

## **Σκοποί του γνωστικού αντικειμένου της Αγωγής Υγείας σε όλες τις τάξεις**

Το περιεχόμενο του γνωστικού αντικειμένου της Αγωγής Υγείας διασφαλίζει την προαγωγή της ολιστικής έννοιας της υγείας, καθώς περιλαμβάνονται σε αυτό θεματικές ενότητες που αφορούν όλες τις πτυχές της υγείας (σωματική, ψυχική, συναισθηματική, κοινωνική, πνευματική).

Το περιεχόμενο του μαθήματος της Αγωγής Υγείας είναι οργανωμένο σε τέσσερις θεματικές ενότητες, ίδιες για όλες τις τάξεις, οι οποίες καλύπτουν όλο το φάσμα των γνώσεων, δεξιοτήτων, στάσεων και αξιών, τις οποίες θα αναπτύξουν οι μαθητές/τριες. Ο γενικός σκοπός της κάθε ενότητας αναλύεται ως ακολούθως:

### **1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ**

Η θεματική αυτή στοχεύει στην καλύτερη γνώση του εαυτού ως συστήματος, στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης των μαθητών/τριών, στην επεξεργασία των συναισθημάτων, στην κριτική επεξεργασία των επιλογών τους, ως επίσης, και στη διαμόρφωση στάσεων και ανάπτυξη δεξιοτήτων και αξιών με στόχο την ενδυνάμωσή τους.

### **2. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΚΑΙ ΥΓΙΕΙΝΟΥ ΤΡΟΠΟΥ ΖΩΗΣ**

Η θεματική αυτή στοχεύει στο να βοηθήσει τους μαθητές/τριες να διαμορφώσουν στάσεις και να αποκτήσουν γνώσεις, δεξιότητες και αξίες, έτσι ώστε να κάνουν επιλογές και να προβαίνουν σε δράσεις που βελτιώνουν την υγεία, προάγουν την ευεξία και προλαμβάνουν τις ασθένειες και τα προβλήματα υγείας. Επίσης, στοχεύει στην ασφάλεια και υγιεινή των μαθητών/τριών, της οικογένειας και της κοινότητας και στη συνειδητοποίηση των πολλαπλών παραγόντων που επηρεάζουν την υγεία τους.

### **3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ**

Η θεματική αυτή στοχεύει στη διαμόρφωση θετικών στάσεων και συμπεριφορών των μαθητών/τριών μέσα στην οικογένεια, στο σχολείο

και στην κοινότητα, στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και υγιών διαπροσωπικών σχέσεων καθώς και στην αποδοχή και σεβασμό της διαφορετικότητας. Στοχεύει να βοηθήσει τους μαθητές/τριες να ζουν, να εργάζονται με τους άλλους και να ενεργούν με κοινωνικά υπεύθυνο τρόπο. Δίνονται στους μαθητές/τριες ευκαιρίες να μάθουν και να εξασκούν ένα ευρύ φάσμα δεξιοτήτων επικοινωνίας, να επιλύουν συγκρούσεις, να συμπάσχουν, να είναι διεκδικητικοί, να συνεργάζονται και να εργάζονται από κοινού με τους άλλους.

#### **4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ**

Η θεματική αυτή στοχεύει στην ευαισθητοποίηση, την ενεργοποίηση και τη συμμετοχή των μαθητών/τριών σε θέματα υγείας που αφορούν στους ίδιους, στην κοινότητα και στην ανθρωπότητα, στη συνειδητοποίηση των δικαιωμάτων και υποχρεώσεών τους και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων και αξιών. Ως αποτέλεσμα αναμένεται να μπορούν να κάνουν υγιεινές επιλογές ως προς τα διάφορα καταναλωτικά αγαθά και τα επαγγέλματα και τέλος, να αγωνίζονται για μια καλύτερη κοινωνία και να διεκδικούν βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Πίνακας 1. Οι τέσσερις θεματικές ενότητες και οι υποενότητες της Αγωγής Υγείας

<p><b>1. Ανάπτυξη και ενδυνάμωση εαυτού</b></p> <p>1.1 Ανάπτυξη και εξέλιξη εαυτού</p> <p>1.2 Συναισθηματική εκπαίδευση και αυτοεκτίμηση</p> <p>1.3 Αξίες ζωής</p>	<p><b>2. Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιεινού τρόπου ζωής</b></p> <p>2.1 Υγιεινός τρόπος ζωής και συνθήκες ζωής</p> <p>2.2 Φαγητό και υγεία</p> <p>2.3 Φυσική δραστηριότητα και υγεία</p> <p>2.4 Χρήση και κατάχρηση ουσιών</p> <p>2.5 Ασφάλεια</p>
<p><b>3. Δημιουργία και βελτίωση κοινωνικού εαυτού</b></p> <p>3.1 Οικογενειακός προγραμματισμός, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία</p> <p>3.2 Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και υγιών διαπροσωπικών σχέσεων</p> <p>3.3 Αποδοχή και διαχείριση διαφορετικότητας και διαπολιτισμικότητας</p>	<p><b>4. Δημιουργία ενεργού πολίτη</b></p> <p>4.1 Αγωγή του καταναλωτή</p> <p>4.2 Οικονομική και επαγγελματική αγωγή</p> <p>4.3 Δικαιώματα και υποχρεώσεις</p>

Πηγή: Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού, (2010). ΝΑΠ Αγωγής Υγείας. Λευκωσία.