ως ένα **πολυεπίπεδο αποτέλεσμα ιδεολογικών, κοινωνικών και τεχνολογικών διεργασιών, οι οποίες στο πλαίσιο της παιδαγωγικής του κριτικού γραμματισμού είναι –και πρέπει να είναι– διερευνήσιμες και ερμηνεύσιμες**>>.

β. Ως εκ τούτου, στην Προτεινόμενη Θεματική Ενότητα <<Υγεία και Διατροφή>> στο Α.Π.Σ. (2011, ό.π.) για τη Νεοελληνική Γλώσσα και τη Λογοτεχνία Δημοτικού- Γυμνασίου μπορούν να συνδυαστούν σε μικρο-έρευνες –Ερευνητικές Εργασίες (τύπου project) θέματα Νεοελληνικής Γλώσσας και Λογοτεχνίας με σχετικά θέματα:

- Κοινωνιολογίας
- Χημείας και γενικότερα Φυσικών Επιστημών
- Πρόληψης και Αγωγής Υγείας
- Λογοτεχνίας (Βλ. και

α) το ισχύον Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Προγραμμάτων Σπουδών (2004) για τη Γλώσσα Δημοτικού (όπου περιλαμβάνεται και η Λογοτεχνία), σε έντυπη και σε ψηφιακή μορφή στον κόμβο του Φωτόδεντρου

http://ebooks.edu.gr/info/cps/2deppsaps_GlossasDimotikou.pdf και

β) το ισχύον Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Προγραμμάτων Σπουδών (2004) για τη Λογοτεχνία Γυμνασίου, σε έντυπη και σε ψηφιακή μορφή στον κόμβο του Φωτόδεντρου http://ebooks.edu.gr/info/cps/4deppsaps_Logotexnias_Gymnasiou.pdf , ανακτήθηκαν 19-9-2020).

- Φυσικής Αγωγής-Άσκησης
- Δημοσιογραφίας
- άλλων επιστημονικών πεδίων ή κλάδων κ.λ.π.,

όπου οι μαθητές και οι μαθήτριες σε ομάδες εργασίας αναλαμβάνουν ρόλους ειδικών, διερευνώντας ένα θέμα.

- Μέσω αυτού του υλικού και με την καθοδήγηση των εκπαιδευτικών, οι μαθητές και οι μαθήτριες μπορούν να καταστούν ικανοί/-ές, μεταξύ άλλων, να συνειδητοποιούν την αξία της Υγιεινής στη ζωή του ανθρώπου, να ευαισθητοποιούνται κατάλληλα, και εκείνοι, με τη σειρά τους, να ευαισθητοποιούν άλλους.

- Με τον τρόπο αυτό, οι μαθητές και οι μαθήτριες, σταδιακά, μπορούν να οδηγούνται στη διαμόρφωση κουλτούρας Υγιεινής, στη μέριμνα για την καθαριότητα και την προστασία και του σώματός τους, καθώς και για τον αντίκτυπο μιας τέτοιας στάσης ζωής στη σχολική κοινότητα και στην ευρύτερη κοινωνία.

2.5. Σχέση του εκπαιδευτικού Υλικού με τις Δεξιότητες Ζωής (Εργαστήρια Δεξιοτήτων 21+ του Ι.Ε.Π.)

Το <<Εκπαιδευτικό υλικό Σχολικής Υγιεινής >> συμβάλλει στην ανάπτυξη γνωστικών, συναισθηματικών και κοινωνικών δεξιοτήτων, με βάση και τα Εργαστήρια Δεξιοτήτων 21+ του Ι.Ε.Π. Ειδικότερα, εντάσσεται στην Ενότητα Ζω καλύτερα – Ευ Ζην και εμπίπτει στους προβλεπόμενους θεματικούς άξονες, οι οποίοι προσδιορίζονται παρακάτω.

Ένα τέτοιο εκπαιδευτικό υλικό προάγει τον αυτοσεβασμό, τον αλληλοσεβασμό, την κοινωνική συνείδηση και συμπεριφορά, συμβάλλοντας στην αναβάθμιση της παρεχόμενης Εκπαίδευσης.

Ειδικότερα, το υποβαλλόμενο <<Εκπαιδευτικό υλικό Σχολικής Υγιεινής>> εντάσσεται στην Ενότητα Ζω καλύτερα – Ευ Ζην και εμπίπτει στους προβλεπόμενους θεματικούς άξονες:

1. ΥΓΕΙΑ: Διατροφή- Αυτομέριμνα,
2. Ψυχική και Συναισθηματική Υγεία - Πρόληψη
3. Γνωρίζω το σώμα μου

Οι Δεξιότητες που καλλιεργεί είναι οι εξής:

- 1) **Δεξιότητες μάθησης 21ου αιώνα (4cs)** (Κριτική σκέψη, Επικοινωνία, Συνεργασία, Δημιουργικότητα)
- 2) **Ψηφιακή μάθηση 21ου αιώνα (4cs σε ψηφιακό περιβάλλον)** καθώς αξιοποιούνται και ψηφιακά εκπαιδευτικά υποστηρικτικά περιβάλλοντα (π.χ. εκπαιδευτικά videos κ.ά.) ενώ μπορούν να ενισχυθούν και η Ψηφιακή επικοινωνία και συνεργασία, η δημιουργικότητα, Συνδυαστικές δεξιότητες ψηφιακής τεχνολογίας, επικοινωνίας και συνεργασίας)
- 3) **Παραγωγική μάθηση μέσω των Τεχνών και της δημιουργικότητας, στο βαθμό που αφενός αξιοποιούνται διάφορες μορφές Τέχνης για περαιτέρω ευαισθητοποίηση των παιδιών ή μετασχηματισμό τυχόν αρνητικών ή στερεοτυπικών αντιλήψεων και δημιουργικές Δραστηριότητες για την ενίσχυση της δημιουργικότητας.**

4. **Δεξιότητες της κοινωνικής ζωής** (Αυτομέριμνα, Κοινωνικές δεξιότητες, Ενσυναίσθηση και ευαισθησία, Ανθεκτικότητα, Υπευθυνότητα) και
5. **Από τις Δεξιότητες του νου:**
- Στρατηγική σκέψη (Οργανωσιακή σκέψη, επίλυση προβλημάτων) και
 - Πλάγια σκέψη (δημιουργική, παραγωγική ολιστική σκέψη, κατασκευές κ.λ.π.)
 - Ρουτίνες σκέψης και αναστοχασμός
 - Κατασκευές, παιχνίδια, εφαρμογές

2.5. Σχέση του εκπαιδευτικού Υλικού με τις νομοθετικές ρυθμίσεις για την Εκπαίδευση

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό Υλικό συνάδει απολύτως με τις κείμενες Διατάξεις της **επίκαιρης Νομοθεσίας για την τήρηση των κανόνων Υγιεινής.**

Από το συνολικό Κατάλογο της επίκαιρης Νομοθεσίας, ο οποίος συγκεντρώνει όλα τα επίσημα έγγραφα (Φ.Ε.Κ., Εγκυκλίους, Οδηγίες κ.λ.π.), που έχουν έρθει από το Υ.ΠΑΙ.Θ., κατά την περίοδο Σεπτεμβρίου-Νοεμβρίου 2020 εστιάζουμε στην υπ' αρ. πρωτ. 113701/ΓΔ4/2-9-2020 Εγκύκλιο του Υ.ΠΑΙ.Θ. «*Μέτρα προστασίας για την αντιμετώπιση του κορωνοϊού COVID – 19 / Κοινοποίηση ΚΥΑ*», στη οποία επισημαίνονται τα εξής:

- α. η χρήση προστατευτικής ή μη ιατρικής μάσκας στους εσωτερικούς χώρους.
- β. η αποφυγή συγχρωτισμού,
- γ. ο συχνός καθαρισμός των χεριών με χρήση νερού και σαπουνιού ή με αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα.
- δ. ο καθαρισμός αιθουσών, επιφανειών και εξοπλισμού μετά από κάθε χρήση και
- ε. η εξασφάλιση επαρκούς φυσικού αερισμού των αιθουσών.
- στ. η ύπαρξη αλκοολούχου αντισηπτικού διαλύματος

Πολλές από τις προτεινόμενες δραστηριότητες βασίζονται σε αυτά τα δεδομένα.

Γ΄ ΜΕΡΟΣ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΝΑΡΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

1^ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ

1^ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ ΣΤΗΝ Π/ΘΜΙΑ ΚΑΙ ΤΗ Δ/ΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Φιλοσοφία –Σκοπιμότητα προγράμματος

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός του συγκεκριμένου Εκπαιδευτικού Σεναρίου Σχολικής Υγιεινής για την Π/θμια και τη Δ/θμια Υποχρεωτική Εκπαίδευση, το οποίο μπορεί να οδηγήσει σε αντίστοιχο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα ή Δράση είναι η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση εκπαιδευτικών και μαθητών/μαθητριών σε θέματα Υγιεινής μέσα από δημιουργικές δραστηριότητες. Γι' αυτό αξιοποιούνται συνεργατικές, συμμετοχικές μέθοδοι και τεχνικές διερευνητικής και ανακαλυπτικής Μάθησης, καθώς και οι αρχές της σύγχρονης Συμπεριληπτικής, της Διαφοροποιημένης Παιδαγωγικής και της οικο-συστημικής προσέγγισης. Μέσα από ποικίλες εκπαιδευτικές δραστηριότητες, που προάγουν την κριτική και δημιουργική σκέψη, τον αυτοσεβασμό και τον αλληλοσεβασμό, την ενσυναίσθηση, τη συνεργασία και την κοινωνική συνείδηση, οι μαθητές και οι μαθήτριες αναμένεται όχι μόνο να μάθουν να πλένουν τα χέρια τους σωστά, αλλά και να κατακτήσουν βασικές δεξιότητες ζωής, διαμορφώνοντας κουλτούρα ατομικής και κοινωνικής Υγιεινής.

Λέξεις-Φράσεις -κλειδιά: νερό, σαπούνι, πλύσιμο χεριών, αντισηπτικό, Υγιεινή, Αγωγή Υγείας, σχολείο

Φιλοσοφία -Σκοπιμότητα Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Αφετηρία του προβληματισμού μας στάθηκε η διαπίστωση πώς κατά την πρόσφατη επιδημική κρίση, πολλά παιδιά ήταν, σχεδόν απροετοίμαστα ή δεν γνώριζαν στοιχειώδεις κανόνες Υγιεινής, όπως το πλύσιμο των χεριών. Από την επικοινωνία μας με εκπαιδευτικούς, γονείς και κηδεμόνες πολλά παιδιά:

- χρησιμοποιούσαν μόνο νερό για το πλύσιμο των χεριών
- έπλεναν τα χέρια πολύ γρήγορα (στιγμιαίο πλύσιμο)
- δεν ήξεραν πώς πλένονται τα χέρια σωστά.
- εάν δεν είχαν μάθει από το σπίτι στοιχειώδεις κανόνες Υγιεινής, δεν θα μπορούσαν να ανταποκριθούν, με την απαιτούμενη σοβαρότητα και συνέπεια
- Πολλοί γονείς, επίσης, δεν ήξεραν το σωστό τρόπο πλυσίματος χεριών.

Με δεδομένη την επείγουσα εφαρμογή των κανόνων αυτών, κατά την πρόσφατη επιδημική κρίση και η αναγκαιότητα εξοικείωσης των μαθητών και μαθητριών με αυτούς, όχι μόνο για τις συνθήκες έκτακτων αναγκών, αλλά και για τις συνθήκες κανονικότητας, αποτελεί βασική αφετηρία του Προγράμματος και διέπει τη Φιλοσοφία του.

- Η χαμηλή αυτοεκτίμηση και η έλλειψη θάρρους, που συχνά συνοδεύει την ελλιπή τήρηση ή την ανυπαρξία κανόνων Υγιεινής από την καθημερινή ζωή του παιδιού αποτελεί έναν ακόμα λόγο αξιοποίησης και υλοποίησης ενός τέτοιου Προγράμματος, καθώς και
- η αναγκαιότητα διαμόρφωσης αντίστοιχης κουλτούρας πρόληψης, ατομικής και κοινωνικής Υγιεινής.

Εκτός από τα παραπάνω, το συγκεκριμένο Πρόγραμμα θεμελιώνεται θεωρητικά και

- από τις κείμενες διατάξεις και ειδικότερα την υπ' αρ. πρωτ. 113701/ΓΔ4/2-9-2020 Εγκύκλιο του Υ.ΠΑΙ.Θ. «*Μέτρα προστασίας για την αντιμετώπιση του κορωνοϊού COVID – 19 / Κοινοποίηση ΚΥΑ*», στη οποία, μεταξύ άλλων, επισημαίνεται η σπουδαιότητα <<*συχνού καθαρισμού των χεριών με χρήση νερού και σαπουνιού ή με αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα*>>
- από τα Α.Π.Σ. και Δ.ΕΠ.Π.Σ., καθώς το ίδιο εμπεριέχει τη διαθεματική και διεπιστημονική προσέγγιση του θέματος, η οποία συνάδει με τη Φιλοσοφία των Προγραμμάτων Σπουδών.
- από την ολιστική, οικο-συστημική προσέγγιση του ανθρώπου: ο άνθρωπος αντιμετωπίζεται ως όλον και σε σχέση με τα υπόλοιπα υπο-συστήματα (οικογένεια, σχολείο, φιλικό και κοινωνικό περιβάλλον)
- από τις αρχές της συμπεριληπτικής και διαφοροποιημένης Παιδαγωγικής.

Πληροφορίες υλοποίησης: προαπαιτούμενες γνώσεις, προετοιμασία υλικού

Πλαίσιο εφαρμογής

1. Σε ποιους/-ες απευθύνεται

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό Πρόγραμμα απευθύνεται σε μαθητές και μαθήτριες όλων των Τάξεων του Δημοτικού Σχολείου και του Γυμνασίου.

2. Χρόνος και Τόπος υλοποίησης

Το εκπαιδευτικό Πρόγραμμα προτείνεται να υλοποιηθεί σε Δώρα Εργαστήρια στις σχολικές μονάδες που θα εκδηλώσουν ενδιαφέρον από την αρχή του νέου σχολικού έτους 2021-2022. Κάθε Ενότητα που περιγράφεται στον παρακάτω Πίνακα συνιστά και ένα δίωρο Εργαστήριο.

Αυτονόητο είναι ότι είναι καλό ο/η εκπαιδευτικός να εξασκεί τα παιδιά στο σωστό πλύσιμο των χεριών και να τα παρακινεί να πλένουν τα χέρια τους σε τακτά διαστήματα ακόμα και μετά τη λήξη του Προγράμματος.

3.Ένταξη του Εκπαιδευτικού Προγράμματος στο Ωρολόγιο Πρόγραμμα

Το Πρόγραμμα εντάσσεται ομαλά στο υπάρχον Ωρολόγιο Πρόγραμμα, καθώς αποτελείται από στοχευμένες Δραστηριότητες, οι οποίες, σίγουρα, είναι ενδεικτικές και αφορούν ευαισθητοποίηση εκπαιδευτικών και μαθητών/μαθητριών. Μπορούν, δε να υλοποιηθούν:

- στο πλαίσιο των μαθημάτων της Ευέλικτης Ζώνης στο Δημοτικό,
- ως επέκταση σε ενότητες που υπάρχουν σχετικές αναφορές, καθώς και στην υλοποίηση:
- ενός Προγράμματος Αγωγής Υγείας ή
- μιας Βιωματικής Δράσης (Μικρο-έρευνας τύπου project,) σύμφωνα με τη Βαθμίδα Εκπαίδευσης,
- στην υλοποίηση μιας Συνθετικής Δημιουργικής Εργασίας Γυμνασίου,
- μιας Ερευνητικής Εργασίας Λυκείου,
- μιας Δημιουργικής Εργασίας Λυκείου.

Οι προτεινόμενες δραστηριότητες είναι ενδεικτικές και μπορούν να προσαρμοστούν σε κάθε Βαθμίδα και τύπο σχολείου ανάλογα με τις ιδιαίτερες ανάγκες, την ηλικία και τα ενδιαφέροντα των μαθητών και μαθητριών. Συμβάλλει, δε, μεταξύ άλλων, στην καλλιέργεια των δεξιοτήτων του 21^{ου} αιώνα, την ανάπτυξη δημοκρατικού διαλόγου, στην καλλιέργεια της κριτικής σκέψης, στη συνεργατική μάθηση, στη βιωματική προσέγγιση και την ενθάρρυνση της μαθητικής πρωτοβουλίας.

Προαπαιτούμενες γνώσεις

Για την υλοποίησή τους χρειάζεται οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι εξοικειωμένοι:

- με την ομαδοσυνεργατική τεχνική,
- τις εργασίες ερευνητικού τύπου
- με τη βασική χρήση ψηφιακών εργαλείων και μέσων
- με τη βασική επιστημονική ορολογία, η οποία σχετίζεται με το θέμα
- με τη χρήση Λεξικών

Επίσης, καλό είναι να υπάρχει στην αίθουσα βρύση με σαπούνι και νερό, ώστε να γίνει πρακτική εφαρμογή και εξάσκηση των μαθητών και μαθητριών.

Για την προετοιμασία του υλικού ο/η εκπαιδευτικός καλό είναι:

- να έχει επιλέξει το κατάλληλο εκπαιδευτικό υλικό (π.χ. έντυπο υλικό και ψηφιακό: Οδηγίες, Αφίσες, Βιβλία, εκπαιδευτικά videos, εκπαιδευτικές ιστοσελίδες κ.ά.)

- να έχει διαμορφώσει αντίστοιχα Φύλλα Εργασίας για τις ομάδες εργασίας
- να έχει διαμορφώσει αντίστοιχο Φύλλο αξιολόγησης του Προγράμματος
- να έχει προετοιμάσει τους μαθητές και τις μαθήτριες, εξηγώντας τους τη διαδικασία που θα ακολουθηθεί
- να έχει φροντίσει η αίθουσα να διαθέτει τα απαραίτητα μέσα (σαπούνι, νερό, αντισηπτικά κ.λ.π.)
- (προαιρετικά) ψηφιακά εργαλεία π.χ. smar tools.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗΣ ΕΠΤΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ ¹

Περιγραφή επτά Εργαστηρίων: Στοχοθεσία των εργαστηρίων, προτεινόμενες δράσεις και υλικό αφόρμησης, επέκτασης, γενίκευσης. Κάθε εργαστήριο θα αναπτύσσεται σε ένα φύλλο Α4 με βάση τη ρουμπρίκα του Παραρτήματος (1 σελίδα ανά εργαστήριο = 7 σελίδες)




ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ			
ΣΧΟΛΕΙΟ		ΤΜΗΜΑ.....	ΣΧΟΛ. ΕΤΟΣ:
Θεματική	1. Ζω καλύτερα – Ευ Ζην	Υποθεματική	Υγεία
ΒΑΘΜΙΑΔΑ/ΤΑΞΕΙΣ (που προτείνονται)	Δημοτικό και Γυμνάσιο		
Τίτλος	Εκπαιδευτικό Σενάριο Σχολικής Υγιεινής για την Π/θμια και τη Δ/θμια Εκπαίδευση		
Δεξιότητες στόχευσης του Εργαστηρίου	<p>1. Δεξιότητες Μάθησης - Κριτική σκέψη (Critical thinking) - Επικοινωνία (Communication) - Συνεργασία (Collaboration) - Δημιουργικότητα (Creativity)</p> <p>2. Δεξιότητες Ζωής - Αυτομέριμα – Αυτό-σεβασμός και Αλληλοσεβασμός</p> <p>Κοινωνικές Δεξιότητες - Ενσυναίσθηση και ευαισθησία - Προσαρμοστικότητα - Ανθεκτικότητα - Υπευθυνότητα - Πρωτοβουλία - Οργανωτική ικανότητα</p> <p>3. Δεξιότητες της τεχνολογίας, της μηχανικής και της επιστήμης : Δεξιότητες της τεχνολογίας και της επιστήμης - Δεξιότητες διεπιστημονικής και διαθεματικής χρήσης των νέων τεχνολογιών</p> <p>4. Δεξιότητες του νου - Στρατηγική σκέψη - Επίλυση προβλημάτων - Μελέτη περιπτώσεων (case studies) - Κατασκευές – Επιστημονική σκέψη –ορολογία</p>		
Σύνδεση με τη Βασική Θεματική	(υποθεματική «ΥΓΕΙΑ: Διατροφή- Αυτομέριμα,»		

1. Η φόρμα είναι το πρότυπο του ΙΕΠ για τα εργαστήρια δεξιοτήτων. Η συγγραφέας Σωτηρία Μαρτίνου είναι εκπαιδευτική για την παραγωγή προγραμμάτων καλλιέργειας δεξιοτήτων της Πράξης «Επιμόρφωση των Εκπαιδευτικών στις Δεξιότητες μέσω Εργαστηρίων» με κωδικό ΟΠΣ 5092064 του Επιχειρησιακού Προγράμματος «ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ 2014- 2020», με φορέα υλοποίησης το Ι.Ε.Π., στο πλαίσιο του ΕΣΗΑ 2014-2020, για το χρονικό διάστημα από 28-04-2021 έως 28-07-2021.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα	Εργαστήριο/τίτλος	Δραστηριότητες – (ενδεικτικές)
<p>Όλα τα παιδιά να μάθουν να πλένουν σωστά τα χέρια τους, χρησιμοποιώντας σαπούνι και αντισηπτικό.</p> <p>Κατάθεση εμπειριών και γνώσεων:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Πότε πλένουμε τα χέρια μας - Γιατί χρειάζεται να πλένουμε τα χέρια μας; - Ποιος είναι ο σωστός τρόπος πλυσίματος των χεριών; - Γιατί σκουπίζουμε τα χέρια μας με αρωματικά μαντηλάκια, αντισηπτικά και με καθαρό χαρτί ή πανί; - Τι ασθένειες μπορεί να πάθει κάποιος/-α, όταν δεν πλένει τα χέρια του/της; 	<p style="text-align: center;">Η Υγιεινή των χεριών</p> 	<p>1. Αρχικές δραστηριότητες υποκίνησης του ενδιαφέροντος (Δύο διδακτικές ώρες)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Συζητάμε με τους μαθητές και τις μαθήτριες για το θέμα- Επεξηγούμε τον τρόπο εργασίας στο συγκεκριμένο Εργαστήριο - Διαμορφώνουμε ομάδες των 4-5 ατόμων, ανάλογα με το μαθητικό δυναμικό του τμήματος, αναθέτοντας συγκεκριμένους ρόλους σε κάθε μέλος της ομάδας. <p>-Στη συνέχεια, μπορούμε να δούμε το ολιγόλεπτο αυτό video του Υπουργείου Υγείας για το σωστό πλύσιμο των χεριών https://www.youtube.com/watch?v=AEvNFMajgV</p> <p>I και να συζητήσουμε, με βάση τη βιωματική εμπειρία- Τα παιδιά εκφράζουν τις απόψεις τους και μιλούν για τις συνήθειές τους:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Αξιοποιούμε το υλικό: https://menoumespiti.gr/instructions/ https://eodv.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/poster_steps-2.pdf <p>Προετοιμασία της επόμενης συνάντησης: Μπορούμε να καλέσουμε έναν ειδικό από τον χώρο της Υγείας να συζητήσει με το τμήμα (αν οι συνθήκες το επιτρέπουν, διαφορετικά, διαδικτυακά) και να ενημερώσει τους μαθητές και τις μαθήτριες</p>
<p>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να καταστούν ικανοί/ικανές:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Να γνωρίσουν συγκεκριμένες περιπτώσεις που εφαρμόζουμε την Υγιεινή των Χεριών, πλένοντας τα χέρια μας με σαπούνι και νερό. 	<p style="text-align: center;">Τα στάδια για το σωστό πλύσιμο των χεριών και βασικά στοιχεία Ανατομίας του δέρματος των χεριών</p> 	<p>A. Ενημέρωση μαθητών και μαθητριών από τον ειδικό του τομέα Υγείας- Συζήτηση με τον ειδικό και για τις στοιβάδες του δέρματος των χεριών και την περιποίηση μετά το συχνό πλύσιμό τους.</p> <p>B. (Προαιρετικά): οι μαθητές και τις μαθήτριες παίρνουν Συνέντευξη από τον ειδικό της Υγείας, δημιουργώντας έναν Οδηγό Συνέντευξης με σχετικά ερωτήματα.</p>

<p>- Να μαθαίνουν μέσα από τη βιωματική εμπειρία (Βιωματική μάθηση) μέσω εξάσκησης- Πρακτικής εφαρμογής</p>		<p>Γ. Πρακτική εξάσκηση: πλύσιμο χεριών με νερό και σαπούνι σε βρύση που βρίσκεται στην αίθουσα του Εργαστηρίου(ο/η εκπαιδευτικός έχει φροντίσει γι'αυτό από πριν), με τις απαραίτητες οδηγίες από τον ειδικό του τομέα Υγείας</p>
<p>- Να γνωρίσουν τα παιδιά τα 6 βήματα για την σωστή εφαρμογή της Υγιεινής των Χεριών: πλύσιμο με νερό και σαπούνι</p>	<p>Πχ Οι οδηγίες του ΕΟΔΥ για το σωστό πλύσιμο των χεριών και τη χρήση αντισηπτικού.</p> 	<p>- Μελετάμε την αφίσα του Εθνικού Οργανισμού Δημόσιας Υγείας. Εφαρμόζουμε τα 6 βήματα. Φτιάχνουμε τη δική μας αφίσα ή κόμικ</p>
<p>-Να γνωρίσουν και να συνειδητοποιήσουν το νόημα φράσεων σχετικών με το πλύσιμο των χεριών.</p>	<p>π.χ. «Νίπτο τας χείρας μου»</p> 	<p>Με αφορμή την φράση: «<i>Νίπτο τας χείρας μου</i>» και την ερμηνεία της, κάνουμε καταγισμό ιδεών για τις λέξεις που αφορούν στο πλύσιμο των χεριών και δημιουργούμε έναν εννοιολογικό χάρτη, αξιοποιώντας τον πίνακα ή (προαιρετικά) το ψηφιακό εργαλείο <i>smar tools</i>.</p>
<p>- Να συνειδητοποιήσουν τη σημασία και την αξία της Υγιεινής των χεριών σε ατομική και κοινωνικό επίπεδο.</p> <p>- Να διαμορφώνουν, σταδιακά, κουλτούρα ατομικής και συλλογικής Υγιεινής.</p>	<p>Δίωρο Εργαστήριο με Ομάδες ειδικών- Οι μαθητές και οι μαθήτριες σε ρόλο ειδικών με ερευνητικό έργο</p> 	<p>Εργασία σε ομάδες Οι μαθητές και οι μαθήτριες σε ρόλους ειδικών</p> <p><u>Σημείωση:</u> Το συγκεκριμένο Εργαστήριο προϋποθέτει τον επιμερισμό του έργου που περιγράφεται παρακάτω στις αντίστοιχες ομάδες εργασίας (5 συνολικά ομάδες) από πριν.</p> <p>Οι μαθητές και οι μαθήτριες αναλαμβάνουν να διερευνήσουν το περιγραφόμενο θέμα και παρουσιάζουν στην Ολομέλεια τα αποτελέσματα της μικρο-έρευνάς τους.</p> <p>Στον συγκεκριμένο πίνακα περιγράφεται επιγραμματικά το έργο κάθε ομάδας:</p>

<p>- Να συνειδητοποιήσουν τη σημασία και την αξία της Υγιεινής των χεριών σε ατομική και κοινωνικό επίπεδο.</p> <p>- Να διαμορφώνουν, σταδιακά, κουλτούρα ατομικής και συλλογικής Υγιεινής.</p>	<p>Με καθαρά χέρια καταπολεμώ τον κορωνοϊό</p> 	<p><u>1^η ομάδα</u> Οι Εκπαιδευτικοί</p> <p>Αποστολή: Με αφορμή την 5^η Μαΐου, Παγκόσμια ημέρα για την Υγιεινή των Χεριών, αναζητούν σχετικό εκπαιδευτικό υλικό και εστιάζουν στη σημασία και στην αξία της Υγιεινής των χεριών διαχρονικά και συγχρονικά, συζητώντας με τους συμμαθητές και τις συμμαθήτριές τους, με αφορμή την πρόσφατη επιδημική κρίση και τα μέτρα προστασίας και πρόληψης, κατά την προσπάθεια καταπολέμησης του κορωνοϊού:</p> <p>https://eody.gov.gr/mikroviaki-antochi-kai-loimoxeis-poy-syndeontai-me-choroys-parochis-ygeias/exonosokomeiako-perivallon-koinotita/ygieini-ton-cherion-plirofories-gia-to-koino/</p>
<p>-Να εξοικειωθούν με την ερευνητική διαδικασία και να ευαισθητοποιηθούν περαιτέρω για το εξεταζόμενο θέμα</p>	<p>Με καθαρά χέρια καταπολεμώ κάθε ιό και προλαμβάνω ασθένειες</p> 	<p><u>2^η ομάδα</u> Οι Ιατροί</p> <p>Αποστολή: Οι μαθητές και οι μαθήτριες αναζητούν πληροφορίες και σχετικό εκπαιδευτικό υλικό για τις ασθένειες που μπορούν να μεταδοθούν από την έλλειψη πλυσίματος των χεριών.</p>
<p>-Να συνειδητοποιήσουν την ανάγκη υπεράσπισης της Υγιεινής σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο</p>	<p>Οι τάσεις και οι αντιλήψεις στο σχολείο</p> 	<p><u>3^η ομάδα</u> Οι Κοινωνιολόγοι</p> <p>Αποστολή: Οι μαθητές και οι μαθήτριες ετοιμάζουν Ερωτηματολόγιο και Οδηγό Συνέντευξης για να υλοποιήσουν έρευνα στο σχολείο τους σχετικά με τις συνήθειες των συμμαθητών/συμμαθητριών τους και τη γενικότερη τάση στο σχολείο τους</p>
<p>- Να οπτικοποιούν το περιεχόμενο: με συνδυασμό εικόνας και λόγου</p>	<p>Μαθαίνω, ζωγραφίζοντας και εξηγώντας</p> 	<p><u>4^η ομάδα</u> Οι Σκιτσογράφοι</p> <p>Αποστολή: Οι μαθητές και οι μαθήτριες δημιουργούν σκίτσα/ζωγραφίζουν τα στάδια πλυσίματος των χεριών (άνοιγμα βρύσης, χρήση σαπουνιού, πλύσιμο σωστό, ξέπλυμα χεριών και βρύσης, κλείσιμο βρύσης, χρήση χαρτοπετσέτας) και συνδυάζουν τα σκίτσα τους με την περιγραφή κάθε ενέργειας (Παραγωγή λόγου: Παραγωγή πολυτροπικού κειμένου)</p>

<p>- Να αναζητούν και άλλους ψηφιακούς Πόρους (βίντεο ή τραγούδια ή σκίτσα από το διαδίκτυο)</p>	<p>δημιουργίες καλλιτεχνικές (π.χ. σκίτσα, βίντεο και τραγούδια) σχετικές με το θέμα στο διαδίκτυο</p> 	<p><u>5^η ομάδα</u> Οι Καλλιτέχνες</p> <p>Αποστολή: Οι μαθητές και οι μαθήτριες αναζητούν βίντεο, τραγούδια, σκίτσα ή άλλες καλλιτεχνικές δημιουργίες στο διαδίκτυο, σχετικά με την Υγιεινή των χεριών, υλοποιώντας μια μικρο-έρευνα. Στο τέλος, δημιουργούν τη δική τους καλλιτεχνική σύνθεση (π.χ. συνθέτουν το δικό τους τραγούδι, φτιάχνουν το δικό τους σκίτσο.</p>
<p>- Να δημιουργούν το δικό τους Λεξικό (συμβατικό και ηλεκτρονικό) με σχετική ορολογία για το σωστό πλύσιμο των χεριών.</p>	<p>Πχ Λεξικό όρων- bookcreator- Αξιολόγηση</p> 	<p><u>6^η ομάδα</u> Οι Γλωσσολόγοι-Λεξικογράφοι</p> <p>Αποστολή: Οι μαθητές και οι μαθήτριες δημιουργούν Λεξικό όρων για το πλύσιμο των χεριών, παροιμίες σχετικές με το θέμα, όπως: - <<Σταλαματιά σταλαματιά γεμίζει η στάμνα η πλατιά>>, - << Το 'να χέρι νίβει τ' άλλο και τα δυο το πρόσωπο>>. Το Λεξικό αυτό μπορεί να δημιουργηθεί σε χειρόγραφο ή έντυπη μορφή ή ως ψηφιακό υλικό στο bookcreator.</p>
<p>- Να προχωρούν σε διάχυση καλών Πρακτικών στη σχολική κοινότητα</p>	<p>Εναισθητοποιώ και άλλους/άλλες</p> 	<p>Οι μαθητές και οι μαθήτριες, ύστερα από συνεννόηση με τη Διεύθυνση του σχολείου, περνούν από κάθε τμήμα, υλοποιώντας: α) Πρακτική εφαρμογή πλυσίματος χεριών και β) Ενημέρωση των συμμαθητών και συμμαθητριών τους και μοίρασμα σχετικού φυλλαδίου, το οποίο έχουν συντάξει.</p>
<p>- Να αξιολογούν το Πρόγραμμα και τη δική τους συμβολή σε αυτό, αναστοχάζομενοι κριτικά την όλη διαδικασία</p>	<p>Φάση αναστοχασμού αξιολόγησης- αυτοαξιολόγησης</p>	<p>Ολοκλήρωση του Προγράμματος, αναστοχασμός, αξιολόγηση, αυτοαξιολόγηση</p>

Εκπαιδευτικό Υλικό/ Συνδέσεις/

<https://menoumespiti.gr/instructions/>

https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/poster_steps-2.pdf

<https://www.youtube.com/watch?v=AEyNFMajgVI>

<https://eody.gov.gr/mikroviaki-antochi-kai-loimoxeis-poy-syndeontai-me-choroys-parochis-ygeias/exonosokomeiako-perivallon-koinotita/ygieini-ton-cherion-plirofories-gia-to-koino/>

Φορείς και άλλες συνεργασίες που θα εμπλουτίσουν το πρόγραμμά μας
Γιατροί από τη Σχολή Επιστημών Υγείας (Ιατρική Σχολή) του Πανεπιστημίου Κρήτης
Δομές: TOMY, ΚΕΣΥ, ΚΕΣΑΝ και άλλες υποστηρικτικές εκπαιδευτικές Δομές

Μετά την υλοποίηση

Μεταγνωστικές Εφαρμογές και Δραστηριότητες

- Αξιολόγηση Εργαστηρίου- Συνολική αποτίμηση & αναστοχασμός πάνω στην υλοποίηση - Εκδηλώσεις διάχυσης καλών Προτάσεων και Πρακτικών
- Εκδήλωση για μαθητές/μαθήτριες, γονείς και κηδεμόνες με προσκεκλημένους Πανεπιστημιακούς Κοινωνικής Ιατρικής.
- Ανάδειξη της Δράσης των μαθητών και των μαθητριών με έκθεση των έργων τους
- Διάχυση καλών Πρακτικών στη σχολική κοινότητα. Ευαισθητοποιώ και άλλους/άλλες: Οι μαθητές και οι μαθήτριες, ύστερα από συνεννόηση με τη Δ/ση του σχολείου περνούν από κάθε τμήμα, υλοποιώντας:
- α) Πρακτική εφαρμογή πλυσίματος χεριών και
- β) Ενημέρωση των συμμαθητών και συμμαθητριών τους και μοίρασμα σχετικού φυλλαδίου, το οποίο έχουν συντάξει.

Σημειώσεις:

**Στους παρακάτω συνδέσμους υπάρχει δείγμα δράσης των ΣΕΕ του ΠΕ.Κ.Ε.Σ Κρήτης
Μαρτίνου Σ. και Ραμουτσάκη Ι.**

<https://pekes.pdekritis.gr/wp-content/uploads/2020/11/%CE%A0%CE%A1%CE%9F%CE%93%CE%A1%CE%91%CE%9C%CE%9C%CE%91-%CE%95%CE%A0%CE%99%CE%A3%CE%A4%CE%97%CE%9C%CE%9F%CE%9D%CE%99%CE%9A%CE%97%CE%A3-%CE%95%CE%A0%CE%99%CE%9C%CE%9F%CE%A1%CE%A6%CE%A9%CE%A4%CE%99%CE%9A%CE%97%CE%A3-%CE%95%CE%A3%CE%A0%CE%95%CE%A1%CE%99%CE%94%CE%91%CE%A3-%CE%A3%CE%A9%CE%A4%CE%97%CE%A1%CE%99%CE%91-%CE%9C%CE%91%CE%A1%CE%A4%CE%99%CE%9D%CE%9F%CE%A5.pdf>

https://pekes.pdekritis.gr/wp-content/uploads/2020/11/27-%CE%A3%CE%95%CE%95-%CE%99%CE%91%CE%A1%CE%91%CE%9C%CE%9F%CE%A5%CE%A4%CE%A3%CE%91%CE%9A%CE%97-%CE%9A%CE%91%CE%99-%CE%A3%CE%9C%CE%91%CE%A1%CE%A4%CE%99%CE%9D%CE%9F%CE%A5-%CE%A5%CE%A0%CE%95%CE%9D%CE%98%CE%A5%CE%9C%CE%99%CE%A3%CE%97-%CE%95%CE%A0%CE%99%CE%A3%CE%A4%CE%97%CE%9C%CE%9F%CE%9D%CE%99%CE%9A%CE%97%CE%A3-%CE%95%CE%A3%CE%A0%CE%95%CE%A1%CE%99%CE%94%CE%91%CE%A3_%CE%A5%CE%93%CE%99%CE%95%CE%99%CE%9D%CE%97-%CE%A3%CE%A9%CE%A4%CE%97%CE%A1%CE%99%CE%91-%CE%9C%CE%91%CE%A1%CE%A4%CE%99%CE%9D%CE%9F%CE%A5.pdf

Υποδειγματικό Υλικό- Δειγματικά Φύλλα εργασίας - Περιγραφή εργαστηρίων & δράσεων (3-5 φύλλα)

Ενδεικτικές δραστηριότητες για την περιγραφική αξιολόγηση

**ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ**

Διαθέσιμο στο link: <https://forms.gle/pNaSLtUz3newJQmf6>

Εδώ θα θέλαμε να καταθέσετε τις απόψεις σας για το πρόγραμμα Σχολικής Υγιεινής που εφαρμόσατε.

* **Απαιτείται**

Φύλο *

Άντρας

Γυναίκα

Πού διδάσκετε;

Νηπιαγωγείο

Δημοτικό Α'-Β'

Δημοτικό Γ'-Δ'

Δημοτικό Ε'-Στ'

Γυμνάσιο

Λύκειο

Διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου

.....
-Ποια, κατά τη γνώμη σας, είναι η αναγκαιότητα εφαρμογής της Σχολικής Υγιεινής στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση; *

.....
-Υπάρχει, κατά τη γνώμη σας, αναγκαιότητα για την εκπαίδευση των εκπαιδευτικών πάνω σε θέματα Σχολικής Υγιεινής; *

1. Πώς θα αξιολογούσατε την συνολική εμπειρία σας με το συγκεκριμένο;

- Εξαιρετική
- Πολύ καλή
- Μέτρια
- Μη ικανοποιητική

- **Ποια Εργαστήρια για την Σχολική Υγιεινή επιλέξατε και γιατί;**
.....
- **Ποιες διδακτικές μεθόδους και τεχνικές επιλέξατε σ' αυτά; ***
.....
- **Πόσο χρόνο αφιερώσατε στην προετοιμασία του Εργαστηρίου;**
.....
- **Οι μαθητές και οι μαθήτριές σας έμειναν ικανοποιημένοι από αυτό;**
 - Πάρα πολύ
 - Αρκετά
 - Καθόλου
- **Πώς κρίνετε τη Δομή και τις Δραστηριότητες;**
.....
- **Οι Στόχοι έχουν επιτευχθεί;**
 - Πάρα πολύ
 - - Αρκετά
 - - Καθόλου
- **Τι σας άρεσε περισσότερο από τη διαδικασία και γιατί;**
.....
- **Τι δεν σας άρεσε και γιατί;**
.....
- **Η ερευνητική διαδικασία ήταν ικανοποιητική;**
 - Πάρα πολύ
 - - Αρκετά
 - - Καθόλου
- **Οι Συζητήσεις Εργασίας ήταν χρήσιμες και συχνές;**
 - Πάρα πολύ
 - - Αρκετά
 - - Καθόλου

- **Υπήρχε τακτική ανατροφοδότηση;**
- Ναι
- Αρκετά
- Καθόλου

- **Οι μαθητές και οι μαθήτριές σας μετασχημάτισαν τυχόν αρνητικές συνήθειές τους σχετικά με το πλύσιμο των χεριών;**
- Ναι
- Όχι

- **Οι μαθητές και οι μαθήτριές σας μπόρεσαν να ευαισθητοποιήσουν και άλλους/-ες;**
- Πάρα πολύ
- - Αρκετά
- - Καθόλου

- **Η συνεργασία ήταν ικανοποιητική;**
- Πάρα πολύ
- - Αρκετά
- - Καθόλου

- **Οι μαθητές και οι μαθήτριές σας κατανόησαν καλύτερα τη σημασία της ατομικής και συλλογικής Υγιεινής;**
- Πάρα πολύ
- - Αρκετά
- - Καθόλου

- **Η επιλογή των ψηφιακών εργαλείων ήταν ικανοποιητική;**
- Πάρα πολύ
- Αρκετά
- Καθόλου

- **Η αξιοποίηση των ψηφιακών εργαλείων ήταν χρήσιμη;**
- Πάρα πολύ
- Αρκετά
- Καθόλου

- **Θα υλοποιούσατε ξανά ένα Πρόγραμμα Υγιεινής;**
- Ναι
- Όχι

- Ποιες Προτάσεις εμπλουτισμού ή βελτίωσης θα διατυπώνετε για μια μελλοντική εφαρμογή;

.....

Φύλλα περιγραφικής αυτο-αξιολόγησης (έως 2 σελίδες)

ΚΡΙΤΗΡΙΟ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ	(1)	(2)	(3)	Βαθμολογία	
				ΟΜΑΔΑ Α	ΟΜΑΔΑ Β
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΜΟΥ	Δεν υπήρχε καθόλου συνεργασία και επικοινωνία	Ικανοποιητική συνεργασία και επικοινωνία.	Άριστη συνεργασία και επικοινωνία.		
ΠΛΗΡΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΣΥΝΟΧΗ ΜΕ ΤΟ ΘΕΜΑ (ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΜΟΥ)	Το περιεχόμενο καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε μικρό ποσοστό	Το περιεχόμενο της καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε ποσοστό μεταξύ του 50-80%.	Το περιεχόμενο της καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε μεγάλο ποσοστό		
ΠΛΗΡΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΣΥΝΟΧΗ ΜΕ ΤΟ ΘΕΜΑ (ΤΗΣ ΑΛΛΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΟΠΟΥ ΥΠΗΡΧΕ)	Το περιεχόμενο της παρουσίασης καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε μικρό ποσοστό	Το περιεχόμενο της παρουσίασης καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε ποσοστό μεταξύ του 50-80%.	Το περιεχόμενο της παρουσίασης καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε μεγάλο ποσοστό		
ΤΕΧΝΙΚΗ-ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	Η διδακτική διαδικασία που ακολουθήσαμε μου άρεσε και μου προκάλεσε το ενδιαφέρον λίγο έως καθόλου	Η διδακτική διαδικασία που ακολουθήσαμε μου άρεσε και μου προκάλεσε το ενδιαφέρον πολύ έως λίγο.	Η διδακτική διαδικασία που ακολουθήσαμε μου άρεσε και μου προκάλεσε το ενδιαφέρον παρά πολύ έως πολύ		
ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ	Οι δραστηριότητες ήταν βαρετές και δυσνόητες.	Οι δραστηριότητες ήταν κατανοητές και συνηθισμένες	Οι δραστηριότητες ήταν ιδιαίτερα κατανοητές, ενδιαφέρουσες και διαδραστικές		
ΕΠΑΡΚΕΙΑ ΓΝΩΣΕΩΝ ΚΑΙ ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ	Οι γνώσεις που έλαβα σήμερα είναι πτωχές, ανεπαρκείς και καθόλου χρήσιμες.	Οι γνώσεις που έλαβα σήμερα είναι ικανοποιητικές και χρήσιμες.	Οι γνώσεις που πήρα από τη δράση είναι ικανοποιητικές, επαρκείς και χρήσιμες.		
ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΟΜΑΔΑΣ					

2^ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ

2^ο ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ Π/ΘΜΙΑ ΚΑΙ ΤΗ Δ/ΘΜΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Φιλοσοφία –Σκοπιμότητα προγράμματος

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός του συγκεκριμένου Εκπαιδευτικού Σεναρίου Σχολικής Υγιεινής για την Π/θμια και τη Δ/θμια Εκπαίδευση, είναι η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση εκπαιδευτικών και μαθητών/μαθητριών σε θέματα Υγιεινής Διατροφής μέσα από δημιουργικές δραστηριότητες. Για το σκοπό αυτό, αξιοποιούνται συνεργατικές, συμμετοχικές μέθοδοι και τεχνικές διερευνητικής και ανακαλυπτικής Μάθησης, καθώς και οι αρχές της σύγχρονης Συμπεριληπτικής και Διαφοροποιημένης Παιδαγωγικής, καθώς και της οικο-συστημικής προσέγγισης. Μέσα μέσα από ποικίλες εκπαιδευτικές δραστηριότητες, που προάγουν την κριτική και δημιουργική σκέψη, τον αυτοσεβασμό και τον αλληλοσεβασμό, την ενσυναίσθηση, τη συνεργασία και την κοινωνική συνείδηση, οι μαθητές και οι μαθήτριες αναμένεται να αποκτήσουν, σταδιακά, σωστή διατροφική συμπεριφορά όχι μόνο στο σχολείο, αλλά και στην καθημερινή τους ζωή, κατακτώντας βασικές δεξιότητες ζωής και διαμορφώνοντας κουλτούρα ατομικής και κοινωνικής Υγιεινής.

Λέξεις-Φράσεις -κλειδιά: νερό, σαπούνι, πλύσιμο χεριών, αντισηπτικό, Υγιεινή, Αγωγή Υγείας, σχολείο

Φιλοσοφία -Σκοπιμότητα Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Αφετηρία του προβληματισμού μας στάθηκε η διαπίστωση πώς πολλά παιδιά δεν διατρέφονται σωστά, παραλείποντας μάλιστα, το βασικότερο, όπως λέγεται, γεύμα, το πρωινό, παρόλο που η οικονομική τους κατάσταση δεν τους το απαγορεύει. Σίγουρα, η οικονομική δυσπραγία είναι σοβαρός παράγοντας, ο οποίος επηρεάζει τη διατροφή του ανθρώπου και θα πρέπει συνεχώς να ευαισθητοποιούμαστε, εκδηλώνοντας μεγαλύτερη αλληλεγγύη προς τους ανθρώπους που στερούνται τα αναγκαία.

Επιπροσθέτως, αρκετά παιδιά και γονείς δεν γνωρίζουν την αξία της σωστής διατροφής για την υγεία και τη ζωή του ανθρώπου. Διάφοροι παράγοντες, επίσης, (π.χ. διαφήμιση σε τηλεόραση, διαδίκτυο κ.ά.), συχνά, επηρεάζουν αρνητικά τη διατροφική συμπεριφορά, κάνοντας τα άτομα πιο επιρρεπή σε διαφημιστικές καμπάνιες τροφίμων, διατροφικών

προϊόντων και στη μόδα. Η λιπαρή και ανθυγιεινή διατροφή από άγνοια, συχνά, οδηγεί σε παχυσαρκία και σε άλλα αρνητικά για τον οργανισμό αποτελέσματα, επηρεάζοντας την ψυχολογική διάθεση, την ψυχο-κοινωνική συμπεριφορά και τις επιδόσεις των παιδιών στο σχολείο.

Ειδικότερα, δε, και λόγω της πρόσφατης επιδημικής κρίσης, η υγιεινή διατροφή αποκτά ιδιαίτερη βαρύτητα και αξία, καθώς συντελεί στην καλύτερη άμυνα του οργανισμού.

Επομένως, ένα Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα ευαισθητοποίησης για την υγιεινή διατροφή, μέσα από το οποίο οι μαθητές και οι μαθήτριες θα μαθαίνουν την αξία της και θα μπορούν να διαμορφώνουν σωστά κριτήρια επιλογής τροφίμων είναι απαραίτητο.

Εξάλλου, η αναγκαιότητα εξοικείωσης των μαθητών και μαθητριών με την υγιεινή διατροφή, και η διαμόρφωση αντίστοιχης κουλτούρας όχι μόνο για τις συνθήκες έκτακτων αναγκών, αλλά και για τις συνθήκες κανονικότητας, αποτελεί βασική αφετηρία του Προγράμματος και διέπει τη Φιλοσοφία του.

Εκτός από τα παραπάνω, το συγκεκριμένο Πρόγραμμα θεμελιώνεται θεωρητικά και από ερευνητικά δεδομένα για την παιδική και εφηβική παχυσαρκία και για τη στενή σχέση διατροφής και υγείας.

Στα σχολικά βιβλία έχουν εισαχθεί τα τελευταία χρόνια, δειλά –δειλά, και θέματα διατροφής, προσπαθώντας να ευαισθητοποιήσουν τους μαθητές και τις μαθήτριες και, σίγουρα, θα πρέπει να ενισχυθούν. Η διαθεματική και διεπιστημονική προσέγγιση του θέματος και στα Εργαστήρια που περιγράφονται παρακάτω, συνάδει απολύτως με τη Φιλοσοφία των Προγραμμάτων Σπουδών (Α.Π.Σ. και Δ.ΕΠ.Π.Σ.), όπως και με τις αρχές:

- της ολιστικής, οικο-συστημικής προσέγγισης του ανθρώπου: ο άνθρωπος αντιμετωπίζεται ως όλον και σε σχέση με τα υπόλοιπα υπο-συστήματα (οικογένεια, σχολείο, φιλικό και κοινωνικό περιβάλλον) και
- της συμπεριληπτικής και διαφοροποιημένης Παιδαγωγικής.

Πληροφορίες υλοποίησης: προαπαιτούμενες γνώσεις, προετοιμασία υλικού

Πλαίσιο εφαρμογής

1. Σε ποιους/-ες απευθύνεται

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό Πρόγραμμα απευθύνεται σε μαθητές και μαθήτριες όλων των Τάξεων του Δημοτικού Σχολείου και του Γυμνασίου.

2. Χρόνος και Τόπος υλοποίησης

Το εκπαιδευτικό Πρόγραμμα προτείνεται να υλοποιηθεί σε Δίωρα Εργαστήρια στις σχολικές μονάδες που θα εκδηλώσουν ενδιαφέρον από την αρχή του νέου σχολικού έτους 2021-2022. Κάθε Ενότητα που περιγράφεται στον παρακάτω Πίνακα συνιστά και ένα δίωρο Εργαστήριο.

Αυτονόητο είναι ότι είναι καλό ο/η εκπαιδευτικός να παρακινεί τα παιδιά να επιλέγουν τη σωστή διατροφή ως στάση ζωής ακόμα και μετά τη λήξη του Προγράμματος.

3. Ένταξη του Εκπαιδευτικού Προγράμματος στο Ωρολόγιο Πρόγραμμα

Το Πρόγραμμα εντάσσεται ομαλά στο υπάρχον Ωρολόγιο Πρόγραμμα, καθώς αποτελείται από στοχευμένες Δραστηριότητες, οι οποίες, σίγουρα, είναι ενδεικτικές και αφορούν ευαισθητοποίηση εκπαιδευτικών και μαθητών/μαθητριών. Μπορούν, δε να υλοποιηθούν:

- στο πλαίσιο των μαθημάτων της Ευέλικτης Ζώνης στο Δημοτικό, καθώς και στην υλοποίηση:
- ενός Προγράμματος Αγωγής Υγείας ή
- μιας Βιωματικής Δράσης (Μικρο-έρευνας τύπου project,) σύμφωνα με τη Βαθμίδα Εκπαίδευσης,
- στο πλαίσιο σχετικής Ενότητας από το Γλωσσικό μάθημα ή τη μελέτη περιβάλλοντος
- στο πλαίσιο της Ενότητας «ενέργεια» στα Φυσικά Ε΄ Δημοτικού
- στο πλαίσιο μιας Συνθετικής Δημιουργικής Εργασίας Γυμνασίου,
- μιας Ερευνητικής Εργασίας.

Οι προτεινόμενες δραστηριότητες είναι ενδεικτικές και μπορούν να προσαρμοστούν σε κάθε Βαθμίδα και τύπο σχολείου ανάλογα με τις ιδιαίτερες ανάγκες, την ηλικία και τα ενδιαφέροντα των μαθητών και μαθητριών. Συμβάλλει, δε, μεταξύ άλλων, στην καλλιέργεια

των δεξιοτήτων του 21^{ου} αιώνα, την ανάπτυξη δημοκρατικού διαλόγου, στην καλλιέργεια της κριτικής σκέψης, στη συνεργατική μάθηση, στη βιωματική προσέγγιση και την ενθάρρυνση της μαθητικής πρωτοβουλίας.

- με την ομαδοσυνεργατική τεχνική,
- τις εργασίες ερευνητικού τύπου
- με τη βασική χρήση ψηφιακών εργαλείων και μέσων
- με τη βασική επιστημονική ορολογία, η οποία σχετίζεται με το θέμα
- με τη χρήση Λεξικών



Για την προετοιμασία του υλικού ο/η εκπαιδευτικός καλό είναι:




- να έχει επιλέξει το κατάλληλο εκπαιδευτικό υλικό (π.χ. έντυπο υλικό και ψηφιακό: Οδηγίες, Αφίσες, Βιβλία, εκπαιδευτικά videos, εκπαιδευτικές ιστοσελίδες κ.ά.)
- να έχει διαμορφώσει αντίστοιχα Φύλλα Εργασίας για τις ομάδες εργασίας
- να έχει διαμορφώσει αντίστοιχο Φύλλο αξιολόγησης του Προγράμματος
- να έχει προετοιμάσει τους μαθητές και τις μαθήτριες, εξηγώντας τους τη διαδικασία που θα ακολουθηθεί
- να έχει φροντίσει η αίθουσα να διαθέτει τα απαραίτητα μέσα (σαπούνι, νερό, αντισηπτικά κ.λ.π.)
- (προαιρετικά) ψηφιακά εργαλεία π.χ. smart tools.



Περιγραφή επτά Εργαστηρίων: Στοχοθεσία των εργαστηρίων, προτεινόμενες δράσεις και υλικό αφόρμησης, επέκτασης, γενίκευσης. Κάθε εργαστήριο θα αναπτύσσεται σε ένα φύλλο Α4 με βάση τη ρουμπρίκα του Παραρτήματος (1 σελίδα ανά εργαστήριο = 7 σελίδες)

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΣΧΟΛΕΙΟ		ΤΜΗΜΑ.....	ΣΧΟΛ. ΕΤΟΣ:
Θεματική	1. Ζω καλύτερα – Ευ Ζην	Υποθεματική	ΥΓΕΙΑ: Διατροφή- Αυτομέριμνα,
ΒΑΘΜΙΑΔΑ/ΤΑΞΕΙΣ (που προτείνονται)	Δημοτικό(για όλες τις τάξεις) και Γυμνάσιο		
Τίτλος	Εκπαιδευτικό Σενάριο Σχολικής Υγιεινής για την Α/θμια και τη Δ/θμια Εκπαίδευση-Διατροφή		
Δεξιότητες στόχευσης του εργαστηρίου	<p>1. Δεξιότητες Μάθησης - Κριτική σκέψη (Critical thinking) - Επικοινωνία (Communication) - Συνεργασία (Collaboration) - Δημιουργικότητα (Creativity)</p> <p>2. Δεξιότητες Ζωής - Αυτομέριμνα – Αυτό-σεβασμός και Αλληλοσεβασμός Κοινωνικές Δεξιότητες Πολιτειότητα - Ενσυναίσθηση και ευαισθησία - Προσαρμοστικότητα - Ανθεκτικότητα - Υπευθυνότητα - Πρωτοβουλία - Οργανωτική ικανότητα</p> <p>3. Δεξιότητες της τεχνολογίας, της μηχανικής και της επιστήμης : Δεξιότητες της τεχνολογίας και της επιστήμης - Δεξιότητες διεπιστημονικής και διαθεματικής χρήσης των νέων τεχνολογιών</p> <p>4. Δεξιότητες του νου - Στρατηγική σκέψη - Επίλυση προβλημάτων - Μελέτη περιπτώσεων (case studies) - Κατασκευές – Επιστημονική σκέψη –ορολογία</p>		
Σύνδεση με τη Βασική Θεματική	(υποθεματική «ΥΓΕΙΑ: Διατροφή- Αυτομέριμνα,»)		

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα	Εργαστήριο/τίτλος	Προτεινόμενες Δραστηριότητες (ενδεικτικές)
<p>Οι μαθητές και οι μαθήτριες αναμένεται:</p> <p>-Να γνωρίσουν τις βασικές έννοιες που σχετίζονται με τη διατροφή και τις κατηγορίες των θρεπτικών συστατικών, κατανοώντας τη σημασία και το ρόλο τους για τον οργανισμό</p>	<p>Τα θρεπτικά συστατικά.</p> 	<p>Πρώτο δίωρο</p> <p>Προσεγγίζοντας τις έννοιες</p> <p>- Με καταιγισμό ιδεών προκαλούμε συζήτηση με τους μαθητές και τις μαθήτριες σχετικά με τις λέξεις: Διατροφή, τροφή, τρέφομαι, Υγιεινή διατροφή, Μεσογειακή-Κρητική Διατροφή, θρεπτικά συστατικά, λίπη, πρωτεΐνες, υδατάνθρακες κ.λ.π.</p> <p>-Αξιοποιούμε Λεξικά για την ανάδειξη των σημασιών των λέξεων και οι μαθητές και οι μαθήτριες δημιουργούν προτάσεις ή μικρές περιόδους με αυτές.</p> <p>Ρόλοι στην ομάδα</p> <p>Οι μαθητές και οι μαθήτριες χωρίζονται σε ομάδες εργασίας και αναλαμβάνουν ρόλους εντός της ομάδας (- Πρόεδρος,</p> <ul style="list-style-type: none"> - υπεύθυνος για την ομαλή οργάνωση της ομάδας, ώστε καθένας και καθεμία να κάνει με τον καλύτερο τρόπο τη δουλειά του και να την τελειώνει εγκαίρως, - Υπεύθυνος τύπου που θα ανακοινώσει το αποτέλεσμα της εργασίας της ομάδας στην ολομέλεια αφού συμβουλευτεί τις σημειώσεις του Γραμματέα. - Γραμματέας: κρατά σημειώσεις, όταν η ομάδα συζητά και εξασφαλίζει πως καταγράφει κάθε τι που έχει αποφασίσει η ομάδα - Δημοσιογράφος προσεγγίζει τις άλλες ομάδες, για να τους μεταφέρει ειδήσεις, μηνύματα. <p>-κάποιος μπορεί να έχει διπλό ρόλο, π.χ. του χρονομέτρη που παρακολουθεί την ώρα και ενημερώνει τα μέλη της ομάδας για το υπόλοιπο του χρόνου.</p>
<p>-Να γνωρίζουν τις κατηγορίες των πρωτεϊνών, υδατανθράκων και λιπών και να διακρίνουν οι τροφές σε ποιες κατηγορίες ανήκουν</p>	<p>Πρωτεΐνες, Υδατάνθρακες και λίπη στο πιάτο μας.</p> 	<p>Δεύτερο δίωρο</p> <p>Έχουμε διαμορφώσει από πριν ομάδες εργασίας</p> <p>Κατηγοριοποίηση τροφών- Επισήμανση και σχολιασμός χαρακτηριστικών διαφημιστικού λόγου</p> <ul style="list-style-type: none"> - Οι μαθητές και οι μαθήτριες σε ομάδες εργασίας α) κατηγοριοποιούν τροφές από διαφημιστικά έντυπα του super market, τα οποία μπορούν να έχουν μαζί τους ή να τα έχουν βρει, ύστερα από σχετική αναζήτηση στο διαδίκτυο. β) Παρατηρούν τα χαρακτηριστικά του διαφημιστικού λόγου και τον τρόπο προσέλκυσης του αγοραστικού κοινού (-Πώς προσπαθούν οι εταιρίες να πείσουν τους καταναλωτές;) <p>Παρατήρηση διατροφικών ενδείξεων</p> <p>γ) Επιλέγουν ένα από αυτά τα διαφημιζόμενα προϊόντα και καταγράφουν τις ενδείξεις για τη διατροφική του αξία και τα συστατικά του, σχολιάζοντάς τα.</p> <p>Στη συνέχεια, οι ομάδες ανακοινώνουν στην Ολομέλεια το αποτέλεσμα της εργασίας τους.</p>

		-Με βάση την προηγούμενη δραστηριότητα, ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να καλέσει έναν ειδικό από τον χώρο της Διατροφολογίας ή της Υγείας (αν οι συνθήκες το επιτρέπουν, διαφορετικά, διαδικτυακά), για να ενημερώσει τους μαθητές και τις μαθήτριες σχετικά με τα θέματα υγιεινής διατροφής και τις συνέπειες της ανθυγιεινής ή μη σωστής διατροφής για τον οργανισμό.
-Να γνωρίσουν την ειδικότητα του διατροφολόγου και την προσέγγιση που δίνει για τις κατηγορίες των τροφών. Παρακαλώ, οι Δ/ντές/ντριες των Σχολικών Μονάδων της 10ης Ενότητας ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης, να ενημερώσουν τους/τις εκπαιδευτικούς και τους Συλλόγους Γονέων.	<p>Ο ειδικός διατροφολόγος στην τάξη μας.</p> 	<p>Τρίτο δίωρο</p> <p>A. Ενημέρωση μαθητών και μαθητριών από τον ειδικό του τομέα Διατροφολογίας ή Υγείας, για θέματα Διατροφής, για τις κατηγορίες των τροφών και τη σημασία της υγιεινής διατροφής για τον οργανισμό.</p> <p>B. (Προαιρετικά): οι μαθητές και τις μαθήτριες παίρνουν Συνέντευξη από τον ειδικό της Υγείας, δημιουργώντας ένα Οδηγό Συνέντευξης με σχετικά ερωτήματα.</p>
-Να γνωρίσουν τη διατροφική πυραμίδα, διαμορφώνοντας σταδιακά, και κριτήρια επιλογής των τροφίμων.	<p>Κατάταξη των τροφών στη διατροφική πυραμίδα.</p> 	<p>Τέταρτο δίωρο</p> <p>Οι μαθητές και οι μαθήτριες, σε ομάδες, 4-5 ατόμων, διαζώσης ή εξ αποστάσεως σε ψηφιακά δωμάτια (breakout rooms), επιλέγουν 2 τροφές από κάθε κατηγορία και τις τοποθετούν στη διατροφική πυραμίδα, διαμορφώνοντας πίνακα κριτηρίων για την επιλογή υγιεινών τροφίμων.</p>
-Να εκφράζονται δημιουργικά επί του θέματος (π.χ.φτιάχνοντας αφίσες στο padlet για τις κατηγορίες τροφών και να γνωρίσουν τη Μεσογειακή-Κρητική διατροφή.	<p>Πχ Αφίσα με τις κατηγορίες των τροφών</p> 	<p>Πέμπτο δίωρο</p> <p>Φτιάχνω Αφίσα με τις κατηγορίες των τροφίμων.</p> <p>-Ο/Η εκπαιδευτικός ετοιμάζει έναν πίνακα με τρεις διαφορετικές στήλες και εκεί οι μαθητές και οι μαθήτριες συμπληρώνουν τροφές από τις διαφορετικές κατηγορίες. Το ίδιο μπορεί να γίνει και σε ψηφιακή μορφή (padlet) και ο/η εκπαιδευτικός διαμοιράζει το σύνδεσμο (link)</p> <p>Σε μια άλλη στήλη υπάρχει η Μεσογειακή και κυρίως η Κρητική διατροφή. Εκεί τα παιδιά συμπληρώνουν όλες τις τροφές, τις οποίες περιλαμβάνει</p>
		περιλαμβάνει

		<p>η συγκεκριμένη διατροφή και γίνεται συζήτηση για τη σπουδαιότητά της με αξιοποίηση και της βιοματικής εμπειρίας.</p> <p>-Αξιοποιείται και το διδακτικό σενάριο από την πλατφόρμα «Αίσωπος»: http://aesop.iep.edu.gr/node/14205</p>
<p>Οι μαθητές/τριες να είναι ικανοί</p> <p>- Να συνθέτουν υγιεινό εβδομαδιαίο μενού, να γνωρίζουν το κόστος του</p> <p>-Να αναζητήσουν τις διατροφικές συνήθειες των Αρχαίων και των σύγχρονων Ελλήνων, αλλά και άλλων λαών</p>	<p>Πχ Φτιάχνω ένα υγιεινό εβδομαδιαίο μενού και γνωρίζω τις διατροφικές συνήθειες των άλλων λαών.</p> 	<p>Έκτο δίωρο</p> <p>Οι μαθητές και οι μαθήτριες δουλεύουν διαθεματικά, και σε ομάδες και αναζητούν τις διατροφικές συνήθειες των Αρχαίων, των σύγχρονων Ελλήνων, αλλά και άλλων λαών, λογαριάζοντας το κόστος για την αγορά τροφών από διαφορετικές κατηγορίες.</p> <p>Τέλος, συνθέτουν υγιεινά και ανθυγιεινά πιάτα με διαφημιστικά φυλλάδια, διακοσμημένα με δικά τους σκίτσα.</p>
<p>Αξιολόγηση- Αυτοαξιολόγηση</p>	<p>Πχ Βάζω στόχους και προχωρώ - Αξιολόγηση</p> 	<p>Έβδομο δίωρο</p> <p>Οι μαθητές και οι μαθήτριες παίζουν συνεργατικά το παιχνίδι από το μαθησιακό αποθετήριο «Φωτόδεντρο»: http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/10984</p> <p>Με τίτλο: «Κάνω υγιεινή διατροφή;» και αξιολογούν ομαδικά την ενεργητική συμμετοχή τους στην ενότητα της διατροφής, ενώ συμπληρώνουν ατομικό φύλλο εργασιών με ερωτήσεις γνώσεων.</p>

Εκπαιδευτικό Υλικό/ Συνδέσεις/
Σενάρια και χρήσιμο υλικό από τα αποθετήρια μαθησιακών αντικειμένων «Φωτόδεντρο» και «Αίσωπος».
<http://photodentro.edu.gr/lor/r/8521/10984>
<http://aesop.iep.edu.gr/node/14205>

Φορείς και άλλες συνεργασίες που θα εμπλουτίσουν το πρόγραμμά μας
Εξ' αποστάσεως ή δια ζώσης συναντήσεις με Διατροφολόγο από την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Κρήτης ή το Πανεπιστημιακό Γενικό Νοσοκομείο Ηρακλείου Κρήτης ή άλλο φορέα που ασχολείται με τη διατροφή.

Αξιολόγηση Εργαστηρίου- Συνολική αποτίμηση & αναστοχασμός πάνω στην υλοποίηση - Εκδηλώσεις διάχυσης

Η αξιολόγηση θα γίνει με συζήτηση του εκπαιδευτικού με τους μαθητές και τις μαθήτριες. Εκδηλώσεις διάχυσης ανοικτές στο κοινό, με καλεσμένο διατροφολόγο και με έκθεση έργων των παιδιών, είναι απαραίτητο να προγραμματιστούν.

Σημειώσεις:

Υποδειγματικό Υλικό- Δειγματικά Φύλλα εργασίας - Περιγραφή εργαστηρίων & δράσεων (3-5 φύλλα)

Περιγραφή συμπληρωματικών Δράσεων

- 1) Οι μαθητές και οι μαθήτριες διαμορφώνουν Ερωτηματολόγιο, το οποίο διαμοιράζουν στη σχολική κοινότητα για ανίχνευση της διατροφικής συμπεριφοράς των μελών της και έναν Οδηγό Συνέντευξης, βάσει του οποίου λαμβάνουν Συνεντεύξεις από το φιλικό ή το οικογενειακό τους περιβάλλον, διαμορφώνοντας την τελική ερευνητική τους εργασία.
 - 2) (προαιρετικά) Οι μαθητές και οι μαθήτριες (με τη βοήθεια εκπαιδευτικών, γονέων και κηδεμόνων ετοιμάζουν ένα υγιεινό πρωινό ή δεκατιανό στο σχολείο τους, το οποίο προσφέρουν δωρεάν, προς ευαισθητοποίηση της σχολικής κοινότητας.
 - 2) Αξιοποιώντας το λογισμικό tux paint (για τη χρήση του έχουν ενημερωθεί από τον/την καθηγητή/καθηγήτρια Πληροφορικής) οι μαθητές και οι μαθήτριες σχηματίζουν τη δική τους διατροφική πυραμίδα, σχεδιάζοντας ένα τρίγωνο, το οποίο χωρίζουν εσωτερικά σε επτά επίπεδα και τοποθετούν σε καθένα από αυτά λέξεις ή εικόνες τροφών: γαλακτοκομικά, ελαιόλαδο, φρούτα, αυγά, ζυμαρικά, λαχανικά, κρέας, χοιρινό και μοσχαρίσιο, γλυκά, πουλερικά, όσπρια, δημητριακά.
-

Ενδεικτικές δραστηριότητες για την περιγραφική αξιολόγηση

**ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ**

Διαθέσιμο στο link: <https://forms.gle/pNaSLtUz3newJQmf6>

Εδώ θα θέλαμε να καταθέσετε τις απόψεις σας για το πρόγραμμα Υγιεινής Διατροφής που εφαρμόσατε.

*** Απαιτείται**

Φύλο *

Αντρας

Γυναίκα

Πού διδάσκετε;

Νηπιαγωγείο

Δημοτικό Α'-Β'

Δημοτικό Γ'-Δ'

Δημοτικό Ε'-Στ'

Γυμνάσιο

Λύκειο

Διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου

-Ποια, κατά τη γνώμη σας, είναι η αναγκαιότητα εφαρμογής της Σχολικής Υγιεινής στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση; *

-Υπάρχει, κατά τη γνώμη σας, αναγκαιότητα για την εκπαίδευση των εκπαιδευτικών πάνω σε θέματα Σχολικής Υγιεινής; *

- **1. Πώς θα αξιολογούσατε την συνολική εμπειρία σας με το συγκεκριμένο;**
- Εξαιρετική
- Πολύ καλή
- Μέτρια
- Μη ικανοποιητική
-

- **Ποια Εργαστήρια για την Υγιεινή Διατροφή επιλέξατε και γιατί;**
.....
- **Ποιες διδακτικές μεθόδους και τεχνικές επιλέξατε σ' αυτά; ***
.....
- **Πόσο χρόνο αφιερώσατε στην προετοιμασία του Εργαστηρίου;**
.....
- **Οι μαθητές και οι μαθήτριάς σας έμειναν ικανοποιημένοι από αυτό;**
 - Πάρα πολύ
 - Αρκετά
 - Καθόλου
- **Πώς κρίνετε τη Δομή και τις Δραστηριότητες;**
.....
- **Οι Στόχοι έχουν επιτευχθεί;**
 - Πάρα πολύ
 - Αρκετά
 - Καθόλου
- **Τι σας άρεσε περισσότερο από τη διαδικασία και γιατί;**
.....
- **Τι δεν σας άρεσε και γιατί;**
.....
- **Η ερευνητική διαδικασία ήταν ικανοποιητική;**
 - Πάρα πολύ
 - Αρκετά
 - Καθόλου
- **Οι Συζητήσεις Εργασίας ήταν χρήσιμες και συχνές;**
 - Πάρα πολύ
 - Αρκετά
 - Καθόλου

- **Υπήρχε τακτική ανατροφοδότηση;**
- Ναι
- Αρκετά
- Καθόλου

- **Οι μαθητές και οι μαθήτριές σας μετασχημάτισαν τυχόν αρνητικές συνήθειές τους σχετικά με το πλύσιμο των χεριών;**
- Ναι
- Όχι

- **Οι μαθητές και οι μαθήτριές σας μπόρεσαν να ευαισθητοποιήσουν και άλλους/-ες;**
- Πάρα πολύ
- - Αρκετά
- - Καθόλου

- **Η συνεργασία ήταν ικανοποιητική;**
- Πάρα πολύ
- - Αρκετά
- - Καθόλου

- **Οι μαθητές και οι μαθήτριές σας κατανόησαν καλύτερα τη σημασία της ατομικής και συλλογικής Υγιεινής σε σχέση με τη Διατροφή;**
- Πάρα πολύ
- - Αρκετά
- - Καθόλου

- **Η επιλογή των ψηφιακών εργαλείων ήταν ικανοποιητική;**
- Πάρα πολύ
- - Αρκετά
- - Καθόλου

- **Η αξιοποίηση των ψηφιακών εργαλείων ήταν χρήσιμη;**
- Πάρα πολύ
- Αρκετά
- Καθόλου

- **Θα υλοποιούσατε ξανά ένα Πρόγραμμα Υγιεινής Διατροφής;**
- Ναι
- Όχι

- Ποιες Προτάσεις εμπλουτισμού ή βελτίωσης θα διατυπώνετε για μια μελλοντική εφαρμογή;
-

Φύλλα περιγραφικής αυτο-αξιολόγησης (έως 2 σελίδες)

ΚΡΙΤΗΡΙΟ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ	(1)	(2)	(3)	Βαθμολογία	Βαθμολογία
				ΟΜΑΔΑ Α	ΟΜΑΔΑ Β
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΜΟΥ	Δεν υπήρχε καθόλου συνεργασία και επικοινωνία	Ικανοποιητική συνεργασία και επικοινωνία.	Άριστη συνεργασία και επικοινωνία.		
ΠΛΗΡΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΣΥΝΟΧΗ ΜΕ ΤΟ ΘΕΜΑ (ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΜΟΥ)	Το περιεχόμενο καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε μικρό ποσοστό	Το περιεχόμενο της καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε ποσοστό μεταξύ του 50-80%.	Το περιεχόμενο της καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε μεγάλο ποσοστό		
ΠΛΗΡΟΤΗΤΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΣΥΝΟΧΗ ΜΕ ΤΟ ΘΕΜΑ (ΤΗΣ ΑΛΛΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΟΠΟΥ ΥΠΗΡΧΕ)	Το περιεχόμενο της παρουσίασης καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε μικρό ποσοστό	Το περιεχόμενο της παρουσίασης καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε ποσοστό μεταξύ του 50-80%.	Το περιεχόμενο της παρουσίασης καλύπτει και έχει συνοχή με το θέμα σε μεγάλο ποσοστό		
ΤΕΧΝΙΚΗ-ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	Η διδακτική διαδικασία που ακολουθήσαμε μου άρεσε και μου προκάλεσε το ενδιαφέρον λίγο έως καθόλου	Η διδακτική διαδικασία που ακολουθήσαμε μου άρεσε και μου προκάλεσε το ενδιαφέρον πολύ έως λίγο.	Η διδακτική διαδικασία που ακολουθήσαμε μου άρεσε και μου προκάλεσε το ενδιαφέρον παρά πολύ έως πολύ		
ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ	Οι δραστηριότητες ήταν βαρετές και δυσνόητες.	Οι δραστηριότητες ήταν κατανοητές και συνηθισμένες	Οι δραστηριότητες ήταν ιδιαίτερα κατανοητές, ενδιαφέρουσες και διαδραστικές		
ΕΠΑΡΚΕΙΑ ΓΝΩΣΕΩΝ ΚΑΙ ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ	Οι γνώσεις που έλαβα σήμερα είναι πτωχές, ανεπαρκείς και καθόλου χρήσιμες.	Οι γνώσεις που έλαβα σήμερα είναι ικανοποιητικές και χρήσιμες.	Οι γνώσεις που πήρα από τη δράση είναι ικανοποιητικές, επαρκείς και χρήσιμες.		
ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΟΜΑΔΑΣ					

Περιγραφή ενδεικτικών δραστηριοτήτων για το portfolio μαθητή/-τριας

1. Φτιάχνω την ακροστιχίδα της Διατροφής.
2. Φτιάχνω την πυραμίδα της Διατροφής με κολλάζ, με Ζωγραφική ή αξιοποιώ τον υπολογιστή ή άλλο κατάλληλο Πρόγραμμα.
3. Παίρνω συνέντευξη από τα μέλη της οικογένειάς μου και καταγράφω τις διατροφικές τους συνήθειες.
4. Αναζητώ τροφές και τις κατηγοριοποιώ ως εξής: υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λίπη.

Ακολουθεί ενδεικτικό Παράδειγμα διεπιστημονικής Συνεργασίας για τη Σχολική Υγιεινή και Βιβλιογραφία.

Ενδεικτικό Παράδειγμα διεπιστημονικής Συνεργασίας για τη Σχολική Υγιεινή

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ ΕΣΠΕΡΙΔΑΣ

**<<ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ
ΣΕ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΚΑΝΟΝΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΔΗΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ-
ΘΕΩΡΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΞΗ: ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ-
ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ- ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΠΡΑΞΗ>>**

**Δευτέρα, 2 Νοεμβρίου 2020, και ώρα 17.30-20.30,
μέσω της πλατφόρμας Cisco Webex Events**

Διοργάνωση-Επιστημονική επιμέλεια:

**Ιωάννα Α. Ραμουτσάκη, Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου Φιλολόγων του ΠΕ.ΚΕ.Σ. Κρήτης,
και Σωτηρία Μαρτίνου, Συντονίστρια Ε.Ε. Α/θμιας Εκπ/σης του ΠΕ.ΚΕ.Σ. Κρήτης, σε συνεργασία με τον
Ομότιμο Καθηγητή Διατροφής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου Κρήτης,
κ. Αντ. Καφάτο, τον Καθηγητή Πνευμονολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου Κρήτης,
κ. Ν. Τζανάκη, την Επίκουρη Καθηγήτρια Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Ιατρικής,
κ. Ι.Τσιλιγιάννη και την Προϊσταμένη της Μ.Ε.Θ. του Νοσοκομείου Αγίου Νικολάου,
κ. Μ. Λαμπράκη**

(ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΦΙΛΟΛΟΓΩΝ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ-ΛΑΣΙΘΙΟΥ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ
ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ-ΛΑΣΙΘΙΟΥ-ΡΕΘΥΜΝΟΥ ΤΗΣ Σ.Ε.Ε.,Ι.Α.ΡΑΜΟΥΤΣΑΚΗ,
10^η ΕΝΟΤΗΤΑ ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ – ΛΑΣΙΘΙΟΥ, ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ Σ.Ε.Ε., Σ. ΜΑΡΤΙΝΟΥ)



Το καράβι της Ελπίδας
(Χειροποίητη κατασκευή Εμμ. Ψαρουδάκη,
εκπαιδευτικού, κλάδου ΠΕ86,
ΓΕ.Λ. Ν. Αλικαρνασσοῦ Ηρακλείου)

Νοέμβριος 2020

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗΣ-ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΗΣ ΕΣΠΕΡΙΔΑΣ

Διοργάνωση-Επιστημονική επιμέλεια:

Ιωάννα Α. Ραμουτσάκη, Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου Φιλολόγων του ΠΕ.ΚΕ.Σ. Κρήτης, και Σωτηρία Μαρτίνου, Συντονίστρια Ε.Ε. Α/θμιας Εκπ/σης του ΠΕ.ΚΕ.Σ. Κρήτης, σε συνεργασία με τον Ομότιμο Καθηγητή Διατροφής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου Κρήτης, κ. Αντ. Καφάτο, τον Καθηγητή Πνευμονολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου Κρήτης, κ. Ν. Τζανάκη, την Επίκουρη Καθηγήτρια Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Ιατρικής, κ. Ι.Τσιλιγιάννη και την Προϊσταμένη της Μ.Ε.Θ. του Νοσοκομείου Αγίου Νικολάου, κ. Μ. Λαμπράκη

(ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΦΙΛΟΛΟΓΩΝ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ-ΛΑΣΙΘΙΟΥ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ-ΛΑΣΙΘΙΟΥ-ΡΕΘΥΜΝΟΥ ΤΗΣ Σ.Ε.Ε., Ι.Α.ΡΑΜΟΥΤΣΑΚΗ, 10^η ΕΝΟΤΗΤΑ ΔΗΜΟΤΙΚΩΝ ΣΧΟΛΕΙΩΝ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ – ΛΑΣΙΘΙΟΥ, ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ Σ.Ε.Ε., Σ. ΜΑΡΤΙΝΟΥ)



Το καράβι της Ελπίδας
(Χειροποίητη κατασκευή Εμμ. Ψαρουδάκη,
εκπαιδευτικού, κλάδου ΠΕ86,
Γ.Ε.Λ. Ν. Αλικαρνασσού Ηρακλείου)

Δευτέρα, 2 Νοεμβρίου, 17.30-20.30, μέσω της πλατφόρμας Cisco Webex Events

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

17.30-17.50:

<<Βασική ενημέρωση για τον κορωνοϊό, τη χρήση μέτρων ατομικής προστασίας και την εν γένει χρησιμότητά τους>>

**Μαρίζα Λαμπράκη, Προϊστάμενη Μονάδας Εντατικής Θεραπείας (Μ.Ε.Θ.)
Νοσοκομείου Αγίου Νικολάου Λασιθίου**

17.50-18-10:

*<< Εκπαιδευτικό Σενάριο Σχολικής Υγιεινής για την Α/θμια και τη Δ/θμια
Εκπαίδευση>>*

**Σωτηρία Μαρτίνου, Συντονίστρια Ε.Ε. Α/θμιας Εκπ/σης του ΠΕ.ΚΕ.Σ. Κρήτης, σε
συνεργασία με τη Συντονίστρια Ε.Ε. Φιλολόγων του ΠΕ.ΚΕ.Σ. Κρήτης,
Ιωάννα Α. Ραμουτσάκη**

18.10-18.25

<< Η Υγιεινή του Σχολείου μέσα από μια άγνωστη ιστορική πηγή και η αναγκαιότητα επαναφοράς της ως Μαθήματος στα Αναλυτικά Προγράμματα Σπουδών Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης >>

Ιωάννα Α. Ραμουτσάκη, Συντονίστρια Ε.Ε. Φιλολόγων του ΠΕ.ΚΕ.Σ. Κρήτης, σε συνεργασία με τη Συντονίστρια Ε.Ε. Α/θμιας Εκπ/σης του ΠΕ.ΚΕ.Σ. Κρήτης, Σωτηρία Μαρτίνου

18.25-19.00:

<< Εκπαίδευση παιδιών, γονέων και εκπαιδευτικών σε θέματα διατροφής, σωματικής άσκησης και αποφυγής τοξικών ουσιών για πρόληψη χρόνιων νοσημάτων και αύξηση του προσδόκιμου επιβίωσης >>

Αντ. Καφάτος, Ομότιμος Καθηγητής Διατροφής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου Κρήτης

19.00-19.30

<< COVID-19 Επιδημιολογικά και κλινικά χαρακτηριστικά >>

Ιωάννα Τσιλιγιάννη, Επίκουρη Καθηγήτρια Δημόσιας Υγείας – Κοινωνικής Ιατρικής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου Κρήτης

19.30-20.00

<< Μέτρα ατομικής Υγιεινής- Μέτρα προστασίας του σχολικού περιβάλλοντος >>

Ν. Τζανάκης, Καθηγητής Πνευμονολογίας της Σχολής Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου Κρήτης

20.00-20.30 : Θα ακολουθήσει Συζήτηση Εργασίας:

Συντονισμός Συζήτησης:

Ιωάννα Α. Ραμουτσάκη και Σωτηρία Μαρτίνου, σε συνεργασία με τους:
Αντ. Καφάτο, Ν.Τζανάκη, Ι.Τσιλιγιάννη και Μ.Λαμπράκη

Προτάσεις- Συμπεράσματα

Λήξη επιστημονικής Εσπερίδας



Το καράβι της Ελπίδας
(Χειροποίητη κατασκευή Εμμ. Ψαρουδάκη,
εκπαιδευτικού, κλάδου ΠΕ86,
ΓΕ.Α. Ν. Αλικαρνασσού Ηρακλείου)

Βιβλιογραφία ¹

Αβραμιδής Δ.(1983). «Βασικά Στοιχεία Δημοσίας Υγιεινής». Αθήνα.

Αθανάτου Ε.(1995). «Υγιεινή».Αθήνα.

Αγωγή Υγείας Α΄ τάξη ΕΠΑ.Λ. Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία Φωτόδεντρου:

http://ebooks.edu.gr/ebooks/v/pdf/8547/4296/24-0236-02_Agogi-Ygeias_A-EPAL_Vivlio-Mathiti/, ανακτήθηκε 7-6-2021)

Αδαμόπουλος Π. (1988). «Εισαγωγή στην Προληπτική Ιατρική», «Νοσήματα Φθοράς», εκδόσεις Γρ. Παρισιάνου, Αθήνα.

Αθανασούλη Θ.(1996) «Αγωγή για τη Στοματική Υγεία στο σχολείο - Πρόγραμμα για παιδιά του Δημοτικού Σχολείου, Οδηγός για τους δασκάλους», Έκδοση Οδοντιατρικού Συλλόγου Αττικής, Αθήνα,.

Αποστολοπούλου Α.Χ. (1982).«Μαθήματα Προληπτικής Οδοντιατρικής», Αθήνα,.

Αράπη, Τ. (2019). Σχολική υγιεινή και σεξουαλική διαπαιδαγώγηση εφήβων. Πτυχιακή εργασία. Ιωάννινα: Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων. Σχολή Επιστημών Υγείας. Τμήμα Νοσηλευτικής.

Βαλαώρα Β.(1984). «Περιβάλλον και Υγεία». Αθήνα: Ίδρυμα Ευγενίδου.

Βαλλιανatos Δ.(1985). «Δημοσία και Κοινωνική Υγιεινή».Αθήνα: ΤΕΙ-ΣΕΥΠ.

Βασιλειάδης Π.(2020) «Μαθήματα Υγιεινής & Επιδημιολογίας», Επιστημονικές Εκδόσεις Γρ. Παρισιάνου, Αθήνα, 1970. 24-0533.indb 263 30/7/2020 4:36:49 μμ 264

Βελονάκης Μ.(1990). «Υγεία και Εργασία», «Ιατρική της Εργασίας», Αθήνα,

Βλάμος, Γ. (1904). Η υγιεινή του σχολείου. Αθήνα: Ι.Ε.Π. <http://e-library.iep.edu.gr/iep/collection/browse/item.html?tab=01&code=01-18395> 9-6-2021.

1. Βλ. και http://ebooks.edu.gr/ebooks/v/pdf/8547/5243/24-0533-02_Ygieini-Mikrobiologia_G-EPAL_Vivlio-Mathiti/ ανακτήθηκε 7-6-2021.

- Δημητρακόπουλος Γ. και συνεργάτες. (1981): «Στοιχεία Ανοσολογίας».Αθήνα: Επιστημονικές Εκδόσεις Γρ. Παρισιάνου.
- Διαμάντη - Κηπιώτη Α. και συνεργάτες.(1993).«Μικροβιολογία Στόματος», Αθήνα: Αφοί Αργυριάδη ΟΕ.
- Dorothy, B.(1986): «Οδηγός Αγωγής Υγείας». Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας.
- Κακλαμάνη, Ε., και συνεργάτες. (1991) «Προληπτική Ιατρική και υγειονομική διαπαιδαγώγηση».Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης.
- Καλκανη-Μπουσιάκου, Ε.: «Στοιχεία Υγιεινής».Αθήνα:Έλλην.
- Κατσουγιαννόπουλος, Β.(1991). «Εγχειρίδιο Υγιεινής». Θεσσαλονίκη: Εκδοτικός Οίκος Αδελφών Κυριακίδη
- Κατσουγιαννόπουλος, Β.(1991). «Υγιεινή και Κοινωνική Ιατρική».Θεσσαλονίκη: Εκδοτικός Οίκος Αδελφών Κυριακίδη
- Καφάτος, Α.(2002). Παχυσαρκία.Πρόληψη και αντιμετώπιση. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Νεστορίδου, Αικ.(2014). Σχολική Υγιεινή.Αθήνα: Πολιτεία.
- Ντούτσης, Δ. (2008). Σχολική Υγιεινή. Διδακτορική Διατριβή. Σχολή Επιστημών Αγωγής. Παιδαγωγικό Τμήμα Νηπιαγωγών. Ιωάννινα.
https://olympias.lib.uoi.gr/jspui/bitstream/123456789/5526/1/%ce%94.%ce%94._%ce%9d%ce%a4%ce%9f%ce%a5%ce%a4%ce%a3%ce%97%ce%a3%20%ce%94%ce%97%ce%9c%ce%97%ce%a4%ce%a1%ce%99%ce%9f%ce%a3.pdf ανακτήθηκε 9-6-2021.
- Πανεπιστήμιο Αθηνών - Εργαστήριο Υγιεινής & Επιδημιολογίας (1994). «Προληπτική Υγιεινή και Αγωγή Υγείας».Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης.
- Παπαβασιλείου, Ι. (1975). «Υγιεινή» Αθήνα: ΟΕΔΒ.
- Παπαοικονόμου, Ν. (1992) «Εγχειρίδιο Υγιεινής».Αθήνα:. Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας.
- Πάτσης, Χ. (1960): «Μεγάλη Εγκυκλοπαίδεια των Νέων».Αθήνα: Εκδόσεις Χάρη Πάτση.
- Πρώτες Βοήθειες Β΄ τάξη ΕΠΑ.Λ.* (Βλ. και Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία Φωτόδεντρου: <http://ebooks.edu.gr/ebooks/handle/8547/2947> , ανακτήθηκε 7-6-2021)
- Ρούκας, Κ.(1984). «Πληθυσμιακή Υγιεινή».Αθήνα: ΟΕΔΒ.
- Τριχοπουλου, Α., Τριχοπουλος, Δ. (1986). «Προληπτική Ιατρική». Αθήνα: Επιστημονικές Εκδόσεις Γρ. Παρισιάνος.
- Τριχοπουλος, Δ.(1982). «Επιδημιολογία».Αθήνα: Επιστημονικές Εκδόσεις Γρ. Παρισιάνου.
- Υγιεινή Γ΄ Τάξης ΕΠΑ.Λ.. ΙΤΥΕ-Υ.ΠΑΙ.Θ. Αθήνα και Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία Φωτόδεντρου <http://ebooks.edu.gr/ebooks/handle/8547/3484> ανακτήθηκε 7-6-2021).
- Υγεία και Διατροφή Β΄ Τάξης ΕΠΑ.Λ.. ΙΤΥΕ-Υ.ΠΑΙ.Θ.* Αθήνα (Βλ. και Διαδραστικά Σχολικά Βιβλία Φωτόδεντρου <http://ebooks.edu.gr/ebooks/handle/8547/3275>, ανακτήθηκε 7-6-2021).



**Το καράβι της Ελπίδας
(Χειροποίητη κατασκευή Εμμ. Ψαρουδάκη,
εκπαιδευτικού, κλάδου ΠΕ86,
ΓΕ.Λ. Ν. Αλικαρνασσοῦ Ηρακλείου)**