



ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Κεφάλαιο: Κεφ. 4: Εαυτός και Υγιείς σχέσεις**Υποκεφάλαιο:** 4.3 Υπεύθυνη Σεξουαλική Συμπεριφορά**Διδακτικές περίοδοι:** 1**Εκπαιδευτικός:** Κωνσταντίνου Γεωργία**Τάξη/Τμήμα:** Γ3α**Αρ. μαθητών/μαθητριών:** 10**Ημερομηνία:** 04/05/2026

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
3.1.2 Να αιτιολογούν την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά ως βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας	3.1.2 - Διασαφήνιση έννοιας Υπεύθυνης Σεξουαλικής Συμπεριφοράς ➤ Ανάλυση διαδικασίας λήψης απόφασης για την υιοθέτηση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς ➤ Επιλογές σεξουαλικής συμπεριφοράς ➤ Ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά - Εφαρμογή κοινωνικών δεξιοτήτων - Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά ➤ Σωματική-συναισθηματική-πνευματική ετοιμότητα ➤ Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους - Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς ➤ προσωπική ανάπτυξη ➤ Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης ➤ Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ ➤ Διατήρηση υγιών ερωτικών/ρομαντικών σχέσεων

Σκοπός μαθήματος: Οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίζουν πώς λαμβάνονται υπεύθυνες αποφάσεις σε θέματα σεξουαλικής συμπεριφοράς και να συνδέουν τις επιλογές αυτές με την προστασία της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.

Στόχος της 1ης διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν μέσα από την διαδικασία λήψης απόφασης τις προϋποθέσεις που απαιτούνται για την εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς καθώς και τις συνέπειες της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς.

Οργάνωση Εργαστηριακού Μαθήματος- Κατανομή μαθητών/μαθητριών σε ομάδες

Οι μαθητές/μαθήτριες είναι χωρισμένοι σε τρεις (3) ομάδες και γνωρίζουν τους ρόλους που θα αναλάβουν όταν τους ζητηθεί από την εκπαιδευτικό (συντονιστής, γραφέας και παρουσιαστής). Οι ρόλοι εναλλάσσονται ανά εβδομάδα.

Πυρηνικές γνώσεις:

- Υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά = προστασία σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
- Λήψη απόφασης με βάση: ετοιμότητα (σωματική, συναισθηματική, γνωστική)
- Προϋποθέσεις: ποιότητα σχέσης, αξίες, ενημέρωση, πρόσβαση σε προστασία



- Θετικές συνέπειες υπεύθυνης συμπεριφοράς στην υγεία και στις σχέσεις
- Ρόλος κοινωνικών δεξιοτήτων (επικοινωνία, όρια, συναίνεση)

Προαπαιτούμενες γνώσεις:

1. Βασικά χαρακτηριστικά υγιών διαπροσωπικών σχέσεων (σεβασμός, εμπιστοσύνη, επικοινωνία, όρια).
2. Έννοια προσωπικών ορίων και αλληλοσεβασμού.
3. Βασικές δεξιότητες επικοινωνίας και έκφρασης συναισθημάτων.
4. Αλλαγές εφηβείας.

Μέσα διδασκαλίας: Σχολικό εγχειρίδιο, ηλεκτρονικός υπολογιστής, προβολικό μηχάνημα, καρτέλες, μαρκαδόροι, πίνακας

Μεθοδολογικές προσεγγίσεις και διδακτικές στρατηγικές: Κατευθυνόμενος διάλογος (ερωταποκρίσεις), συζήτηση, επίδειξη (παρουσίαση λεκτικών-οπτικών πληροφοριών), καταγισμός ιδεών, εννοιολογικές καρτέλες, σενάρια

Αξιολόγηση: Προφορική, συντρέχουσα, τελική

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ Οι μαθητές/μαθήτριες να είναι σε θέση να:	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ	ΠΟΡΕΙΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ/ Δραστηριότητα/τες	Διάρκεια
		ΑΦΟΡΜΗΣΗ - Τι επιλέγω; Η εκπαιδευτικός προβάλλει την εικόνα/σενάριο με το αυτοκίνητο (Δραστηριότητα 16, σελ. 196) και θέτει ερωτήματα: • Επιλογές «Ποιες επιλογές έχει το έφηβο άτομο;» Αναμενόμενη απάντηση, να οδηγήσει / να μην οδηγήσει • Προϋποθέσεις «Ποιες προϋποθέσεις χρειάζεται να έχει πριν αποφασίσει να οδηγήσει;» Αναμενόμενες απαντήσεις, δίπλωμα, ετοιμότητα, δεξιότητες, υπευθυνότητα. • Συνέπειες «Τι μπορεί να συμβεί αν αποφασίσει (α) να οδηγήσει χωρίς να ισχύουν οι προϋποθέσεις (β) να μην οδηγήσει;» Αναμενόμενες απαντήσεις (α) κίνδυνος, ατύχημα, συνέπειες για τον εαυτό και τους άλλους (β) προστατεύει τον εαυτό από πιθανό ατύχημα για τον ίδιο και τους άλλους. Η εκπαιδευτικός δημιουργεί από πριν στον πίνακα τρεις στήλες με τις λέξεις : Επιλογές - Προϋποθέσεις - Συνέπειες (α) Να οδηγήσει (β) Να μην οδηγήσει και καταγράφει ενδεικτικές απαντήσεις των μαθητών/μαθητριών. Η εκπαιδευτικός αναδεικνύει την λογική της λήψης απόφασης με τα αποτελέσματα των απαντήσεων της δραστηριότητας συνοψίζοντας: Μόλις τώρα είδαμε μια κατάσταση όπου ένα άτομο έπρεπε να αποφασίσει αν θα οδηγήσει ή όχι. Ας	5'



3.1.2 Να αιτιολογούν την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά ως βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

- Ανάλυση διαδικασίας λήψης απόφασης για την υιοθέτηση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
➤ Επιλογές σεξουαλικής συμπεριφοράς

-Διασαφήνιση έννοιας Υπεύθυνης Σεξουαλικής Συμπεριφοράς

σκεφτούμε λίγο τι κάναμε...Πρώτα είδαμε ποιες επιλογές έχει, μετά σκεφτήκαμε τι χρειάζεται πριν αποφασίσει και στη συνέχεια τι μπορεί να συμβεί ανάλογα με την επιλογή του. Αυτός είναι ένας βασικός τρόπος λήψης απόφασης, με τον οποίο παίρνουμε «σημαντικές» αποφάσεις στην καθημερινή μας ζωή.

Και δεν αφορά μόνο την οδήγηση. Υπάρχουν πολλές καταστάσεις όπου οι επιλογές μας επηρεάζουν την υγεία και τη ζωή μας. Άρα, πριν πάρουμε μια απόφαση, χρειάζεται να σκεφτόμαστε: ποιες επιλογές έχουμε, ποιες προϋποθέσεις υπάρχουν και ποιες είναι οι συνέπειες της κάθε επιλογής.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1 : ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΟΣ ΔΙΑΛΟΓΟΣ **- Έννοια υπεύθυνης απόφασης**

Στα προηγούμενα μαθήματα μιλήσαμε για τις διαπροσωπικές σχέσεις στην εφηβεία και ιδιαίτερα για τις ρομαντικές σχέσεις.

Ποιες συμπεριφορές χαρακτηρίζουν μια υγιή σχέση; Αναμενόμενες απαντήσεις: σεβασμός, επικοινωνία, εμπιστοσύνη, όρια.

Γιατί εξετάσαμε την ποιότητα των διαπροσωπικών σχέσεων; Αναμενόμενη απάντηση: επηρεάζουν την υγεία μας.

Με ποιον τρόπο; Αναμενόμενες απαντήσεις: Οι υγιείς συμπεριφορές επηρεάζουν θετικά την υγεία και οι μη υγιείς αρνητικά.

Σε κάποιες περιπτώσεις, οι ρομαντικές σχέσεις μπορεί να οδηγήσουν και σε πιο προσωπικές επιλογές, που σχετίζονται με τη σεξουαλική συμπεριφορά. Για παράδειγμα, ένα έφηβο άτομο που βρίσκεται σε ρομαντική σχέση, πιθανόν να κληθεί να προχωρήσει σε σεξουαλική επαφή. Τι επιλογές έχει; Αναμενόμενη απάντηση: προχωράει στη σεξουαλική επαφή ή απέχει. (γίνεται παραλληλισμός με το παράδειγμα της οδήγησης αυτοκινήτου)

Όπως κάθε σημαντική επιλογή μας, έτσι και οι αποφάσεις που αφορούν στη σεξουαλική συμπεριφορά μπορούν να επηρεάσουν την υγεία μας θετικά ή αρνητικά. Συγκεκριμένα, τη Σεξουαλική και Αναπαραγωγική μας Υγεία = ΣΑΥ (αναρτάται καρτέλα με τη συγκεκριμένη έννοια στον πίνακα).

Πώς χαρακτηρίζεται η σεξουαλική συμπεριφορά του ατόμου που κάνει επιλογές που επηρεάζουν θετικά την υγεία του; (αναμενόμενη απάντηση: υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά (ΥΣΣ) (αναρτάται καρτέλα με την έννοια της ΥΣΣ κάτω από τη ΣΑΥ και αναγράφεται η λέξη «Πρόληψη» πάνω από την καρτέλα με τη ΣΑΥ).

Προβάλλεται, παράλληλα, η διαφάνεια 7 με το νέο σχήμα και η εκπαιδευτικός θέτει το ερώτημα, “ Τι

10’



	-Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά ➤ Σωματική-συναισθηματική-πνευματική ή ετοιμότητα ➤ Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους -Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς ➤ προσωπική ανάπτυξη ➤ Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης ➤ Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ ➤ Διατήρηση υγιών ερωτικών/ρομαντικών σχέσεων	πιστεύετε ότι χρειάζεται για να είναι μια τέτοια απόφαση υπεύθυνη;” Δίνονται ενδεικτικά από τους μαθητές/μαθήτριες 1-2 απαντήσεις. (αναμενόμενη απάντηση: όταν εφαρμόζεται η διαδικασία λήψης απόφασης) Πάμε να το δούμε πιο οργανωμένα. Η εκπαιδευτικός αναρτά κάτω από την καρτέλα με την ΥΣΣ δύο καρτέλες με τις λέξεις «Προϋποθέσεις» - «Συνέπειες». ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Σκελετός και έννοιες Η συγκεκριμένη δραστηριότητα είναι χωρισμένη σε 2 φάσεις: - Φάση 1 (Σετ 1): ταξινόμηση: (α) Προϋποθέσεις - (β) Συνέπειες - Φάση 2 (Σετ 2): κάθε ομάδα βρίσκει: (α) τις καρτέλες (επεξηγηματικές) της κατηγορίας* της + (β) όλες οι ομάδες για «πρόσβαση σε αντισυλληπτικές μεθόδους» * Κατηγορίες - μία για κάθε ομάδα : σωματική ετοιμότητα, συναισθηματική ετοιμότητα, γνωστική ετοιμότητα. Φάση 1 (Σετ 1): ταξινόμηση: (α) Προϋποθέσεις - (β) Συνέπειες (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1) Μοιράζεται σε κάθε ομάδα το 1ο σετ καρτέλες με τις κατηγορίες προϋποθέσεων και θετικών συνεπειών Υπεύθυνης Σεξουαλικής Συμπεριφοράς και ζητείται από τους μαθητές/μαθήτριες να τις χωρίσουν στις δύο κατηγορίες Προϋποθέσεις - Συνέπειες. Δηλαδή: ποιες καρτέλες δείχνουν τι χρειάζεται πριν από μια απόφαση και ποιες δείχνουν τι μπορεί να προκύψει όταν η απόφαση είναι υπεύθυνη. Γίνονται διορθώσεις στις ομάδες μέσω προβολής διαφάνειας 9. Οι ομάδες εντοπίζουν πιθανά λάθη και τα ανακοινώνουν. Η εκπαιδευτικός βοηθά να διορθωθούν με ερωτήσεις τύπου: Αυτό είναι κάτι που χρειάζεται πριν ή κάτι που συμβαίνει μετά; Αυτό εξαρτάται από εμάς ή είναι αποτέλεσμα; Η εκπαιδευτικός αναπλαισιώνει λέγοντας “Άρα βλέπουμε ότι για να πάρουμε μια υπεύθυνη απόφαση υπάρχουν κάποιες βασικές προϋποθέσεις και όταν αυτές υπάρχουν, προκύπτουν θετικές συνέπειες για την υγεία και τη ζωή μας” ΦΑΣΗ 2 (Σετ 2) - Εμβάθυνση (ετοιμότητα & πρόσβαση) (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1) Τώρα θα πάμε ένα βήμα πιο βαθιά. Όλες οι ομάδες έχουν τις ίδιες καρτέλες. Αλλά κάθε ομάδα θα εστιάσει σε κάτι διαφορετικό. Η εκπαιδευτικός παίρνει από κάθε ομάδα το 1ο Σετ (αφήνοντας μόνο 2 προϋποθέσεις από αυτές) και δίνει το 2ο Σετ. Συγκεκριμένα, η κάθε ομάδα θα δουλέψει τις εξής προϋποθέσεις:	15´
--	--	---	-----



	• «Η Ομάδα 1: σωματική ετοιμότητα + πρόσβαση σε μέσα προστασίας • «Η Ομάδα 2: συναισθηματική ετοιμότητα + πρόσβαση σε μέσα προστασίας • «Η Ομάδα 3: νοητική/γνωστική ετοιμότητα + πρόσβαση σε μέσα προστασίας • Όλες οι ομάδες θα δουλέψουν τις καρτέλες που αφορούν: την πρόσβαση σε μέσα προστασίας» Η εκπαιδευτικός δίνει την οδηγία να εντοπίσουν ποιες από τις καρτέλες (του 2ου σετ) ανήκουν στη δική τους κατηγορία. Μπορούν να συζητήσουν γιατί αυτή η καρτέλα ταιριάζει εδώ; Αφού, εντοπίσει η κάθε ομάδα τις καρτέλες της, αναφέρει επιλεκτικά ένα δύο βασικά σημεία της δικής της κατηγορίας. Η εκπαιδευτικός συμπερασματικά αναφέρει: “Αρα βλέπουμε ότι για να είναι μια απόφαση υπεύθυνη, δεν αρκεί απλώς να το θέλουμε. Χρειάζεται: • να είμαστε έτοιμοι σωματικά, συναισθηματικά και νοητικά • να έχουμε πρόσβαση σε τρόπους προστασίας Όταν όλα αυτά υπάρχουν, τότε η απόφαση μπορεί να προστατεύει την υγεία μας. Η ετοιμότητα δεν είναι ένα πράγμα...αλλά περιλαμβάνει διαφορετικές πλευρές: σωματική, συναισθηματική, νοητική. Και μαζί με αυτά, πολύ σημαντικό είναι και η πρόσβαση σε τρόπους προστασίας.” Στη συνέχεια, η εκπαιδευτικός θέτει το ερώτημα “Αν λείπει μία από αυτές τις μορφές ετοιμότητας, τι μπορεί να συμβεί;” (αναμενόμενη απάντηση: οι συνέπειες θα είναι αρνητικές: κίνδυνος ΣΜΝ και ακούσιας εγκυμοσύνης, εκδήλωση αρνητικών απροσδόκητων συναισθημάτων και εκδήλωση μη υγιών συμπεριφορών) ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: ΜΕΤΑΒΑΣΗ από καρτέλες σε σενάρια, από την “έννοια” στην “εφαρμογή” (σενάρια) (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2) Η εκπαιδευτικός θέτει τον εξής προβληματισμό: “Στην πραγματική ζωή, όμως, τα πράγματα είναι πάντα τόσο ξεκάθαρα; Κάποιες φορές: κάποια από αυτά υπάρχουν, ενώ κάποια λείπουν και χρειάζεται να αποφασίσουμε. Πάμε λοιπόν να δούμε κάποιες καταστάσεις”. Οι μαθητές/μαθήτριες θα δουλέψουν σε ομάδες, αλλά αυτή τη φορά θα έχουν από ένα σενάριο. Δίνεται στην κάθε ομάδα από ένα σενάριο και οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να συζητήσουν	7'
--	--	----



	➤ Εφαρμογή κοινωνικών δεξιοτήτων	τέσσερα (4) κοινά ερωτήματα τα οποία προβάλλονται στη διαφάνεια 13. Καλούνται να συζητήσουν και να απαντήσουν γραπτώς την ερώτηση 2 και προφορικά στην ολομέλεια την ερώτηση 3. Κοινά Ερωτήματα 1. Ποιες επιλογές έχουν τα άτομα; (στην ομάδα) 2. Ποια βασική προϋπόθεση λείπει; (γραπτώς στην ομάδα και ανακοινώνονται) 3. Ποια είναι η υπεύθυνη απόφαση; Γιατί; (προφορικά στην ολομέλεια) 4. Τι θετικό μπορεί να προκύψει από αυτή την απόφαση; (στην ομάδα, αν υπάρχει χρόνος γίνεται στην ολομέλεια) Η εκπαιδευτικός κάνει όπου κριθεί απαραίτητο παρεμβάσεις χρησιμοποιώντας ερωτήματα όπως: Εδώ υπάρχει ετοιμότητα; Ποια; Τι λείπει; Πώς θα το επικοινωνούσε αυτό το άτομο; Πώς φαίνεται ο σεβασμός εδώ; Πώς προστατεύεται η υγεία εδώ; Με την ολοκλήρωση των σεναρίων η εκπαιδευτικός αναπλαισιώνει την δραστηριότητα. “Βλέπουμε ότι όταν υπάρχουν οι κατάλληλες προϋποθέσεις και σκεφτόμαστε υπεύθυνα πριν αποφασίσουμε, οι επιλογές μας μπορούν να προστατεύουν την υγεία μας, να μειώσουν τα αρνητικά συναισθήματα και να ενισχύουν τις σχέσεις μας.” ΚΛΕΙΣΙΜΟ Η εκπαιδευτικός προβάλλει το ανθρωπάκι με τις διαστάσεις του εαυτού και θέτει έναν προβληματισμό λέγοντας, “Με ποιες διαστάσεις του εαυτού σχετίζονται άμεσα οι προϋποθέσεις υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς με τις οποίες ασχοληθήκαμε σήμερα;” (αναμενόμενες απαντήσεις, σωματικός, συναισθηματικός, νοητικός εαυτός) Προβάλλεται παράλληλα η διαφάνεια 15 με τις διαστάσεις του εαυτού. Η εκπαιδευτικός συμπερασματικά αναφέρει: “Για να μπορούν να εφαρμοστούν οι προϋποθέσεις υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς είναι απαραίτητο να υπάρχει αποτελεσματική επικοινωνία (κοινωνικός εαυτός) καθώς και σεβασμός/αλληλοσεβασμός (ηθικός εαυτός) μεταξύ των ατόμων σε μια σχέση.” Δίνεται το δελτίο εξόδου όπου οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να συμπληρώσουν: • Τρεις (3) προϋποθέσεις υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς	3'
--	---	---	-----------



		• Δύο (2) συνέπειες υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς • Ένα (1) στοιχείο που θα κρατήσω από το σημερινό μάθημα Το δελτίο εξόδου παραδίνεται στην εκπαιδευτικό.	
--	--	--	--