

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗ (ΣΔ)

Δημοτική Εκπαίδευση



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ

Φεβρουάριος 2024

Δρ. Σούλα Ιωάννου – Σύνδεσμος ΕΔΕ Αγωγής Υγείας

Κα Φιλιά Σάββα – Σύμβουλος Αγωγής Υγείας



Ιστορικά:



.....
Ιστορικά αρχεία (Χρυσάνθης 1977 στην Αποστολίδου, 1992), δείχνουν ότι γίνεται αναφορά στη διδασκαλία της αγωγής υγείας στα σχολεία της Κύπρου από το **1902**.

- **1990** «Διατμηματική Επιτροπή» για την ανάπτυξη των αναλυτικών προγραμμάτων της Αγωγής Υγείας για όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης.
- **1992** Το νέο αναλυτικό πρόγραμμα της Αγωγής Υγείας εφαρμόστηκε με εννιά ενότητες διαθεματικά όχι ως ξεχωριστό μάθημα.
- **1995** Η Κύπρος εντάχθηκε στο Ευρωπαϊκό Δίκτυο Σχολείων Προαγωγής Υγείας (Ε.Δ.Σ.Π.Υ.): Ενσωμάτωση προγραμμάτων προαγωγής υγείας στα σχολεία (Διατροφή και Υγεία, Διαπροσωπικές Σχέσεις, Αυτοεκτίμηση, Επικοινωνία με γονείς). Αξιολόγηση με έρευνα του θεσμού από ΠΙ.
- **1997-2003** Διεθνές Ινστιτούτο Εκπαιδευτικού Σχεδιασμού προέβη σε αξιολόγηση του εκπαιδευτικού συστήματος Έγκριση από Υπουργικό Συμβούλιο πρότασης ΥΠΑΝ για Επιτροπή Εκπαιδευτικής Μεταρρύθμισης.
- **2003** Δημοσιευμένη έρευνα σε επιστημονικό περιοδικό (Apostolidou, Fontana) « Teacher attitudes towards health education in Greek –speaking Cyprus schools»
- **2004** Έκθεση Επιτροπής για εκσυγχρονισμό Προγραμμάτων Σπουδών από ακαδημαϊκούς.
- **2008-2010 Συγγραφή Αναλυτικού Προγράμματος Αγωγής Υγείας (Δρ Σούλα Ιωάννου, Δρ Νεόφυτος Χαραλάμπους και Δρ Χριστιάνα Κούτα).**
- **2010-2011** Πιλοτική εφαρμογή παγκύπρια σε σχολεία, ομάδες πυρήνες.
- **2012 -2024 Εφαρμογή σε όλα τα σχολεία - Υποχρεωτικό ξεχωριστό αντικείμενο** σπουδών (40' εβδομαδιαίως Α-Δ τάξη και 80' Ε-ΣΤ Δημοτικού και Α-Γ Γυμνασίου) και επιλεγόμενο στο Λύκειο (15-18 ετών) στο Ωρολόγιο Πρόγραμμα (ΝΩΠ 2015-16 <https://nop.moec.gov.cy/index.php/domi/dimotiko-scholeio>).

Το Αναλυτικό Αγωγής Υγείας παρουσιάστηκε σε υψηλού επιπέδου συνέδρια από την ακαδημαϊκό και συγγραφέα του Αναλυτικού Δρ Σούλα Ιωάννου :

► 2009

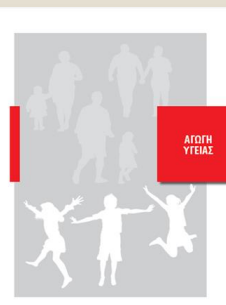
High level Conference on the Health of young people "Be healthy, be yourself", Brussels, 9-10 July 2009 - parallel forum II, Theme 3 – Education as a driver for a better health.

► 2012

High level Conference on the Healthy Ageing Across the Lifecycle, **“Health Promotion through the School Health Education curriculum in Cyprus”**, Ministry of Health, under the Cypriot Presidency of the EU, Nicosia, 5-6 September 2012.

<https://ensp.network/wp-content/uploads/2016/09/Report-2009.pdf>

https://health.ec.europa.eu/latest-updates/cypriot-presidency-high-level-conference-healthy-ageing-across-lifecycle-nicosia-5-6-september-2012-2012-08-31_en



1992... Σεξουαλική αγωγή: 9^η ενότητα στην Αγωγή Υγείας

ΕΠΙΦΥΛΛΙΔΑ

Η σχολική σεξουαλική αγωγή

Του κ. Σάββα Χρ. Μιχαηλίδη, Θεολόγου

ΕΔΩ και αρκετά χρόνια «προοδευτικές» οργανώσεις και άτομα αγωνίζονται να πείσουν το Υπουργείο Παιδείας και τους γονείς ότι η εισαγωγή της σεξουαλικής αγωγής στο σχολείο είναι περίπου η πανάκεια στην πρόληψη των παιδικών εγκυμοσύνων και των αφροισίων νοσημάτων.

Και εννοούν βεβαίως μια αγωγή που θα στηρίζεται όχι στις «ξεπερασμένες και ανεφάρμοστες» χριστιανικές αξίες αλλά στη «ρεαλιστική» προφυλακτικολογία του τύπου των εκστρατειών για το AIDS. Το Υπουργείο Παιδείας δεν φαινόταν διατεθειμένο να αναμειχθεί στο ευαίσθητο θέμα της ηθικής πλευράς της σεξουαλικής αγωγής που παραδοσιακά ανήκει κυρίως στην οικογένεια. Τελικά

όμως το Υπουργείο αποφάσισε να ακολουθήσει μια μέση οδό. Πρόκειται να εισάξει στο σχολείο ένα πρόγραμμα Αγωγής Υγείας που θα διέπει διάφορα μαθήματα και το οποίο θα περιλαμβάνει τις εξής ενότητες: το σώμα μου, το εγώ μου, δικαιοδικές συνήθειες, χρήση και κατάχρηση ουσιών, γενικός τρόπος ζωής, περιβάλλον, ασφάλεια, σεξουαλική - οικογενειακή αγωγή. Ηδη διατμηματική επιτροπή του Υπουργείου Παιδείας ετοίμασε εισηγήσεις για τους στόχους και το περιεχόμενο των διαφόρων ενότητων.

Πριν όμως έλθω στην κριτική των εισηγήσεων της Επιτροπής για την ενότητα της σεξουαλικής αγωγής θεωρώ αναγκαίο μια συνοπτική έκθεση των απόψεών μου για τη σχολική σεξουαλική αγωγή υπό μορφή τριών θέσεων.

Η βιολογική και η ηθική πλευρά της σεξουαλικής αγωγής

1. Η βιολογική πλευρά της σεξουαλικής αγωγής, που αφορά τη γνωσιολογία της ανθρώπι-

νης αναπαραγωγής, καλύπτεται ήδη σε ικανοποιητικό βαθμό στο σχολείο με το μάθημα της Βιολογίας. Αναμφιβόλως αυτός ο τομέας των γνώσεων, ως καθαρά επιστημονικός, εμπίπτει στην εκπαιδευτική δικαιοδοσία του κράτους υπό την προϋπόθεση ότι τα κείμενα και οι εικόνες είναι ευπρεπείς και ανάλογες της ηλικίας των παιδιών.

2. Η ηθική πλευρά της σεξουαλικής αγωγής είναι η κυρίως αγωγή της σεξουαλικότητας, αφού δίνει απαντήσεις και κατευθύνσεις στα συγκεκριμένα

σεξουαλικά θέματα (αιτανισμός, πραγματικές σχέσεις, έκτρωση, ομοφυλοφιλία κλπ.) Κατά γενική ομολογία ο ιδεώδης χώρος διαπαιδαγωγίσεως και διαμορφώσεως της σεξουαλικότητας του παιδιού είναι η οικογένεια. Η οικογένεια, σε αντίθεση με το σχολείο, έχει τη δυνατότητα να δώσει εξατομικευμένη σεξουαλική αγωγή που να λαμβάνει υπ' όψη το φύλο, την ψυχοσύνθεση και την πνευματικοσωματική ανάπτυξη του παιδιού. Η επιτυχία αυτού του έργου δεν εξαρτάται τόσο από τη μόρφωση των γονέων όσο από το ποιόν της σεξουαλικής ηθικής τους και το παράδειγμά τους.

3. Αν η Πολιτεία αποφασίσει

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛ. 6

Φ. Μιχαηλίδης 15/9/92



2024...

Θεατρικό: «Ένας αγγράμματος στο δικαστήριο»

Θεατρικό: «Ένας αγγράμματος στο δικαστήριο»

Πρόεδρος : (χτυπά το κουδούνι) : Άρχεται η συνεδρίασις — Κολοκάσης Γεώργιος.

Μάρτυς : Πα...πα...ρών!

Πρόεδρος : Πώς ονομάζεσαι;

Μάρτυς : Ποιος; Εγώ;

Πρόεδρος : Ναι. Εσύ.

Μάρτυς: Γίωρκος.

Πρόεδρος : Πώς λέγεσαι σου είπα! . Το επώνυμό σου!

Μάρτυς : Ποιος; Εγώ;

Πρόεδρος : Ναι βρε αδερφέ. Εσύ... Βλέπεις να μιλώ σε κανένα άλλο

Μάρτυς : Κολοκάσης.

Πρόεδρος : Από πού είσαι;

Μάρτυς : Ποιος; Εγώ;

Πρόεδρος (θυμωμένος) Άκου δω! Να τ' αφήσεις τα «ποιος εγώ» γιατί θα σε κλείσω μέσα. Θα απαντάς σ' ό, τι σε ρωτώ. Λέγε τώρα από που είσαι.

Μάρτυς : Ποιος; Συγγνώμη, ε, που το χωρκό μου.

Πρόεδρος :Δεν έχει όνομα το χωριό σου;

Μάρτυς :Καλώ, έσκει.

Πρόεδρος : Πώς το λέν ;

Μάρτυς : Ποιος εγώ; Χουλού που το λαλούσι.

Πρόεδρος : **Μάλιστα. Μας έσκασες.** Λιγο νερό παρακαλώ. Και για να συνεχίσουμε. Είσαι παντρεμένος;

Μάρτυς : Καλώ.

Πρόεδρος : Με ποια;

Μάρτυς : Με ...μια γεναίκα

Πρόεδρος : Α, δε θα τα πάμε καλά σήμερα. Φυσικά και με γυναίκα θάσαι. Ξέρεις κανένα που να 'ναι παντρεμένος με άντρα;

Μάρτυς : Καλώ, ξέρω.

Πρόεδρος : Ποιος άνθρωπέ μου;

Μάρτυς : Η αρφή μου.

ΠΟΥ και ΠΟΤΕ Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση;

- Στην τάξη
- Το διάλειμμα
- Στην εκδρομή
- Στο γραφείο του/της διευθυντή/διευθύντριας
- Κατά την εκλογή του συμβουλίου της τάξης και του σχολείου
- Στις ανακοινώσεις
- Στην επιλογή μαθητών/μαθητριών για μια εργασία
- Τήρηση διαδικασιών σεξουαλικής κακοποίησης
- Έξω στην αυλή στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής
- Στις εκδηλώσεις
- Στα θεατρικά που επιλέγονται...

ΠΟΥ, ΠΟΤΕ, ΠΩΣ	Πώς αντιδρούμε ως εκπαιδευτικοί;
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Στην τάξη 	<p>«Κύριε είδαμε την ταινία με τον Μέγα Αλέξανδρο και φαίνεται ότι είναι gay, εν αλήθεια. Είναι προπαγάνδα εναντίον των Ελλήνων» - Στην αυλή φώναζαν ένα παιδί Αλέξανδρο</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Το διάλειμμα / παιδονομία 	<p>Εκπαιδευτικοί παρόντες/παρούσες σε «θερμά σημεία» μέσα και γύρω από τις εγκαταστάσεις του σχολείου όπου λαμβάνει χώρα συχνά ο εκφοβισμός.</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Στο γραφείο του/της διευθυντή/διευθύντριας 	<p>Επικοινωνία με γονείς/κηδεμόνες Άδεια Εισόδου στο σχολείο</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Κατά την εκλογή του συμβουλίου της τάξης και του σχολείου 	<p>Οι αποφάσεις του σχολείου όσον αφορά τον τρόπο εκλογής του συμβουλίου του σχολείου. Πρακτική “Head Boy” – “Head Girl”</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Θεατρική παράσταση 	<p>Επιλογή θεατρικού π.χ. Ένας αγγράμματος στο δικαστήριο</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Στην επιλογή μαθητών/τριών για μια εργασία 	<p>«Χρειάζομαι ένα δυνατό αγόρι για να με βοηθήσει» ή «Η Ιωάννα, που είναι αγοροκόριτσο.....»</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ανακοινώσεις: Δημοσίευση πληροφοριών σχετικά με πολιτικές που σχετίζονται με τη συμπεριφορά των μαθητών/τριών 	<p>Ανακοινώσεις με το όνομα και τα στοιχεία επικοινωνίας του/της συντονιστή/συντονίστριας κατά του εκφοβισμού στο σχολείο, στο γραφείο, στην ιστοσελίδα του σχολείου και στο εγχειρίδιο μαθητών/τριών.</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Έξω στην αυλή στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής 	<p>Αντίδραση στη φράση όταν μαθήτρια είπε σε μαθητή «δεν τολμάς να το κάνεις γιατί είσαι τέλεια κορούα»</p>

Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση

Η **ΟΛΙΣΤΙΚΗ σεξουαλική διαπαιδαγώγηση** δεν αφορά μόνο γνώσεις, αλλά στάσεις και συμπεριφορές και αξίες που δεν διδάσκονται μόνο σε «**μαθήματα**» ή σε «βιωματικά εργαστήρια» σεξουαλικής αγωγής αποσπασματικά, αλλά «**διδάσκονται**» και διαθεματικά καθώς και μέσα από τα **βιώματα των ίδιων των μαθητών/μαθητριών στο περιβάλλον του σχολείου, της οικογένειας και της κοινωνίας γενικότερα.**

Σχολικό περιβάλλον: Εάν αυτό το οποίο «διδάσκεται» **δεν βιώνεται στο σχολικό περιβάλλον τότε αποδυναμώνεται και αναιρείται.** Το σχολικό περιβάλλον επηρεάζεται καθοριστικά από την **τήρηση πολιτικών που επιδιώκουν να καθορίσουν ένα υγιές πλαίσιο** στο οποίο βιώνουν τα παιδιά την καθημερινή τους ζωή στο σχολείο (ασφάλεια και υγεία).



Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση

Πολιτικές στο σχολικό περιβάλλον

παιδιά

γονείς

- Θέματα ασφάλειας και υγείας (οδηγίες σε κάθε σχολική μονάδα)
- Άδεια εισόδου στον σχολικό χώρο
- Σχέδιο δράσης Αγωγής Υγείας και Πρόληψης της Παραβατικότητας
- Διαδικασίες για χειρισμό περιστατικών βίας
- Πολιτική πρόληψης και αντιμετώπισης του εκφοβισμού
- Κώδικας κατά του ρατσισμού
- Παιδονομία
- Χρήση μη σεξιστικής γλώσσας στη γραπτή επικοινωνία (https://archeia.moec.gov.cy/mc/810/e24_mi_sexistiki_glossa.pdf)
- Πολιτική διαχείρισης περιστατικών σεξουαλικής κακοποίησης
- Διαθεματικότητα

Διεύθυνση-
εκπαιδευτικοί
προσωπικό
σχολείου

ΟΛΙΣΤΙΚΑ



Πολιτική ΥΠΑΝ για τη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση (2016)



- Αναλυτικό Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας
<https://agogyd.schools.ac.cy/index.php/el/>.

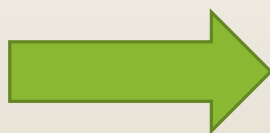
- «Κώδικας Συμπεριφοράς κατά του Ρατσισμού & Οδηγός Διαχείρισης και Καταγραφής Ρατσιστικών Περιστατικών»,
(https://www.pi.ac.cy/pi/files/epimorfosi/antiratsistiki/kodikas_oct16.pdf)

- Πολιτική διαχείρισης περιστατικών σεξουαλικής κακοποίησης

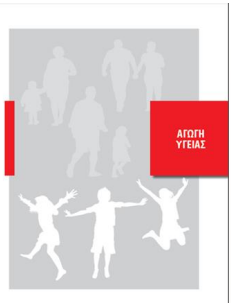
<https://enimerosi.moec.gov.cy/archeia/1/ypp5075b>

Σκοπός του Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας

- Να μπορούν οι μαθητές/μαθήτριες και **όλοι/ες** (εκπαιδευτικοί, παιδιά, γονείς, κοινότητα) να αναπτύξουν συνεργασίες και να δρουν ως «παράγοντες» υγείας (ενεργοί πολίτες) δημιουργώντας **υποστηρικτικά περιβάλλοντα υγείας στην τάξη, στο σχολείο, στην κοινότητα.**



προαγωγή της ψυχικής, σωματικής και κοινωνικής ευεξίας των μαθητών/τριών



Τι επιδιώκεται μέσα από το Α.Π. Αγωγής Υγείας; Από το Εγώ στο Εμείς

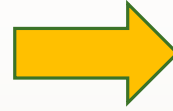
13

Εγώ

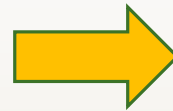
Τι μπορώ να κάνω για τον εαυτό μου;

Πώς πρέπει να συμπεριφέρομαι;

Τι πρέπει να αλλάξω στη συμπεριφορά μου, έτσι ώστε να γίνω πιο υγιής;



Εμείς



Τι μπορούμε να κάνουμε για το σχολείο, τη γειτονιά και την κοινότητα;



Πώς πρέπει να δράσουμε, έτσι ώστε οι φίλοι/ες, η οικογένεια και οι συμπολίτες/ισσές μας να συμπεριφέρονται με πιο υγιή τρόπο;



Τι πρέπει να αλλάξουμε στο περιβάλλον μας, έτσι ώστε τα άτομα να κάνουν πιο υγιείς επιλογές;

καθοριστικοί
παράγοντες

προώθηση
αλλαγών

Ικανότητα
για δράση


Συνθήκες Διαβίωσης

Κουλτούρα
φτώχεια
εκπαίδευση
Ευκαιρίες διασκέδασης
κοινωνική τάξη
τόπος διαμονής
.....



Άτομο
Τρόπος Ζωής του
ατόμου





...education school programmes which focus only on personal lifestyle interventions fail to acknowledge and address the underlying structural and social determinants and can cause victim blaming feelings in students (Jensen, 2000; Ioannou, 2005; Scriven et al.,2010; Hubble and Copeman, 2008). Victim blaming arises when a widespread public

Health Education matter is regarded as a personal problem and consequently, the responsibility is placed on the individual (Kinloch, 1981). It is assumed that people's failure to control their daily behaviour is due to a lack of personal motivation and knowledge to make the "right" choices to protect themselves from potential harm, associated with certain aspects of everyday behaviour (Nutbeam, 2000). **Focusing on lifestyle changes of individuals as the only effective way of promoting health is a form of "victim blaming"** (Tones, 2005,p. 28), contrary **to focusing on social and environmental changes as a way of promoting health that can reduce the risk of victim blaming.**

Ioannou, Kouta & Andreou (2015) Cyprus Health Education Curriculum from "victim blaming to empowerment"

ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

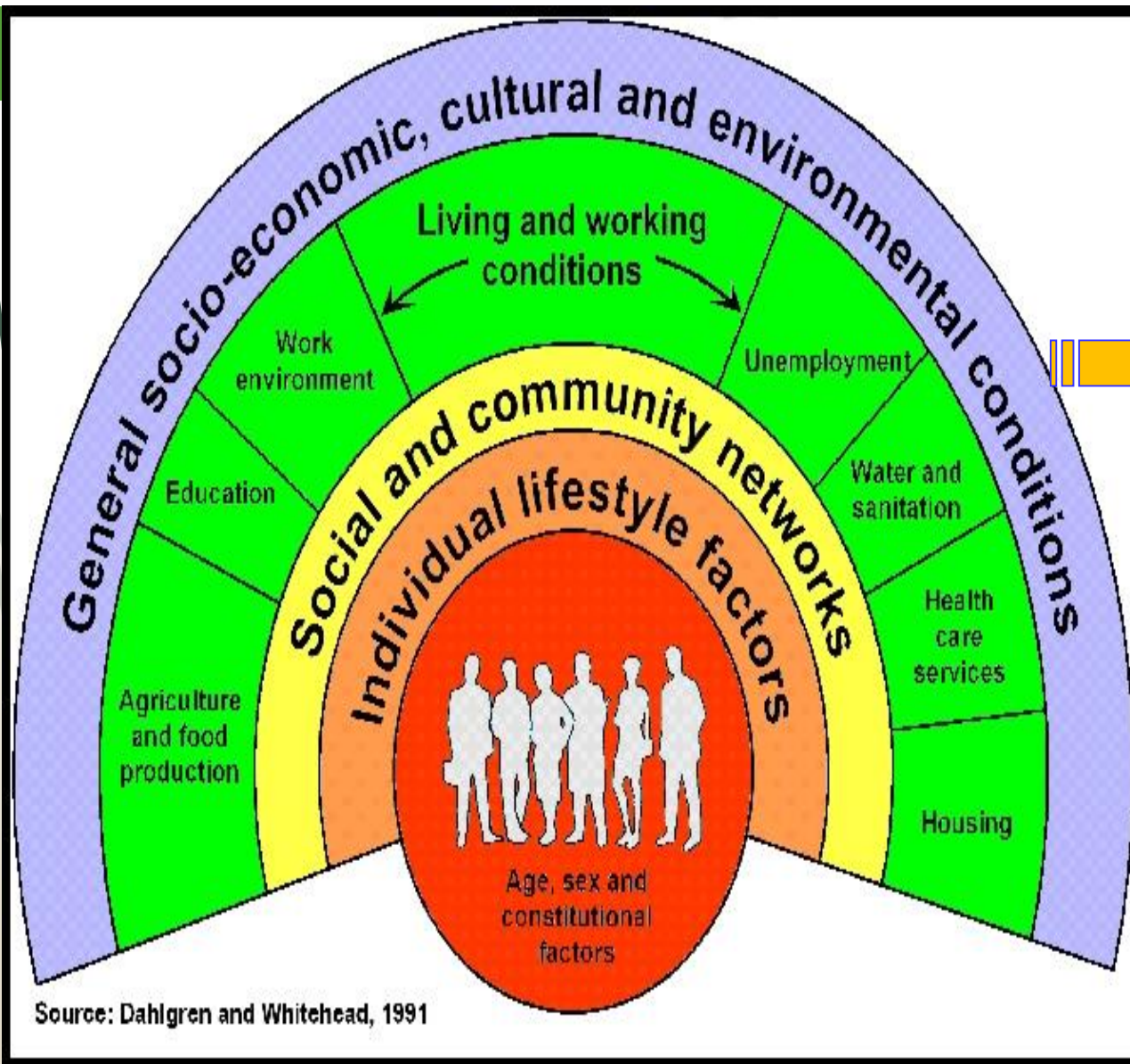
Από την Αγωγή Υγείας στην Προαγωγή της Υγείας



Πώς πετυχαίνεται καλύτερα η Αγωγή Υγείας;

- Η **Υγεία** είναι πολυσύνθετο θέμα και δεν μπορεί να αντιμετωπιστεί με μονομερείς προσεγγίσεις. Το ίδιο και η **Αγωγή Υγείας**. Μόνο με σφαιρική προσέγγιση μπορεί να αντιμετωπιστεί το θέμα της Αγωγής Υγείας.
- **Πολλοί παράγοντες** επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου ερευνητικά.
- Συλλογικές δράσεις στα περιβάλλοντα των παιδιών διερευνώντας τους παράγοντες που επιδρούν στην υγεία. Οι ενέργειες και οι παρεμβάσεις που πραγματοποιούνται με στόχο την υποστήριξη και τη βελτίωση της ανθρώπινης υγείας είναι η **Προαγωγή της Υγείας**.

Παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία

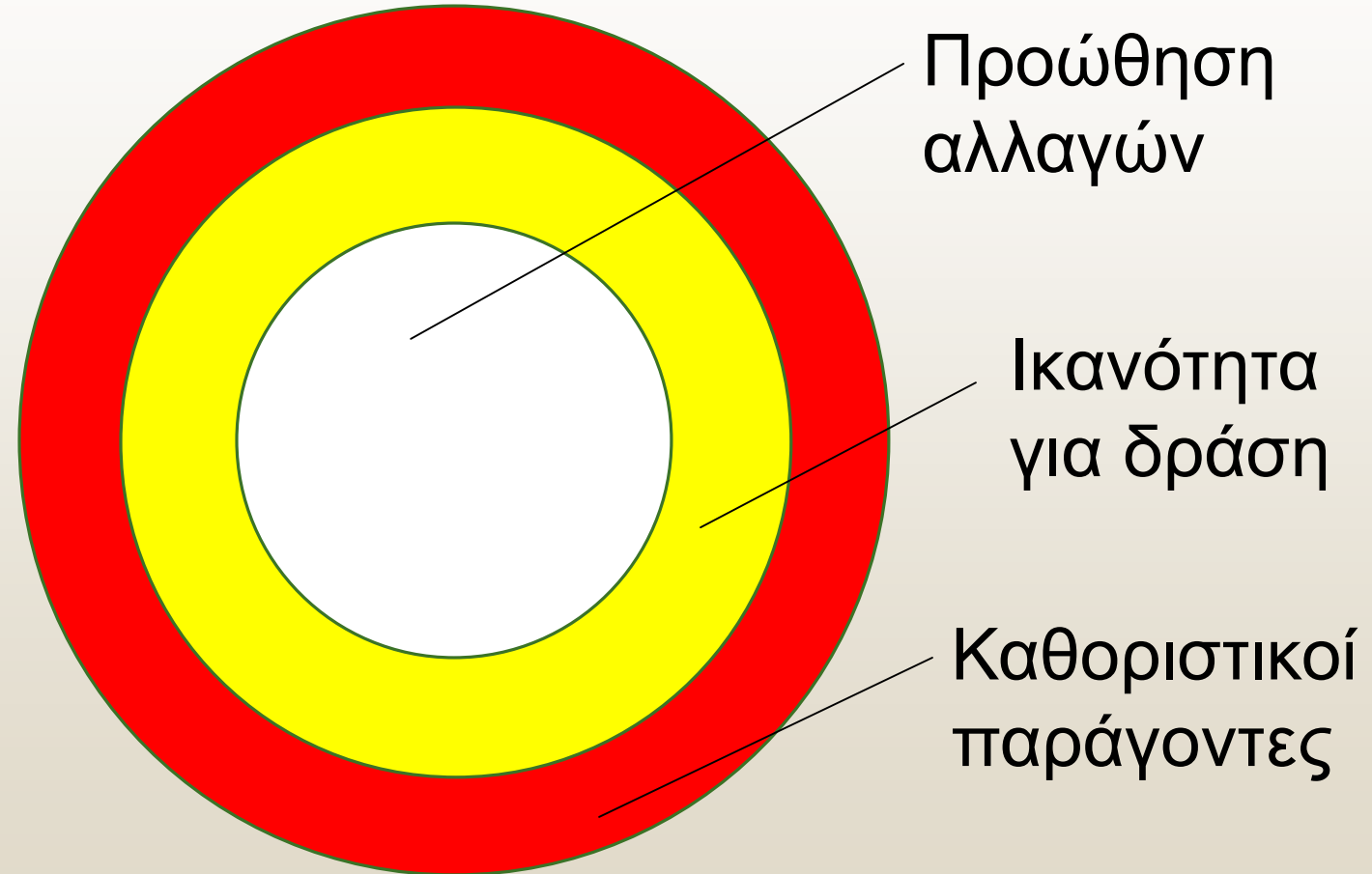


Source: Dahlgren and Whitehead, 1991

- Κληρονομικότητα
- Φύλο
- Οικογένεια
- Θρησκεία
- Κουλτούρα
- Φίλοι/ες
- Έσοδα
- Διαφήμιση
- Κοινωνική ζωή
- Κοινωνική τάξη
- Ρατσισμός
- Μόλυνση του περιβάλλοντος
- Ηλικία
- Εργασία
- Συνθήκες εργασίας
- Υπηρεσίες υγείας
- Αυτοπεποίθηση
- Πρόσβαση στα γυμναστήρια και καταστήματα
- Τόπος διαμονής
- Μόρφωση
- Εκπαίδευση
- Εθνικοί κανονισμοί όσον αφορά τα φαγητά
- Νομοθεσίες

A graphical representation of social determinants of health (originally from The main determinants of health - Dahlgren and Whitehead, 1991)

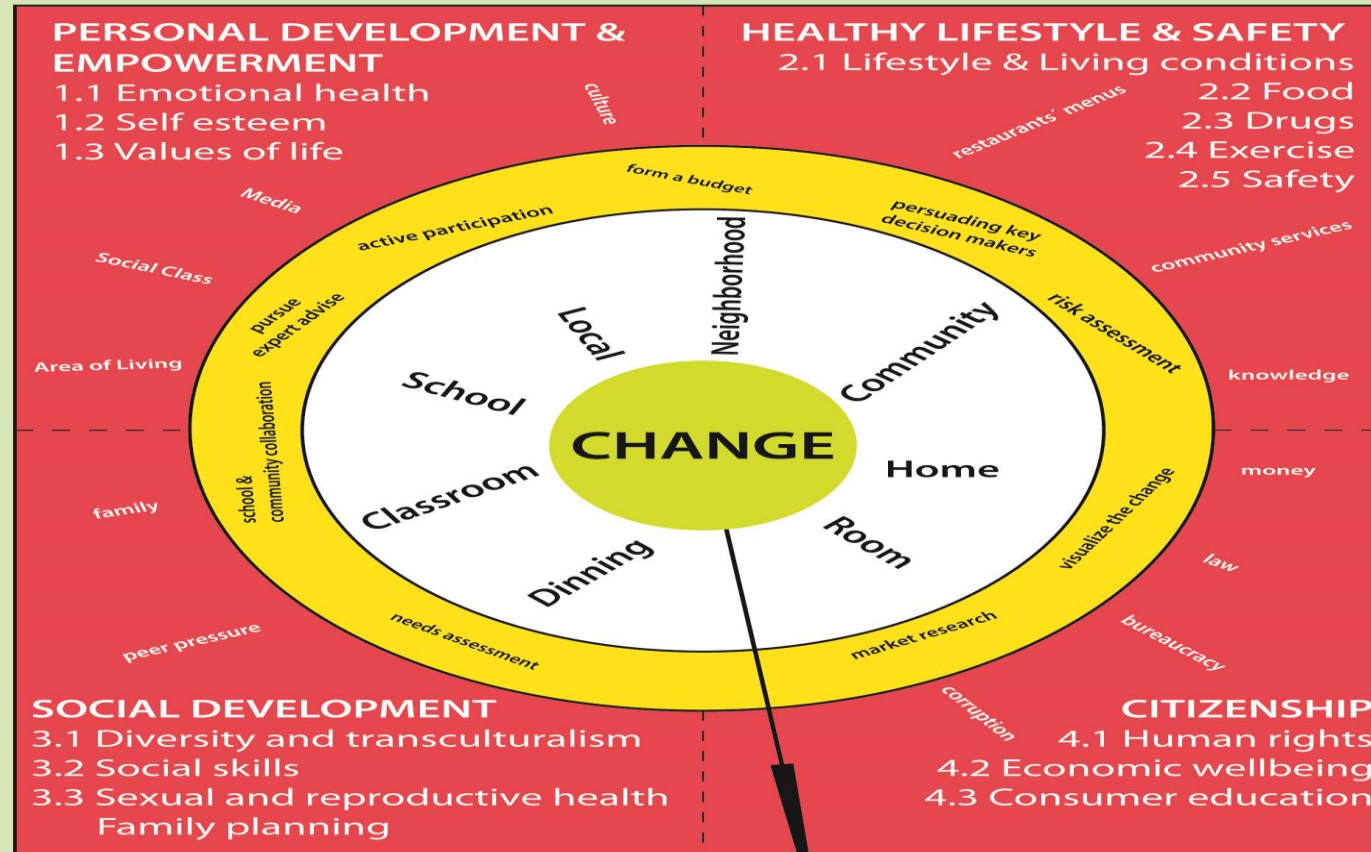
Μοντέλο ΑΠ Αγωγής Υγείας



ΑΓΩΓΗ
ΥΓΕΙΑΣ




The Model for Developing the Cyprus Health Education Curriculum



The ultimate goal of the curriculum is to encourage students, teachers and overall the community to act as health agents, addressing the structural determinants of health and promoting environmental changes. The role of the individual for its health is not overlooked, but it is placed in the wider social context.

LEVELS
RED: Investigating Determinants of Health
YELLOW: Developing Action Competency Skills
WHITE: Promoting Changes



Το ίδιο συμβαίνει για πολλά θέματα υγείας
...όπως και η σεξουαλική υγεία.
Οι παράγοντες που επιδρούν σε αυτή είναι
πολλοί (ερευνητικά).

https://acforyouth.net/sexual_health/behaviors/factors.cfm

https://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/documents/opre/factors-influencing-youth-sexual-activity-dec-2020_0.pdf

Figure 2. Conceptual model for sexual risk avoidance

Αποφυγή σεξουαλικού ρίσκου



Sexual risk avoidance is defined as not engaging in consensual sexual activity. The figure displays factors identified through a literature review and secondary analysis of Add Health data as influential on sexually inactive youth on at least one of the potential outcomes. Only those factors identified as having sufficient evidence are included. Factors fall into three interrelated categories: environmental, interpersonal, and individual. They are grouped in order from distal to proximal in relation to the outcomes. Factors are marked as a protective factor or a risk factor based on whether the evidence showed that the factor was a positive (protective) influence (+) or a negative (risky) influence (-) on potential outcomes related to sexual risk avoidance. In one case (racial or ethnic minority), evidence was mixed on the directionality of the influence. Given this, we labeled this factor with both a (+) and a (-). Factors may interact with each other to influence outcomes. Factors that are considered potentially modifiable by program intervention are marked with an "M".

Προστατευτικοί παράγοντες για τη σεξουαλική υγεία των εφήβων

Σχολικοί Παράγοντες

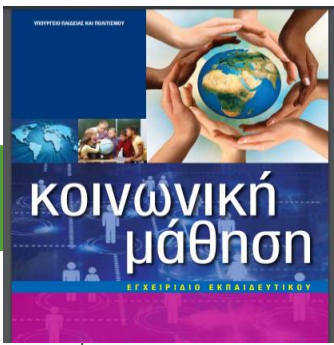
➔ Προστατευτικοί παράγοντες

- ❖ Η **σχολική διασύνδεση** - η συμμετοχή των εφήβων σε σχολικές δραστηριότητες, **να τους αρέσει το σχολείο** και να το βρίσκουν **σημαντικό**, η **σύνδεση** με τους/τις **δασκάλους/ες** και τους/τις **συνομήλικους/ες**, το **αίσθημα ασφάλειας** και **δίκαιης μεταχείρισης** τους/τις προστατεύει από την ανάληψη σεξουαλικού κινδύνου.
- ❖ Τα **ακαδημαϊκά επιτεύγματα** και οι **φιλοδοξίες** οδηγούν τις/τους νέες/ους στη λήψη υγιών αποφάσεων σχετικά με το σεξ.



https://actforyouth.net/sexual_health/behaviors/factors.cfm

[Substance Use and Sexual Risk Taking in Adolescence \(actforyouth.net\)](https://actforyouth.net)



Γιατί διδάσκουμε «Αγωγή Υγείας»;



- Αποτελεί **ΔΙΚΑΙΩΜΑ** για το παιδί η εκπαίδευση για θέματα που αφορούν την **ΥΓΕΙΑ** του. Η προστασία του παιδιού, η προαγωγή της υγείας του και η συναισθηματική του ανάπτυξη περιλαμβάνονται σε όλες τις παιδαγωγικές στρατηγικές και προγράμματα παγκόσμια.
- **Συμβάλλει** στην κριτική αντιμετώπιση αριθμού κοινωνικών θεμάτων και θεμάτων υγείας (κάπνισμα, αλκοόλ, ναρκωτικά, οδικές συγκρούσεις, παιδικά ατυχήματα, εκφοβισμός, ρατσισμό, σεξουαλική κακοποίηση). Στο μάθημα της Αγωγής Υγείας οι μαθητές και μαθήτριες, έχουν την ευκαιρία να **διερευνούν τους παράγοντες** που επηρεάζουν την υγεία των ανθρώπων, να **εισηγούνται λύσεις** και να **αναπτύσσουν δράσεις** με στόχο την πρόωση υγιών και ασφαλών επιλογών.
- Βελτιώνει το **κλίμα του σχολείου** και **μειώνει τις πιθανότητες να αναπτύξουν** επικίνδυνες συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία **και είναι πιθανότερο να έχουν καλύτερα εκπαιδευτικά αποτελέσματα**. Η ανάπτυξη **θετικού σχολικού κλίματος** είναι ένας σημαντικός παράγοντας της διαδικασίας **αντιμετώπισης της παραβατικότητας** στον σχολικό χώρο.

Αγωγή Υγείας

1. Αναλυτικό Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας (Περιεχόμενα, Μεθοδολογία, Προσεγγίσεις)



2. Δείκτες Επιτυχίας και Δείκτες Επάρκειας ανά τάξη

3. Εγχειρίδια για εκπαιδευτικούς

4. Σεμινάρια - Συνέδρια Αγωγής Υγείας
Επιμορφώσεις
Ιστοσελίδα Αγωγής Υγείας

Σεξουαλική Αγωγή – Υφιστάμενα Αναλυτικά

Τι περιλαμβάνεται ετήσια;

Δείκτες Μέσης/Τεχνικής

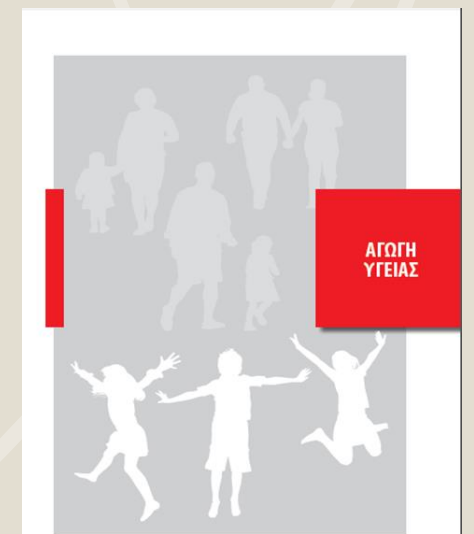
Προδημοτική ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

[ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1 Προδημοτική.docx](#)

Δημοτική ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

[ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2 Δημοτική.docx](#)

- ➔ **Προδημοτική:** διδάσκεται μέσα από τομείς ανάπτυξης (συναισθηματική και κοινωνική ενδυνάμωση)
- ➔ **Δημοτική:** διδάσκεται μέσα από το μάθημα Αγωγής Υγείας.



ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Πτυχές της Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης περιλαμβάνονται:

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

ΤΟΜΕΙΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

ΑΞΟΝΕΣ

Προσωπική και Κοινωνική Συνειδητοποίηση

Προσωπική Ανάπτυξη: ταυτότητες/αυτοαντίληψη /ανεξαρτησία και αυτοπεποίθηση, αυτοεξυπηρέτηση, στάση μάθησης

Κοινωνική Ανάπτυξη: κοινωνική γνώση-κοινωνικές δεξιότητες, κοινωνική ταυτότητα

Μαθησιακή Ανάπτυξη: ανάγκες άλλων/σεβασμός στη διαφορετικότητα, σεβασμός προς τους κανόνες, όρια και συμπεριφοράς

ΟΛΙΣΤΙΚΗ
ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΚΑΙ
ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗ
ΘΕΜΑΤΩΝ

Συναισθηματική Ενδυνάμωση

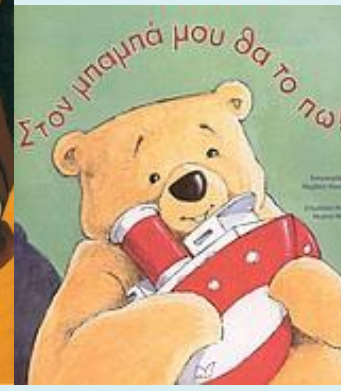
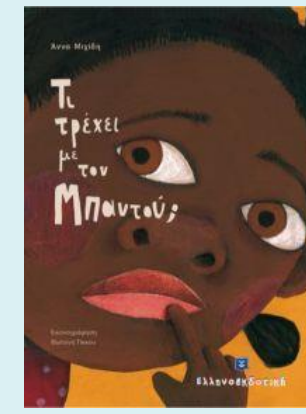
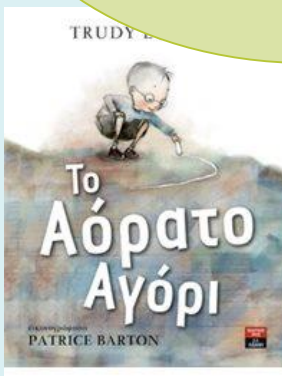
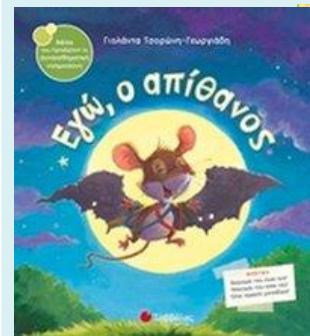
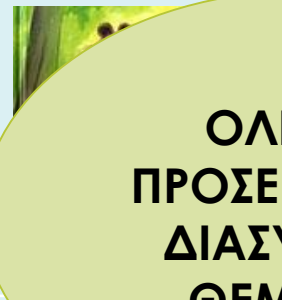
Αντίληψη και αναγνώριση συναισθημάτων

Εκφραση συναισθημάτων

Κατανόηση συναισθημάτων

Ενσυναίσθηση

Έλεγχος συναισθημάτων



Λέμε ΟΧΙ!

Οδηγός για Εκπαιδευτικούς
Προδημοτικής Εκπαίδευσης - Α΄ τάξης Δημοτικού

Διδασκαλία του «Κανόνα των εσωρούχων»:

- **Το σώμα σου σου ανήκει** (ορθή χρήση των όρων που αφορούν τα ιδιωτικά μέρη, γνώση ότι ιδιωτικά μέρη είναι αυτά που καλύπτονται με το εσώρουχο)
 - **Τα καλά και τα κακά αγγίγματα**
 - **Τα καλά και κακά μυστικά** (ενδυνάμωση των παιδιών και ενθάρρυνσής τους για αποκάλυψη των κακών μυστικών σε άτομα που εμπιστεύονται)
 - **Η πρόληψη και η προστασία των παιδιών είναι ευθύνη των ενηλίκων** (να αντιληφθούν ότι πρέπει να μοιράζονται πράγματα που τα στεναχωρούν με τον γονέα/ γονείς τους ή και άλλα άτομα που μπορούν να εμπιστευθούν)
 - **Καταγγελία και αποκάλυψη στοιχείων** (ενθάρρυνση των παιδιών να αποκαλύπτουν τα δυσάρεστα που τους συμβαίνουν σε σωστά άτομα που εμπιστεύονται και μπορούν να τους βοηθήσουν)
 - **Γνωστοί/ές και άγνωστοι/ες δράστες/τριες** (ευαισθητοποίηση των παιδιών ώστε να κατανοούν ότι ακόμη και κάποιος/α που γνωρίζουν μπορεί να τους βλάψει και να γνωρίσουν κανόνες προστασίας από άγνωστα άτομα)
 - **Βοήθεια-Δίκτυο ασφάλειας με άτομα που εμπιστευόμαστε** (μέλος της οικογένειάς τους, αλλά και ειδικοί, όπως εκπαιδευτικοί του σχολείου τους, γιατροί, ψυχολόγος του σχολείου, αστυνομία, καθώς και τηλεφωνικές γραμμές βοήθειας).
- ΕΠΙΠΛΕΟΝ: ΧΡΥΣΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΗΣ ΘΘΟΝΗΣ:** Έχω δικαίωμα να πω ΟΧΙ όταν δεν θέλω να φωτογραφηθώ!

Η Κίκο και το φωτοσκοπούλι

Καταγγελία

Νταγκάρ Γκαλάκερ
Δεν πώνη
πουθενά
με ξένους!

Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ
ΑΓΩΓΗ: ΔΙΚΑΙΩΜΑ
ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗΝ
ΥΓΕΙΑ

Η Κίκο και το χέρι

Το κουτί με τα μυστικά



ΤΙ;

Α – Στ Δημοτικού

(Αναλυτικό Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας)

**3.1 Οικογενειακός
προγραμματισμός,
σεξουαλική και
αναπαραγωγική υγεία**

3.1 Οικογενειακός προγραμματισμός, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία

Β ΤΑΞΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ	Γ ΤΑΞΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
<p>-Να αναφέρουν τα αναπαραγωγικά μέρη του σώματος και να διακρίνουν ποια μέρη του σώματος είναι ιδιωτικά.</p>	<p>-Να αποδομούν στερεοτυπικές αντιλήψεις σε σχέση με το φύλο. -Να διεκδικούν σεβασμό του δικαιώματός τους στη ζωή και στην προστασία από κάθε είδους κακοποίηση.</p>
<p>-Να ορίζουν την έννοια της οικογένειας μέσα από τις διάφορες μορφές της.</p>	<p>-Να αναλύουν χαρακτηριστικά της υγιούς οικογένειας.</p>

3.1 Οικογενειακός προγραμματισμός, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία

ΣΤ' ΤΑΞΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

- Να αναλύουν παράγοντες που επηρεάζουν την **οικογενειακή ζωή**.
- Να ορίζουν τη **σεξουαλική ωρίμανση και τους τρόπους έκφρασης της σεξουαλικότητας**.
- Να αναφέρουν **μορφές ψυχολογικής, σωματικής, σεξουαλικής, οικονομικής βίας** εντός της οικογένειας αλλά και ευρύτερα.
- Να ορίζουν **την έμμηνο ρύση** και να διακρίνουν μύθους και πραγματικότητες που σχετίζονται με αυτή.

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Περιεχόμενο

ΤΙ;

1. Ανάπτυξη και ενδυνάμωση εαυτού

- 1.1 Ανάπτυξη και εξέλιξη εαυτού
- 1.2 Συναισθηματική εκπαίδευση και αυτοεκτίμηση
- 1.3 Αξίες ζωής

2. Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιεινού τρόπου ζωής

- 2.1 Υγιεινός τρόπος ζωής και συνθήκες ζωής

3. Δημιουργία και ενδυνάμωση κοινωνικού εαυτού

- 3.1 Οικογενειακός προγραμματισμός, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία
- 3.2 Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και σχέσεων
- 3.2 Αποδοχή, διαχείριση διαφορετικότητας και διαπολιτισμικότητας

... και υγεία
...ηριότητα και υγεία
...ηση ουσιών

ολιστική έννοια της υγείας (συναισθηματική, κοινωνική, σωματική, ηθική)

...πολίτη
...στή
...αγγελματική αγωγή
...και υποχρεώσεις

ΑΓΟΓΗ
ΥΓΕΙΑΣ

ΤΙ;

- Πίεση Φίλων
- Αξίες Ζωής
- Ασφάλεια στο διαδίκτυο
- Επικίνδυνες συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία
- Οικονομική/ Επαγγελματική Αγωγή
- Αποδοχή της διαφορετικότητας
- Δικαιώματα του παιδιού
- Συνθήκες διαβίωσης
- Ανισότητα και Υγεία
- Δεξιότητες Επικοινωνίας
- Εκφοβισμός
- Υπεύθυνες και ανεύθυνες συμπεριφορές
- Ριψοκίνδυνες συμπεριφορές
- Κάπνισμα

ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗ ΕΝΟΤΗΤΩΝ

**3.1 Οικογενειακός
προγραμματισμός,
σεξουαλική και
αναπαραγωγική υγεία**



Περιεχόμενο

- ▶ Τα θέματα που σχετίζονται λοιπόν με τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση **περιλαμβάνονται στο Αναλυτικό Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας από την Α΄- Στ΄ τάξη**. Το περιεχόμενο του Αναλυτικού Προγράμματος Αγωγής Υγείας, όπως έχει αναπτυχθεί, διασφαλίζει την **ολιστική έννοια της υγείας** (συναισθηματική, κοινωνική, σωματική, ηθική) αφού προωθεί **διασυνδέσεις** μεταξύ των θεμάτων (π.χ. συναισθηματική εκπαίδευση και διατροφικές επιλογές).
- ▶ Η έμφαση σε μία θεματική ενότητα του Αναλυτικού Προγράμματος Αγωγής Υγείας επιδρά ταυτόχρονα καταλυτικά και στις άλλες θεματικές ενότητες. Εξάλλου, οι **παράγοντες κινδύνου/προστασίας των διαφόρων κοινωνικών προβλημάτων/θεμάτων υγείας** (π.χ. κάπνισμα, αλκοόλ, ναρκωτικά, παχυσαρκία, σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, ατυχήματα, παραβατικότητα) με τα οποία καταπιάνεται η Αγωγή Υγείας είναι σε μεγάλο βαθμό οι ίδιοι (π.χ. τόπος διαμονής, νομικό πλαίσιο, κοινωνική τάξη, φύλο, εκπαίδευση, κρατικές υπηρεσίες κ.λπ.). **Η ταυτόχρονη στόχευση στους διάφορους τομείς της Αγωγής Υγείας είναι - ερευνητικά τεκμηριωμένα- πιο αποτελεσματική** παρά ο κατακερματισμός και η αποσπασματική ενασχόληση με κάθε έναν από τους τομείς της Αγωγής Υγείας ξεχωριστά (π.χ. οδική ασφάλεια, κάπνισμα, σεξουαλική αγωγή, διατροφή).

Ioannou, Kouta & Charalambous (2012) Moving from Health Education to Health Promotion: Developing the Health Education Curriculum In Cyprus, *Health Education Journal*, Special Edition.

WHO (1998) *Health Promotion Evaluation: Recommendations to Policy-makers*. Geneva.

Διασύνδεση - Δείκτες Επιτυχίας

Συναισθηματική Εκπαίδευση (Α' τάξη)

- Να συνδέουν τα συναισθήματα με τις αιτίες που τα προκαλούν.

Διαπολιτισμικότητα / Αποδοχή Διαχείριση Διαφορετικότητας (Β τάξη)

- Να αποδομούν στερεότυπα που συναντώνται σε παραμύθια.

Ανάπτυξη και εξέλιξη εαυτού (Γ τάξη)

- Να αναλύουν τα στάδια ανάπτυξης του ατόμου και τις αλλαγές που συμβαίνουν στην ανάπτυξη του ατόμου (σωματικές, κοινωνικές, συναισθηματικές, νοητικές).

Δικαιώματα και Υποχρεώσεις (Δ τάξη)

- Να αξιολογούν τον ρόλο του κράτους στη διασφάλιση των δικαιωμάτων του παιδιού

Ασφάλεια (Ε τάξη)

- Να αναγνωρίζουν τι είναι διαδικτυακός εκφοβισμός και να αναπτύξουν δεξιότητες πρόληψης και αντιμετώπισής του.

Οικονομική και επαγγελματική αγωγή (Στ)

- Να εντοπίζουν και να αποδομούν κοινωνικά στερεότυπα σε σχέση με τα επαγγέλματα.

ΔΕΙΚΤΕΣ – ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗ

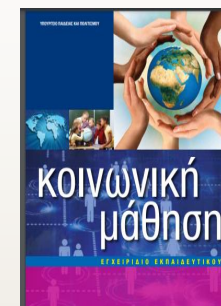
ΠΩΣ;

ΔΕΙΚΤΕΣ
ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ

ΔΕΙΚΤΕΣ
ΕΠΆΡΚΕΙΑΣ

Εγχειρίδια
Αναλυτικού
Προγράμματος
για
Εκπαιδευτικούς
για υλοποίηση
των Δεικτών

2012



2014



2016



2021-2022



2018



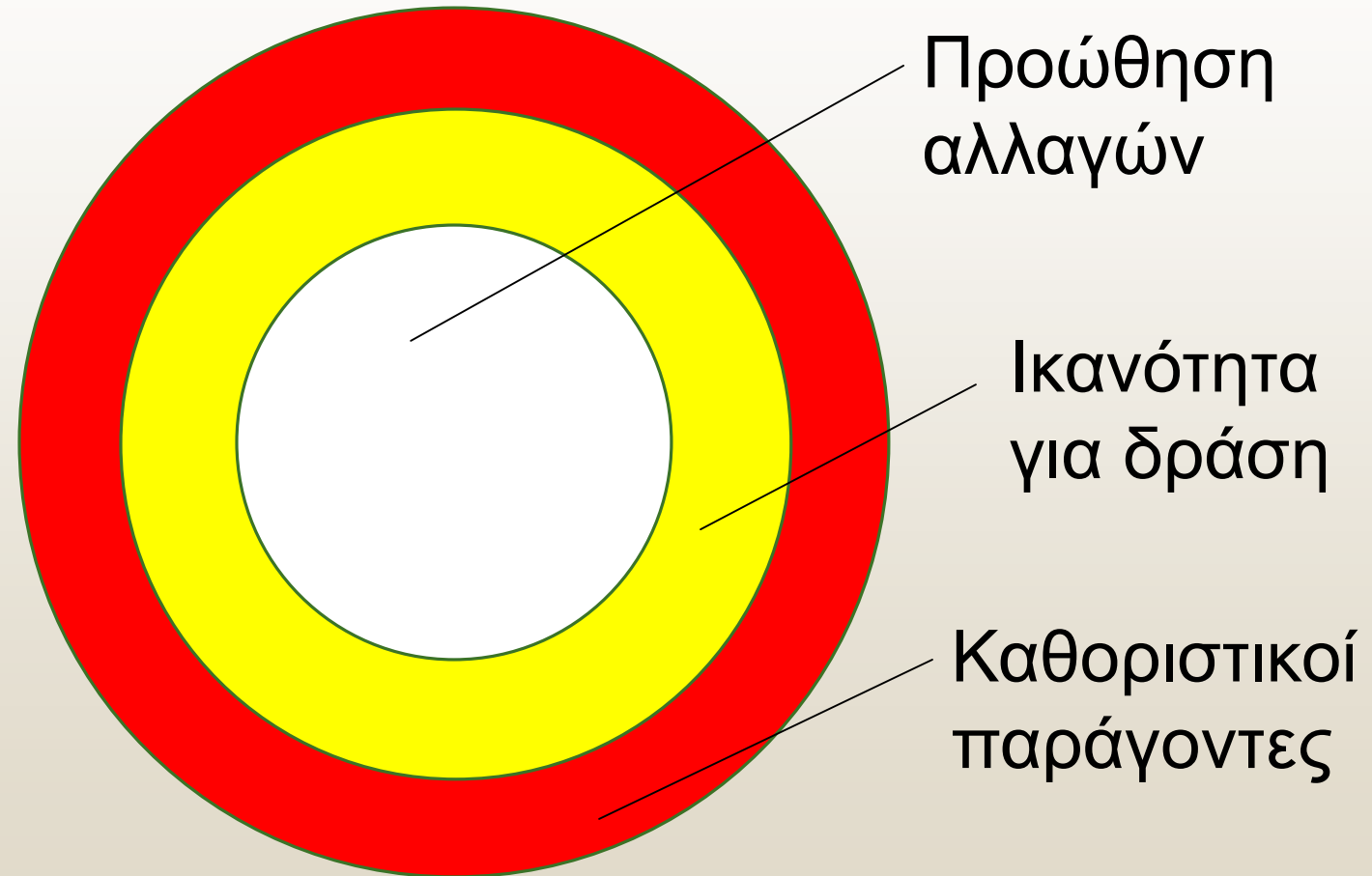
ΠΩΣ

Προαγωγή Υγείας

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Μοντέλο ΑΠ Αγωγής Υγείας



ΑΓΩΓΗ
ΥΓΕΙΑΣ



Δείκτες Επιτυχίας

καθοριστικοί
παράγοντες

Οι μαθητές/μαθήτριες:

- ❑ Να διακρίνουν παράγοντες που επηρεάζουν την **οικογενειακή ζωή** (π.χ. οικονομική κατάσταση, υγεία, τόπος διαμονής).
- ❑ Να διερευνούν τους παράγοντες κινδύνου και προστασίας των νέων σε σχέση με το **κάπνισμα και την κατανάλωση αλκοολούχων ποτών**.
- ❑ Να αναλύουν τους παράγοντες που συμβάλλουν στην εδραίωση μιας **υγιούς φιλικής** σχέσης.
- ❑ Να αναλύουν κοινωνικούς, οικονομικούς και πολιτισμικούς παράγοντες που σχετίζονται με **ριψοκίνδυνες συμπεριφορές**.

Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες

καθοριστικοί
παράγοντες

Παραδείγματα σεναρίων (στη θέση των ονομάτων προτείνεται να χρησιμοποιούνται ονόματα που δεν συναντώνται στην τάξη ή στο σχολικό περιβάλλον):

- Η Μαρία είναι 9 χρονών και έχει ένα αδερφό 10 χρονών. Για να βοηθήσουν την οικογένειά τους, φτιάχνουν τα σάντουιτς το πρωί. Όμως, η Μαρία νιώθει αδικημένη, γιατί ο αδερφός της περιμένει πάντα από αυτήν να τα φτιάξει και δεν λέει ούτε «ευχαριστώ».
- Η Ντίνα είναι 8 χρονών και ζει στην πόλη μας με τη μητέρα και τον πατέρα της. Δεν έχει αδέρφια και νιώθει μοναξιά.

Β τάξη
Οικογένεια



Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες

καθοριστικοί
παράγοντες

Έχουν αλλάξει τα πράγματα με την πάροδο του χρόνου;

Ο/Η εκπαιδευτικός συγκεντρώνει μια σειρά από δηλώσεις που απηχούν ευρέως διαδεδομένες, στερεότυπες, κοινωνικές αντιλήψεις:

Ε τάξη
Στερεότυπα

- Ικανές για τις δουλειές του σπιτιού είναι μόνο οι γυναίκες.
- Ο άντρας πρέπει να αποφασίζει για τα σημαντικά ζητήματα που αφορούν την οικογένεια (π.χ. αν χρειάζεται να πάρουν δάνειο, να πωληθεί το σπίτι κ.λπ.).
- Τα αγόρια στηρίζουν τους γονείς τους όταν γεράσουν.
- Στην κόρη θα αγοράσουμε σπίτι, ο γιος θα βρει απ' τη γυναίκα του.



Έχουν φύλο τα δικαιώματα;

Αναμένεται να παρουσιαστούν περισσότερες διαφορές παρά ομοιότητες στις απαντήσεις των μαθητών/τριών. Οι μαθητές/τριες θα πρέπει να βοηθηθούν προκειμένου να καταλάβουν ότι υπάρχουν τόσο αρνητικές όσο και θετικές πλευρές στο να είσαι κορίτσι ή αγόρι. Τα παιδιά καλούνται να παρατηρήσουν αν κάποια ομάδα πιθανόν να έχει περισσότερα προνόμια («μου αρέσει»), από την άλλη. Αντίστοιχα, καλούνται να παρατηρήσουν αν κάποια ομάδα πιθανόν να έχει περισσότερα «δεν μου αρέσει».

Τα παιδιά ρωτούνται αν μπορούν να κάνουν κάτι, για να αλλάξουν αυτά που δεν τους αρέσουν.

Ρωτούνται, επίσης, αν υπάρχουν διαφορές, τις οποίες δεν μπορούν να αλλάξουν (π.χ. βιολογικές διαφορές).

Μπορούμε να προβληματίσουμε τα παιδιά, περαιτέρω, σχετικά με τις κοινωνικά κατασκευασμένες διαφορές, ρωτώντας αν αυτές έχουν περιθώρια αλλαγής.

Ναυαγοί σε νησί (Έχουν φύλο τα δικαιώματα;)

ΥΛΙΚΑ: καρτέλες με δηλώσεις/εκφράσεις δικαιωμάτων του νέου συντάγματος σε χαρτόνια Α4, καρτέλα 'Κορίτσια', καρτέλα 'Αγόρια', προαιρετική η εικόνα ενός μικρού νησιού (βλ. παράρτημα)

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ: Ετοιμάζουμε καρτέλες σε χαρτόνια Α4 με τις πιο κάτω δηλώσεις/εκφράσεις δικαιωμάτων. Φροντίζουμε να τις έχουμε σκορπίσει ή και κρύψει σε διάφορα σημεία της τάξης.

Δηλώσεις/εκφράσεις δικαιωμάτων:

- Δικαιούσαι να παίζεις μουσική
- Δικαιούσαι να ασχολείσαι με τον αθλητισμό
- Δικαιούσαι να χορεύεις
- Δικαιούσαι να κλάψεις, αν έτσι νιώθεις
- Δικαιούσαι να σπουδάσεις αυτό που σου αρέσει, όταν μεγαλώσεις



Γ τάξη
Ισότητα των δυο φύλων στον αθλητισμό, στο παιχνίδι, στην εκπαίδευση...

Είναι σημαντικό οι ομάδες να είναι μικτές. Έτσι τα παιδιά ταυτίζονται με μεγαλύτερη ευκολία με συμπαίκτες τους που πιθανόν να ανήκουν στο αντίθετο φύλο και αποφεύγεται η πόλωση.

Δίνεται σημασία στην παρουσίαση των θέσεων των ομάδων και στη διαδικασία που ακολουθήθηκε από τις ομάδες κατά τη συζήτηση.

Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες

καθοριστικοί
παράγοντες

Τα παιδιά εκφράζουν τις απόψεις τους πάνω σε συγκεκριμένες δηλώσεις/ περιστατικά.

Ε τάξη
Εφηβεία

- Στην Έλενα αρέσει να χαζεύει αφίσες ηθοποιών όταν είναι μόνη στο δωμάτιο.
- Στην Μαρία αρέσει να κοιτάζεται στον καθρέφτη πριν βγει έξω.
- Ο Γιάννης απολαμβάνει τις εκδηλώσεις συμπάθειας που δέχεται από τα κορίτσια της τάξης του.
- Ο Δημήτρης θέλει να αποκτήσει ένα σώμα τόσο γυμνασμένο όσο αυτό που έχουν οι ήρωες των τηλεοπτικών σειρών που παρακολουθεί. Έτσι ασκείται πολλές ώρες κάθε μέρα.

Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες

Η/Ο εκπαιδευτικός τοποθετεί 4 μεγάλα χαρτόνια στα οποία αναγράφονται τα ακόλουθα ερωτήματα:

1. Γιατί κάποιιο νεαρό άτομο μπορεί να επιλέξει/αποφασίσει να καπνίσει για πρώτη φορά;
2. Γιατί κάποιιο νεαρό άτομο μπορεί να επιλέξει/ αποφασίσει να μην καπνίσει;
3. Γιατί κάποιιο άτομο μεγαλύτερης ηλικίας συνεχίζει να καπνίζει;

Ριψοκίνδυνες
συμπεριφορές



Ανάπτυξη Ικανότητας για δράση

Ικανότητα
για δράση

- **Δράση:** ικανότητα κάποιου/ας να δραστηριοποιείται να εισαγάγει και να επιφέρει αλλαγές που αφορούν την υγεία.



- Δεν εστιάζεται στις αλλαγές της συμπεριφοράς ή του τρόπου ζωής.
- Στοχεύει στη δράση που αναζητά και επιφέρει θετικές αλλαγές στο περιβάλλον στο οποίο ζουν, παίζουν, διασκεδάζουν και μαθαίνουν οι μαθητές/μαθήτριες.

Ανάπτυξη Ικανότητας για Δράση

Ικανότητα
για δράση

- Από κοινού με ενήλικες, αρμόδιες υπηρεσίες, σχετιζόμενες οργανωτικές δομές των σχολείων και της κοινότητας οι μαθητές/μαθήτριες βελτιώνουν τη συνειδητή αντίληψή τους για τις συνθήκες διαβίωσης και την ικανότητά τους να τις αλλάξουν.
- Διαμόρφωση προϋπολογισμού
- Ενεργός συμμετοχή
- Συμβουλή εμπειρογνώμονα
- Σχολική και κοινοτική συμμετοχή
- Αξιολόγηση αναγκών
- Έρευνα αγοράς
- Οραματισμός αλλαγής
- Αξιολόγηση κινδύνου
- Χρήση ατόμων-κλειδιά

Δείκτες Επιτυχίας

Ικανότητα
για δράση

Οι μαθητές/τριες:

- ❑ Να εισηγούνται λύσεις για την αντιμετώπιση του φαινομένου της εκφοβιστικής συμπεριφοράς στο σχολείο.
- ❑ Να αναφέρουν μέσα από παραδείγματα τρόπους με τους οποίους το κράτος συμβάλλει στη διασφάλιση των δικαιωμάτων του παιδιού.
- ❑ Να εισηγούνται τρόπους αντιμετώπισης βίαιων συμπεριφορών.

Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες

Ικανότητα
για δράση

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΩ ΔΡΑΣΗ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

«Ο κ. Ηλίας και η κ. Παναγιώτα έχουν δύο παιδιά 6 και 10 χρονών. Δεν έχουν κουτί πρώτων βοηθειών στο σπίτι ή στο αυτοκίνητο. Δεν το θεωρούν αναγκαίο. Τα παιδιά τους ενημερώθηκαν στο σχολείο για τη χρησιμότητα του κουτιού πρώτων βοηθειών. Πώς μπορούν τα παιδιά να πείσουν τους γονείς τους να αποκτήσουν ένα κουτί πρώτων βοηθειών για το σπίτι και το αυτοκίνητο;»

Α τάξη
Ασφάλεια από
ουσίες/φάρμακα



Ιδιωτικότητα:

- Διάδρομος σκέψης:
- Η Κίκο έχει μπερδευτεί. Να χρησιμοποιεί την οθόνη ή όχι;
Τι να κάνει;

Ικανότητα
για δράση

Ας τη βοηθήσουμε



Α τάξη

Ιδιωτικότητα
Ασφάλεια στο
διαδίκτυο



Διαδικτυακός εκφοβισμός και Νομοθεσία

Ικανότητα
για δράση

5) Ο διαδικτυακός εκφοβισμός (cyberbullying) είναι ενάντια στον νόμο.

Σωστό

Λάθος

Δεν είμαι σίγουρος

Ενδεικτική απάντηση: Όταν κάποιο άτομο γράφει ή κοινοποιεί δημόσια περιεχόμενο όπως αισχρά σχόλια ή απειλητικά μηνύματα, τότε μπορεί να υπάρχουν σοβαρές νομικές συνέπειες.

6) Είναι παράνομο να παριστάνεις διαδικτυακά ότι είσαι κάποιο άλλο άτομο.

Σωστό

Λάθος

Δεν είμαι σίγουρος

Δ τάξη
Διαδικτυακός
εκφοβισμός



Τι να προσέξω;

Ικανότητα
για δράση

Πώς βρίσκω
αξιόπιστες και
έγκυρες
πληροφορίες
στο Διαδίκτυο;

Γράψτε μια λίστα με ερωτήματα ή στοιχεία που θα διερευνήσετε για να κρίνετε αν μια πληροφορία που βρίσκετε στο Διαδίκτυο είναι αξιόπιστη ή όχι:

1. ...
2. ...
3. ...
4. ...
5. ...
6. ...

Αγοράζω με Ασφάλεια

Ικανότητα
για δράση

Έχοντας στο μυαλό το σύστημα κατάταξης Pegi, καλείστε να καθοδηγήσετε τους/τις πελάτες/ισσες ενός καταστήματος, ηλεκτρονικών παιχνιδιών, στην αγορά του/των κατάλληλου/κατάλληλων παιχνιδιού/παιχνιδιών και να αιτιολογήσετε στον κάθε πελάτη/ισσα, γιατί προτείνετε αυτά τα παιχνίδια.



**Ικανότητα
για δράση**

Ποιες οι συνέπειες από την
πολύωρη ενασχόληση με τα
ηλεκτρονικά και διαδικτυακά
παιχνίδια

????

Αναφέρετε εναλλακτικές
δραστηριότητες

Τι νομίζετε ότι μπορείτε
να κάνετε, ώστε να
περιορίσετε την
πολύωρη ενασχόλησή
σας με τα παιχνίδια
στις ψηφιακές
κονσόλες και το
διαδίκτυο;

Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες

ΔΙΑΔΩΣΤΕ ΤΟΝ ΕΝΙΑΙΟ ΕΥΡΩΠΑΙΚΟ ΑΡΙΘΜΟ ΚΛΗΣΗΣ 112

Ικανότητα
για δράση

Η/Ο εκπαιδευτικός θέτει τον εξής προβληματισμό: «Ο Ενιαίος Ευρωπαϊκός Αριθμός Κλήσης 112 είναι ένας πάρα πολύ χρήσιμος αριθμός. Τι μπορούμε να κάνουμε για να τον μάθουν όλα τα παιδιά της τάξης/ του σχολείου;»

Τα παιδιά συζητούν με τους/τις συμμαθητές/τριές τους, παρουσιάζουν τις ιδέες τους και συζητούν στην ολομέλεια. Καταγράφουν τις εισηγήσεις της τάξης και με βάση τη σημαντικότητα και τη δυνατότητα υλοποίησης, επιλέγουν μια εισήγηση την οποία θα πραγματοποιήσουν.



Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες

Ανεπιθύμητες ή βίαιες συμπεριφορές

Ικανότητα
για δράση

Προκαλούμε μια εποικοδομητική συζήτηση μέσα από την οποία θα ακούσουμε τη γνώμη των παιδιών για το πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι για ένα θύμα να απευθυνθεί κάπου για παροχή βοήθειας.

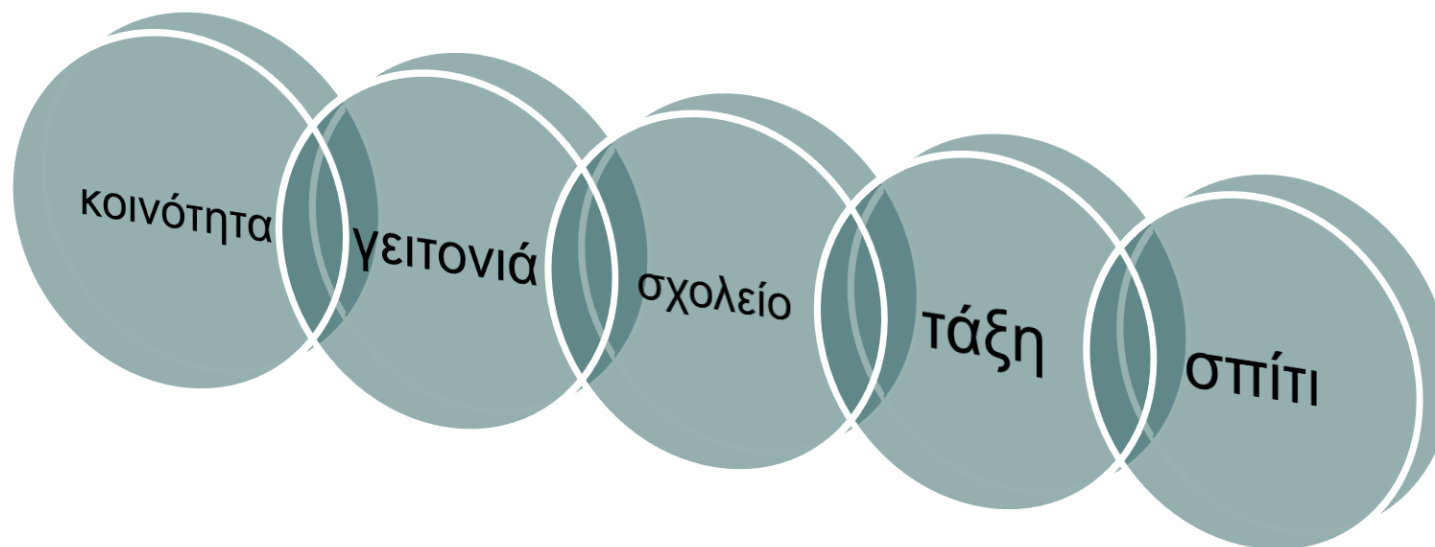
Προτείνουν λύσεις στην ομάδα τους.



Γ τάξη
Μορφές
κακοποίησης

Προώθηση Αλλαγής

προώθηση
αλλαγών



Κοινοί Δείκτες Επιτυχίας

προώθηση
αλλαγών

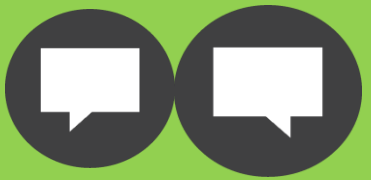
Οι μαθητές/μαθήτριες:

- ❑ Να απολαμβάνουν ευχάριστες και υγιείς συμπεριφορές στο σχολείο και στην κοινότητά τους.
- ❑ Να εφαρμόζουν πρακτικές που προάγουν την ασφάλεια εντός και εκτός της σχολικής τους ζωής.
- ❑ Να έχουν την ευκαιρία ανάπτυξης καλών σχέσεων με φίλους, οικογένεια, ενήλικες, τρίτη ηλικία.
- ❑ Να εισηγούνται και να υλοποιούν δράσεις που συμβάλλουν στην υπεράσπιση δικαιωμάτων του παιδιού στο σχολείο και την κοινότητα.

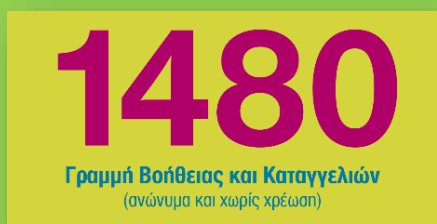


Αν κάτι σε ανησυχήσει ή αναστατώσει διαδικτυακά τι πρέπει να κάνεις;

προώθηση αλλαγών



Να το πεις σε έναν ενήλικα που εμπιστεύεσαι



Να επικοινωνήσεις με το 1480 www.cybersafety.cy
Γραμμή Βοήθειας και Καταγγελιών του CyberSafety



Να αναφέρεις το περιεχόμενο που το συνάντησες

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ



Να το καταγγείλεις στην Αστυνομία **22808200**
(Γραφείο Καταπολέμησης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος)

Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες Ενεργός πολίτης

Ο/Η εκπαιδευτικός εισάγει τη δραστηριότητα ως ακολούθως: «Ο καθένας/καθεμιά μπορεί να συμβάλει στην προστασία της υγείας και της ασφάλειας, όταν διεκδικεί».

Πώς;

1. Το δικαίωμα να αναπνέει καθαρό αέρα.
2. Το δικαίωμα να διαμαρτύρεται όταν κάποιος/α καπνιστής/καπνίστρια του/της προκαλεί ενόχληση και θέτει σε κίνδυνο την υγεία του/της.
3. Το δικαίωμα να ενεργεί με νόμιμα μέσα ώστε να μην ρυπαίνεται η ατμόσφαιρα στους διάφορους τόπους εργασίας και ψυχαγωγίας.

προώθηση
αλλαγών



Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες

προώθηση
αλλαγών

- Τα παιδιά προσκαλούν τους γονείς τους στο σχολείο, για να τους παρουσιάσουν θέματα που αφορούν στο κάπνισμα-παθητικό κάπνισμα και τη Σύμβαση - Πλαίσιο και τη Νομοθεσία για το κάπνισμα. Κατά τη διάρκεια της συζήτησης τονίζουν τη σημαντικότητα για καθαρό αέρα στο αυτοκίνητο, στο σπίτι και στην ευθύνη των ενηλίκων να τηρούν την αντικαπνιστική Νομοθεσία και την πολιτική του σχολείου.
- Τα παιδιά γνωστοποιούν την αντικαπνιστική πολιτική του σχολείου στους μαθητές/μαθήτριες του σχολείου (συγκέντρωση, πινακίδες στους τοίχους σχολείου), στους γονείς, στην κοινότητα (επίσκεψη στο δημαρχείο, επίδοση επιστολής, διανομή τριπτύχων).
- Τα παιδιά ζητούν γραπτώς από την αστυνομία εντατικοποίηση του ελέγχου στους χώρους διασκέδασης των νέων στην κοινότητά τους.



Παραδείγματα Δράσης – Αλλαγής

προώθηση
αλλαγών

Να εισηγούνται και να υλοποιούν δράσεις...

- Τοποθέτηση Κουτιού Επικοινωνίας.
- Εκστρατεία Ενημέρωσης της κοινότητας για την ισότητα των φύλων.
- Δημιουργία ενός χώρου στο σχολείο για να απολαμβάνουν το φαγητό τους.
- Εκστρατείες με διάφορες εθελοντικές οργανώσεις.
- Εκστρατεία ενημέρωσης για τον Κανόνα των Εσωρούχων.



προώθηση
αλλαγών
στο περιβάλλον
τους φυσικό και
κοινωνικό μετά
από διερεύνηση
παραγόντων

Δημιουργία υποστηρικτικού περιβάλλοντος

«Αν αυτό που διδάσκουμε στην τάξη δεν το βιώσει έμπρακτα ο/η μαθητής/μαθήτρια τουλάχιστον στο σχολικό περιβάλλον τότε έχουμε αποτύχει»

Οδηγός σελ.11



Διδακτικές Προσεγγίσεις

ΠΩΣ;

- Για τη μεθοδολογικών προ... φροντ...
χ... θόδων που στ... θη...
- ... ο κάτω κάποια... οι οποίοι... και με...
- ... ο της προαγωγής υγείας.
- ...ρευνητική μελέτη (Project)
 - Διερεύνηση.
 - Επίλυση Προβλήματος
 - Μελέτη περίπτωσης
 - Ανασκόπηση μέσω συνεντεύξεων
 - Επισκέψεις και γνωριμία με χώρες που αφορούν στην προαγωγή της υγείας
 - Συζήτηση - Αντιπαράθεση
 - Κύκλος Συζήτησης
 - Παιχνίδια που προάγουν τη συνεργασία και επικοινωνία
 - Παιχνίδια ρόλων – Προσομοιώσεις
 - Αυτοσχεδιασμός
 - Εργαστήριο

**Θετικό κλίμα
ασφάλεια**

συνεργασία

κριτική σκέψη

**δεξιότητες:
επικοινωνίας,
παρατήρησης,
ενσυναίσθησης**

**στρατηγικές
επίλυσης
προβλήματος**

**απόψεις με
επιχειρήματα**

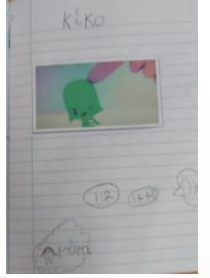


Αξιολόγηση



- Υπάρχει αδυναμία της εκπαίδευσης να προκαλέσει αλλαγές στη συμπεριφορά των ατόμων.
- Ο/Η εκπαιδευτικός δεν μπορεί για κάθε θεματική ενότητα ή υποενότητα να ερευνά κατά πόσον το τελικό αποτέλεσμα σε σχέση με τη **συμπεριφορά μαθητών/μαθητριών** οφείλεται στη δική του παρέμβαση και όχι σε άλλες ενέργειες που συμβαίνουν ταυτόχρονα στο ευρύτερο περιβάλλον.
- Εξάλλου ο/η εκπαιδευτικός αναμένεται να **αξιολογεί την εκπαιδευτική διαδικασία** και όχι να ερευνά την επίδραση της παρέμβασής του στη συμπεριφορά.
- Η στοχοθέτηση και οι **δείκτες επιτυχίας στο Αναλυτικό Πρόγραμμα είναι ρεαλιστικοί και περιορίζονται στις δυνατότητες της εκπαίδευσης.**
- Η **αυτο-αξιολόγηση** αποτελεί ουσιαστικό μεθοδολογικό εργαλείο στα θέματα Αγωγής Υγείας, αφού προάγει την κριτική επεξεργασία.

Αξιολόγηση



Μερικές **ενδεικτικές στρατηγικές και παραδείγματα αυτοαξιολόγησης** είναι:

- ❖ Οι μαθητές/μαθήτριες καταγράφουν σε μικρές ομάδες τα αίτια της αποτυχίας ή της επιτυχίας των δράσεων τους που αφορούν στην υγεία.
- ❖ Οι μαθητές/μαθήτριες σημειώνουν σε προσωπικό τους σημειωματάριο (π.χ. τι έμαθαν, τι θα προσπαθήσουν να κάνουν για την επόμενη βδομάδα). Επιλέγουν τι θέλουν να μοιραστούν με το σύνολο της τάξης.
- ❖ Οι μαθητές/μαθήτριες χωρίζονται σε τριάδες και συζητούν για κάτι που έμαθαν από το μάθημα, για κάτι που τους άρεσε και για κάτι που θα προτιμούσαν να γινόταν διαφορετικά.

Κώδικας:

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΚΥΠΡΟΥ | ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

Κώδικας Συμπεριφοράς κατά του Ρατσισμού
και Οδηγός Διαχείρισης
και Καταγραφής Ρατσιστικών Περιστατικών

ΕΙΔΟΣ ΡΑΤΣΙΣΤΙΚΟΥ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟΥ	ΕΙΔΟΣ ΡΑΤΣΙΣΤΙΚΟΥ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟΥ	ΕΙΔΟΣ ΡΑΤΣΙΣΤΙΚΟΥ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟΥ
<p>1ο ΕΙΔΟΣ: Λεκτική προφορική, γραπτή ή ηλεκτρονική βία που πληγώνει την αυτοπεποίθηση ή την αίσθηση ασφάλειας ενός ατόμου/μιας ομάδας, χωρίς οι δέκτες της βίας να είναι μάρτυρες, όπως:</p> <ul style="list-style-type: none"> • στερεοτυπικές δηλώσεις • ανέκδοτα ή αστεία • κοροϊδία ή πειράγματα ρούχων, • φαγητού, σχέσεων, κοινωνικοοικονομικής κατάστασης, παρουσίας ή σωματικής εμφάνισης • χρήση υποτιμητικής γλώσσας ή όρων • προσβλητικά σχόλια • γελοιοποίηση ή μίμηση των προφορών ή κινήσεων • ρατσιστικά σχόλια 	<p>3ο ΕΙΔΟΣ: Κοινωνική βία που πληγώνει την αίσθηση της αποδοχής ενός ατόμου από το σύνολο, όπως:</p> <ul style="list-style-type: none"> • σκόπιμος αποκλεισμός λέγοντας στους άλλους να μην κάνουν παρέα με ένα άτομο/μια ομάδα ατόμων • κουτσομπολιό, συμμετοχή στη διάδοση φήμης • άρνηση για συνεργασία • άρνηση από παιδιά να παίξουν ή να καθίσουν δίπλα από συγκεκριμένα παιδιά • αποκλεισμός από συμμετοχή σε κοινωνικές ή άλλες ομάδες 	<p>5ο ΕΠΙΠΕΔΟ: Σωματική βία που πληγώνει την αυτοπεποίθηση ή την αίσθηση ασφάλειας ενός ατόμου/μιας ομάδας, όπως:</p> <ul style="list-style-type: none"> • απειλητικές ή κοροϊδευτικές χειρονομίες • σπρωξίματα • χτυπήματα • τρικλοποδιές • κλοπές • απειλές • καταδίωξη • καταστροφή προσωπικών αντικειμένων ή άλλης περιουσίας • καταστροφή δημόσιας ή άλλης περιουσίας με συναισθηματική, ηθική ή άλλη αξία για συγκεκριμένα άτομα ή ομάδες (πχ. μνημεία, έργα τέχνης, κοινωφελή έργα κ.λπ.). • κλωτσιές, γροθιές • σωματική επίθεση ή παρενόχληση
<p>2ο ΕΙΔΟΣ: Λεκτική προφορική, γραπτή ή ηλεκτρονική βία που πληγώνει την αυτοπεποίθηση ή την αίσθηση ασφάλειας ενός ατόμου/μιας ομάδας στην οποία οι δέκτες της βίας γίνονται μάρτυρες, όπως:</p> <ul style="list-style-type: none"> • στερεοτυπικές δηλώσεις • ανέκδοτα ή αστεία • κοροϊδία ή πειράγματα ρούχων, φαγητού, σχέσεων, κοινωνικοοικονομικής κατάστασης, παρουσίας ή σωματικής εμφάνισης 	<p>4ο ΕΙΔΟΣ: Μη λεκτική βία που πληγώνει την αυτοπεποίθηση ή την αίσθηση ασφάλειας ενός ατόμου/μιας ομάδας, όπως:</p> <ul style="list-style-type: none"> • σήματα ή σύμβολα σε ρούχα που είναι ενάντια σε συγκεκριμένες πολιτισμικές ή άλλες ομάδες η προκαλούν αισθήματα εναντίον ατόμων ή ομάδων 	

Ομοφοβία:

Ο φόβος, η αποστροφή ή οι διακρίσεις κατά της ομοφυλοφιλίας ή σε βάρος των ομοφυλόφιλων. Η ομοφοβία μπορεί να περιλαμβάνει ακόμη μίσος, εχθρότητα ή αποδοκιμασία των ομοφυλόφιλων ανθρώπων, της ομοφυλοφιλικής συμπεριφοράς, που οδηγεί στην εκδήλωση μισαλλοδοξίας. Συχνά φτάνει ως το σημείο να εκδηλώνεται πολύ επικίνδυνα, όπως μέσω λεκτικής βίας και με ομοφοβικά εγκλήματα μίσους όπως επιθέσεις, ξυλοδαρμούς, ακόμη και φόνους.

Τρανσφοβία:

Η αποστροφή, εχθρότητα ή διακρίσεις προς τα άτομα τα οποία εκφράζουν άλλη ταυτότητα φύλου από εκείνη που τους αποδόθηκε κατά τη γέννησή τους, μέσω π.χ. της ενδυμασίας, της χρήσης καλλυντικών, της ορμονοθεραπείας ή της επέμβασης επαναπροσδιορισμού φύλου.

Ας παρακολουθήσουμε το βίντεο



Διαδικτυακή φιλία -
Όρια

Ασφάλεια

Διαδικτυακός
εκφοβισμός

**ΚΑΙ ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΓΩΓΗ**
...η κριτική σκέψη στη χρήση του
Διαδικτύου και η Ασφάλεια στο
Διαδίκτυο

Παραπληροφόρηση

κακοποίηση

Προσωπικά
Δεδομένα

grooming
phishing
sexting

Ψεύτικα στοιχεία-
προφίλ

Ε τι; Μπακάλικο είμαστε;
Το Pantopoleion - The Grocery Store subtitled in all





Απορίες...

Προβληματισμοί...

Ερωτήσεις...





➔ Για επικοινωνία:

Σύνδεσμος ΕΔΕ Αγωγής Υγείας: Δρ Σούλα Ιωάννου
(sioannou@schools.ac.cy)

Σύμβουλος Αγωγής Υγείας – Φιλιά Σάββα
(fsavva@schools.ac.cy)

Πηγές:

Apostolidou & Fontana (2003) Teacher attitudes towards health education in Greek-speaking Cyprus schools
<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/09654280310467690/full/html>

Ioannou, Kouta & Charalambous (2012) Moving from Health Education to Health Promotion: Developing the Health Education Curriculum In Cyprus, *Health Education Journal, Special Edition*.

Ioannou, Kouta & Andreou (2015) Cyprus Health Education Curriculum from “victim blaming to empowerment”
<https://www.emerald.com/insight/search?q=sexual+health+in+health+education+curriculum&showAll=true>

(2020) Factors Influencing Youth Sexual Activity: Conceptual Models for Sexual Risk Avoidance and Cessation
https://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/documents/opre/factors-influencing-youth-sexual-activity-dec-2020_0.pdf

WHO (1998) *Health Promotion Evaluation: Recommendations to Policy-makers*. Geneva.

Chantz, K. (2012). *Substance Use and Sexual Risk Taking in Adolescence*. ACT for Youth
[Substance Use and Sexual Risk Taking in Adolescence \(actforyouth.net\)](https://actforyouth.net)

Γκούβρα, Μ. (2001). *Αγωγή Υγείας και Σχολείο*. Εκδ: Τυποθήτω, Αθήνα

Ιστοσελίδα Αγωγής Υγείας: <https://agogyd.schools.ac.cy/index.php/el>



Πηγές:

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. (2019). Νέο Αναλυτικό Πρόγραμμα για την Αξιοποίηση των Ψηφιακών Τεχνολογιών για τη Μάθηση – Ψηφιακή Ικανότητα. Λευκωσία

<https://internetsafety.pi.ac.cy/new-curriculum/>

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο ΚΕΕΑ (1995) Αξιολόγηση του Προγράμματος του Ευρωπαϊκού Δικτύου Σχολείων Προαγωγής Υγείας στη Δημοτική Εκπαίδευση

https://www.pi.ac.cy/pi/index.php?option=com_content&view=article&id=733&Itemid=167&lang=el

Πολιτική Υπουργείου Παιδείας για τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, 2016

https://www.pi.ac.cy/pi/files/anakoinoiseis/2016_2017/politiki_ypp_gia_ti_sexoualiki_diapaidagogisi.pdf

Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού, (2010). *Αναλυτικό πρόγραμμα Αγωγής Υγείας*. Λευκωσία

Αναρτημένο: http://www.moec.gov.cy/analytika_programmata/programmata_spoudon.html

Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού, (2012). *Κοινωνική Μάθηση*. Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου. Υπηρεσία Ανάπτυξης Προγραμμάτων. Λευκωσία: PRINTCOLTD

Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού Κύπρου, (2016). *Ταξίδι Ζωής*. Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Υπηρεσία Ανάπτυξης Προγραμμάτων. Λευκωσία.

Διαθέσιμο στην ιστοσελίδα: http://archeia.moec.gov.cy/sd/299/agogi_ygeias_taxidi_zois.pdf

Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού, (2019). *Αναλυτικό πρόγραμμα Αγωγής Υγείας: Δείκτες Επιτυχίας - Επάρκειας*. Ανακτήθηκε από την ιστοσελίδα της Αγωγής Υγείας Δημοτικής Εκπαίδευσης (<http://agogyd.schools.ac.cy/index.php/el/agogi-ygeias/analytiko-programma>)

Υπουργείο Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας (2022). *Εγχειρίδιο για αναγνώριση και διαχείριση περιστατικών σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών*. Λευκωσία (<https://enimerosi.moec.gov.cy/archeia/1/ypp16619b>)

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ!!!