

# ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΣΧΟΛΙΚΗ ΜΟΝΑΔΑ:

1<sup>ο</sup> ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΖΕΦΥΡΙΟΥ

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ :

2009-2010

ΤΙΤΛΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

**ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ**

ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

**ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ**

**: ΜΑΖΑΡΑΚΗ ΣΤΑΜΑΤΙΑ**

**: ΜΠΟΖΙΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ**

**: ΤΣΑΝΤΟΥΡΗ ΧΡΥΣΟΥΛΑ**

ΜΑΘΗΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

**ΟΜΑΔΑ 1<sup>η</sup>**

**ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΥΣΟΒΑΛΑΝΤΗΣ**

**ΑΝΔΡΟΥΛΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ**

**ΒΛΑΧΟΥ ANNA**

**ΓΕΩΡΓΟΥΔΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ**

**ΟΜΑΔΑ 2<sup>η</sup>**

**ΓΕΒΡΕΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ**

**ΓΟΥΛΑ ΣΤΕΦΑΝΙΑ**

**ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ**

**ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ**

**ΟΜΑΔΑ 3<sup>η</sup>**

**ΚΑΪΑΦΑΣ ΗΡΑΚΛΗΣ**

**ΚΑΜΠΟΥΡΗΣ ΡΑΦΑΗΛ**

**ΣΑΝΤΟΡΙΝΑΙΟΥ ΣΩΤΗΡΙΑ**

**ΤΑΡΟΥΝΑ ΓΕΩΡΓΙΑ**

**ΟΜΑΔΑ 4<sup>η</sup>**

**ΣΑΡΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ**

**ΣΙΩΡΑΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ**

**ΣΟΥΣΟΥΝΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ  
ΜΑΡΤΣΕΛΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ**

**ΟΜΑΔΑ 5<sup>η</sup>**

**ΤΣΑΚΙΡΗΣ ΤΣΑΜΠΙΚΟΣ  
ΦΑΤΟΥΣΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ  
ΧΑΜΗΛΟΘΩΡΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ  
ΧΟΥΣΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ**

**ΟΜΑΔΑ 6<sup>η</sup>**

**ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΙΔΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ  
ΚΑΡΑΓΚΟΥΝΗΣ ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ  
ΚΑΡΑΓΚΟΥΝΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ**

**ΟΜΑΔΑ 7<sup>η</sup>**

**ΚΛΑΠΑΚΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ  
ΚΟΡΤΕΣΗΣ ΑΛΕΞΙΟΣ  
ΚΟΥΛΤΣΟΠΟΥΛΟΣ ΛΑΖΑΡΟΣ  
ΚΟΥΦΑΛΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ**

**ΟΜΑΔΑ 8<sup>η</sup>**

**ΚΤΕΝΙΔΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ  
ΛΙΑΝΕΡΗ ΔΕΣΠΟΙΝΑ  
ΜΑΡΤΣΕΛΟΣ ΠΕΤΡΟΣ  
ΜΟΥΤΣΟΥΡΗ ΜΑΡΙΑ**

**ΟΜΑΔΑ 9<sup>η</sup>**

**ΝΤΑΚΟΥΛΑ ΜΑΡΙΑ  
ΝΤΑΚΟΥΛΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ  
ΠΑΪΤΕΡΗΣ ΡΑΦΑΗΛ**

## ΣΚΟΧΟΙ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

- Τα παιδιά να συνειδητοποιήσουν πως είναι άτομα μοναδικά και ξεχωριστά.
- Να αναγνωρίσουν τις ικανότητες, τις δυνάμεις και τα ατομικά χαρακτηριστικά τους, ενισχύοντας έτσι την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμησή τους.
- Να γίνει το σχολείο ένας χώρος ευχάριστος και δημιουργικός που θα ετοιμάσει τα παιδιά όσο το δυνατό καλύτερα για την ένταξή τους στην κοινωνία, βοηθώντας τα όχι μόνο στην κατάκτηση γνώσεων, αλλά και στο να γίνουν ολοκληρωμένοι και ευτυχισμένοι άνθρωποι.

## ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ:

- ☺ 1<sup>η</sup> Συνάντηση: Γνωριμία με τους μαθητές, χωρισμός σε ομάδες.
- ☺ 2<sup>η</sup> Συνάντηση: Σύνταξη των κανόνων που πρέπει να ακολουθούμε στις συναντήσεις μας (συμβόλαιο) από όλες τις ομάδες.
- ☺ 3<sup>η</sup> Συνάντηση: Μαθαίνω να ακούω τους άλλους.

☺ 4η Συνάντηση: Ενίσχυση της αυτοεκτίμησης με κάρτες ταυτότητας (όνομα, προτερήματα, ελαττώματα, πώς θέλω να γίνω όταν μεγαλώσω;)

☺ 5η Συνάντηση: Αυτός είμαι εγώ. Οι μαθητές ζωγραφίζουν τον εαυτό τους με τα χόμπι τους.

☺ 6η Συνάντηση: Η πορεία της ζωής των μαθητών. Πώς ήταν οι μαθητές στην παιδική ηλικία και πώς στην εφηβεία. Τι άλλαξε; (συζήτηση και συμπλήρωση ερωτηματολόγιου).

☺ 7η Συνάντηση: Μπορώ - είμαι καλός / καλή σε κάτι. Ο κάθε μαθητής πρέπει να γράψει κάτι που κάνει καλά. (συζήτηση)

☺ 8η Συνάντηση: Θετικές σκέψεις και μηνύματα. Καλούνται οι ομάδες να γράψουν θετικά μηνύματα. ( ανάρτηση των μηνυμάτων)

☺ 9η Συνάντηση: Ενίσχυση αυτοεκτίμησης με την «παλάμη φιλίας». Σε ένα λευκό φύλλο χαρτί ο κάθε μαθητής/ρια σχεδιάζει το περίγραμμα της παλάμης του και γράφει το όνομα του. Το χαρτί εν συνεχεία περνάει από τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας, τα οποία και γράφουν ένα θετικό στοιχείο για το/τη μαθητή/ρια σε κάθε δάκτυλο της παλάμης.

☺ 10<sup>η</sup> Συνάντηση: «Κανείς δεν είναι τέλειος». Συζητήσεις με θέμα την εξωτερική εμφάνιση, γνωστοποίηση ότι πολλοί άνθρωποι που άφησαν ένα τεράστιο έργο στην κοινωνία δεν ήταν τέλειοι.

## ΆΛΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ:

- Η επίσκεψη των μαθητών στο Κέντρο Πρόληψης της χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών “Φαέθων”, στο Ίλιον.



Το θέμα της επίσκεψης «Η καταπολέμηση του άγχους».



- Η παρουσίαση του προγράμματος στην τοπική κοινωνία και στο σχολείο (11-5-2010)

## ΤΙ ΑΠΟΚΟΜΙΣΑΜΕ ΑΠΟ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ:

Όταν τελείωσε το πρόγραμμα, τα παιδιά κατέληξαν στα εξής συμπεράσματα:

«Ο κάθε άνθρωπος είναι μοναδικός!»

«Όλοι έχουμε ελαττώματα αλλά και προτερήματα!»

«Αγαπώντας τον εαυτό μας θα μας αγαπήσουν και οι άλλοι!»

«Δεν χρειάζεται να γίνω σαν κάποιον άλλον, αλλά να γίνω ο καλύτερος εαυτός μου!»

«Το να κάνω λάθη είναι φυσιολογικό! Έτσι μαθαίνω και προοδεύω!»

«Μου αξίζει αγάπη, ακόμα κι όταν κάνω λάθη!»

**«Κανείς δεν είναι τέλειος!»**