

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

«Νέοι και Υγιεινός Τρόπος Διαβίωσης»

Συμμετέχοντες μαθητές

- 1. Αντωνόπουλος Άγγελος (Α1)**
- 2. Βέργος Ηλίας (Α1)**
- 3. Θεοδωρής Ευστράτιος (Α1)**
- 4. Καίσαρης Παντελής (Α1)**
- 5. Σπίνος Μαρίνος (Α3)**
- 6. Τσιλιώνη Λαμπρινή (Α3)**
- 7. Φαγιέντ Ζαχαρίας (Α3)**

Υπεύθυνη Καθηγήτρια

Τσανά Ειρήνη, ΠΕ02

Με το υπ' αριθ. 15248/16-12-2013 έγγραφο της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Αττικής που αφορά την έγκριση υλοποίησης προγραμμάτων Αγωγής Υγείας κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους 2013-2014, μαθητές του Γυμνασίου Μαγούλας υλοποίησαν το πρόγραμμα «Νέοι και υγιεινός τρόπος διαβίωσης».

Στο συγκεκριμένο πρόγραμμα συμμετείχαν επτά (7) μαθητές. Κίνητρο ένταξής τους σ' αυτό αποτέλεσε το ενδιαφέρον τους για το πώς εννοείται ο υγιής τρόπος ζωής και το πώς αυτός επηρεάζει θετικά όχι μόνο την υγεία τους αλλά και τη διαμόρφωση της προσωπικότητάς τους.

Οι μαθητές στις πρώτες συναντήσεις τους οριοθέτησαν τους στόχους και οργάνωσαν δύο ομάδες εργασίας με αντικείμενα μελέτης: α) την ατομική ευθύνη για τους κανόνες υγιεινής, β) τη σημασία της σωστής διατροφής, του αθλητισμού και της φυσικής ζωής για την ανθρώπινη υγεία, γ) τους σύγχρονους

«πειρασμούς» αλλά και τους υπαρκτούς κινδύνους κατά της υγείας και δ) τη σημασία του ελεύθερου χρόνου για την απόκτηση σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας.

Η συλλογή του πρωτογενούς υλικού προήλθε από το διαδίκτυο, ενώ την εξέλιξη του προγράμματος καθόρισε σε μεγάλο βαθμό η χρησιμοποίηση της ευρωπαϊκής έκδοσης «Το βιβλίο των επιλογών μου» για έναν υγιεινό τρόπο ζωής. Διεξήχθησαν συζητήσεις και παρουσίαση του υλικού σε μορφή κειμένου και κολλάζ.

Το Μάρτιο πραγματοποιήθηκε συνάντηση και συζήτηση με διαιτολόγο, ενώ τον Απρίλιο επισκεφθήκαμε το Καλλιμάρμαρο Παναθηναϊκό Στάδιο στα πλαίσια του 4ου Πανελληνίου Προγράμματος «Ημέρα Ολυμπιακής Παιδείας» που στοχεύει να φέρει τα παιδιά κοντά στον αθλητισμό και τις αρετές του. Ανάλογους στόχους εξυπηρετούσε και η επίσκεψή μας το Μάϊο στις αθλητικές εγκαταστάσεις του Αγίου Κοσμά. Τέλος το πρόγραμμα ολοκληρώθηκε με την παρουσίαση των συμπερασμάτων που εξήχθησαν υπό μορφή Power Point σε όλους τους μαθητές του σχολείου.



«Καλλιμάρμαρο Παναθηναϊκό Στάδιο»



«Καλλιμάρμαρο Παναθηναϊκό Στάδιο»



«Καλλιμάρμαρο Παναθηναϊκό Στάδιο»



«ΚΑΛΛΙΜΑΡΜΑΡΟ ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟ ΣΤΑΔΙΟ»

«ΗΜΕΡΑ ΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ 2014»

ΡΕΚΟΡ ΓΚΙΝΕΣ

ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟ

ΧΑΡΤΙΝΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ ΕΙΡΗΝΗΣ



«Αθλητικές Εγκαταστάσεις Αγίου Κοσμά»



«Αθλητικές Εγκαταστάσεις Αγίου Κοσμά»



«Αθλητικές Εγκαταστάσεις Αγίου Κοσμά»



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΣΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ

Αν θέλαμε να προβούμε σε μια αξιολόγηση του προγράμματος και των διαδικασιών υλοποίησής του, θα συμπεραίναμε πως προέκυψαν αρκετά θετικά στοιχεία. Οι μετέχοντες στο πρόγραμμα συνειδητοποίησαν τη σημασία του αντικειμένου με το οποίο ασχολήθηκαν, έδειξαν αξιοσημείωτη προθυμία στην επεξεργασία του, απέδειξαν πως, όταν κάτι εμπίπτει στη σφαίρα των πραγματικών ενδιαφερόντων τους, η προθυμία συμμετοχής και ο ζήλος αναδεικνύονται στο έπακρο. Ασφαλώς η υποφαινόμενη, ως υπεύθυνη καθηγήτρια, έδωσε τις αναγκαίες κατευθύνσεις αλλά περισσότερο εποπτικά και λιγότερο επιτακτικά αφήνοντας τον ενθουσιασμό και τη δημιουργικότητα των μαθητών να λειτουργήσουν απερίσπαστα, κάτι χρήσιμο να επεκταθεί και σε όλο το φάσμα των μαθητικών δραστηριοτήτων.