

Α' Γυμνασίου

2023-2024

Προγραμματισμός Διδακτέας Ύλης Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας)

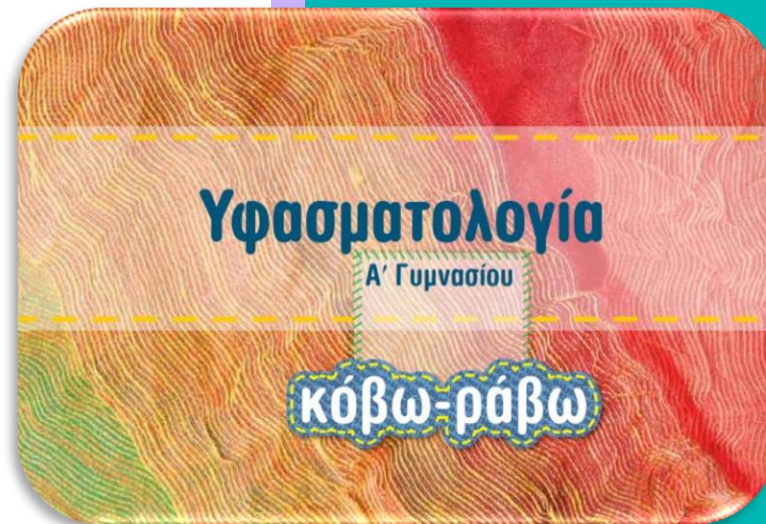
Αγωγή Υγείας
Οικιακή Οικονομία
Α' Γυμνασίου

Όνοματεπώνυμο:

Τμήμα:

Σχολείο:

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ,
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΚΥΠΡΟΥ
ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ




Το μάθημα της Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας) **Α΄ Γυμνασίου** διδάσκεται **δύο (2) περιόδους** την εβδομάδα. Ο πραγματικός διαθέσιμος διδακτικός χρόνος υπολογίζεται, με βάση την απώλεια διδακτικού χρόνου σε διάφορες δραστηριότητες του σχολείου αλλά και στην προετοιμασία και υλοποίηση δημιουργικών εργασιών και αξιολογήσεων. Το σύνολο των διδακτικών περιόδων ανέρχεται στις **64**, από τις οποίες οι **32 αφορούν στο Α΄ Τετράμηνο** και οι υπόλοιπες **32 στο Β΄ Τετράμηνο**.

Ο πίνακας που ακολουθεί παρουσιάζει, συνοπτικά, την κατανομή των διδακτικών περιόδων μεταξύ των κεφαλαίων των δύο διδακτικών εγχειριδίων του μαθήματος, ενώ ο επόμενος πίνακας παρουσιάζει την αντιστοίχιση των Δεικτών Επιτυχίας και Επάρκειας των τεσσάρων (4) αξόνων του Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας με το περιεχόμενο των Διδακτικών Εγχειριδίων.

Κατανομή Διδακτικών Περιόδων:

ΣΥΝΟΛΟ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΔΩΝ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ (7/9/2023 -24/5/2024) 32 Εβδομάδες x 2 Διδ. Περίοδους	64
Διαθέσιμος διδακτικός χρόνος σχολικής χρονιάς	56
Α΄ Τετράμηνο: 7/9/2023 – 15/1/2024 (16 Εβδομάδες x 2 Διδ. Περίοδους)	32
Διαθέσιμος διδακτικός χρόνος Α΄ Τετράμηνου:	26
➤ Γνωριμία (1 Δ.Π.) – Συμβόλαιο Συνεργασίας (1 Δ.Π.)	2
➤ Δημιουργικές εργασίες (Project)/Αξιολόγηση	4
Κεφάλαιο 1: Η υγεία μου	4
Κεφάλαιο 2: Ο Εαυτός μου	6
Κεφάλαιο 3: Η εφηβεία	10
Κεφάλαιο 4: Ασφάλεια και υγιεινή	6
Β΄ Τετράμηνο: 16/1/2024 – 24/5/2024 (16 Εβδομάδες x 2 Διδ. Περίοδους)	32
Διαθέσιμος διδακτικός χρόνος Β΄ Τετράμηνου:	30
➤ Δημιουργικές εργασίες (Project)/Αξιολόγηση	2
Κεφάλαιο 5: Φαγητό, διατροφή και υγεία & Πρακτική Εργασία Μαγειρικής	10
Κεφάλαιο 6: Αγωγή Καταναλωτή	6
Κεφάλαιο 7: Κυκλοφοριακή Αγωγή	4
Υφασματολογία & Κατασκευή λειτουργικού αντικειμένου	10

Αντιστοίχιση Δεικτών Επιτυχίας και Επάρκειας του Π.Σ.Α.Υ. με το περιεχόμενο των διδακτικών εγχειριδίων


ΑΞΟΝΑΣ 1: Ανάπτυξη και Ενδυνάμωση του Εαυτού			
<i>Ενότητα 1.1 Ανάπτυξη και Εξέλιξη Εαυτού</i>			
ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ <i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ <i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
Κεφάλαιο 2: Ο εαυτός μου 2.1 Εαυτός και αυτογνωσία 2.2 Οι σημαντικές διαστάσεις του εαυτού 2.3 Βασικές συνιστώσες του εαυτού		1.1.1 Να αναγνωρίζουν τη σημασία της ολιστικής ανάπτυξης του εαυτού	1.1.1 - Έννοια εαυτού - Διαστάσεις εαυτού (σωματική, νοητική, συναισθηματική, ηθική, κοινωνική) - Συνιστώσες εαυτού (αυτοαντίληψη/αυτοεικόνα, αυτοεκτίμηση)
		1.1.2 Να αναγνωρίζουν ότι η αυτογνωσία αποτελεί προϋπόθεση αυτοβελτίωσης	1.1.2 - Αυτογνωσία και η σημασία της ➤ Σχέση αυτοαντίληψης και αυτοεκτίμησης - Αυτοβελτίωση
		1.1.3 Να αναγνωρίζουν και να αναλύουν κριτικά τους	1.1.3 - Παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοαντίληψη και την

		<p>παράγοντες προστασίας και τους παράγοντες κινδύνου που επηρεάζουν την ανάπτυξη εαυτού</p>	<p>αυτοεκτίμηση του ατόμου (π.χ. οικογένεια, σχολείο, φίλοι, βιώματα, πολιτισμικό πλαίσιο, Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης & Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης)</p>
		<p>1.1.4 Να καταδεικνύουν και να εφαρμόζουν τρόπους βελτίωσης για κάθε διάσταση του εαυτού</p>	<p>1.1.4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Χαρακτηριστικά εαυτού - Χαρακτηριστικά του εαυτού που χρήζουν βελτίωσης - Στόχοι για ατομική βελτίωση βάσει των διαστάσεων εαυτού - Στόχοι: συγκεκριμένοι, μετρήσιμοι, εφικτοί, ρεαλιστικοί, χρονικά δεσμευτικοί
<p>Κεφάλαιο 3: Η εφηβεία 3.1 Η χρονική περίοδος της εφηβείας 3.2 Αλλαγές στην εφηβεία 3.3 Σημαντικές σχέσεις στην εφηβεία 3.4 Φορείς παροχής βοήθειας στην εφηβεία</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p>1.1.5 Να αναγνωρίζουν τις βιοσωματικές, συναισθηματικές, γνωστικές και κοινωνικές αλλαγές που συμβαίνουν κατά την εφηβική περίοδο και να επιδεικνύουν τρόπους διαχείρισης των αλλαγών</p>	<p>1.1.5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Η περίοδος της εφηβείας ως φυσιολογικό στάδιο ανάπτυξης και ωρίμανσης του ατόμου - Βασικά χαρακτηριστικά της εφηβείας στον βιοσωματικό, γνωστικό, συναισθηματικό και κοινωνικό τομέα - Η μοναδικότητα σε σχέση με τις αλλαγές στην εφηβεία - Τρόποι διαχείρισης αλλαγών - Δομές/φορείς παροχής βοήθειας στην εφηβεία

ΑΞΟΝΑΣ 1: Ανάπτυξη και Ενδυνάμωση του Εαυτού

Ενότητα: 1.2 Συναισθηματική Εκπαίδευση και Αυτοεκτίμηση

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ <i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ <i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
Κεφάλαιο 3: Η εφηβεία 3.2 Αλλαγές στην εφηβεία	2	1.2.1 Να αναγνωρίζουν, να κατονομάζουν και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους	1.2.1 <ul style="list-style-type: none">- Ορισμός συναισθήματος- Ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα- Σχέση ερεθίσματος, συναισθήματος και συμπεριφοράς- Συναισθηματική νοημοσύνη
		1.2.2 Να αναπτύξουν ικανότητες ενσυναίσθησης	1.2.2 <ul style="list-style-type: none">- Ορισμός ενσυναίσθησης- Σχέση ενσυναίσθησης και συμπεριφοράς


		<p>1.2.3</p> <p>Να εφαρμόζουν τεχνικές διαχείρισης δυσάρεστων συναισθημάτων, ιδιαίτερα του άγχους και του θυμού</p>	<p>1.2.3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια άγχους και θυμού - Τεχνικές διαχείρισης και ελαχιστοποίησης του άγχους και του θυμού (π.χ. φανάρι διαχείρισης θυμού, θυμόμετρο, παγόβουνο θυμού, διαφραγματική αναπνοή, οραματισμός, βήματα επίλυσης προβλήματος)
<p>Κεφάλαιο 2: Ο εαυτός μου</p> <p><i>2.3 Βασικές συνιστώσες του εαυτού</i></p>		<p>1.2.4</p> <p>Να καταδεικνύουν και να εφαρμόζουν τρόπους βελτίωσης της αυτοεκτίμησής τους</p>	<p>1.2.4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια αυτοεκτίμησης - Διάκριση αυτοεκτίμησης (χαμηλή και υψηλή) - Χαρακτηριστικά ατόμων με υψηλή και χαμηλή αυτοεκτίμηση - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και έκφρασης συναισθημάτων, ιδιαίτερα στους εφήβους - Τρόποι ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης (π.χ. στρατηγική θετικού τρόπου σκέψης, στοχοθέτηση) - Σχέση αυτοεκτίμησης και προσφοράς (στην οικογένεια, στο σχολείο, στην κοινότητα)

ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής

Ενότητα 2.1 Υγιής τρόπος ζωής και συνθήκες ζωής

Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις: Να απολαμβάνουν ευχάριστες και υγιείς συμπεριφορές στο σχολείο και στην κοινότητά τους

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ <i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ <i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
Κεφάλαιο 1: Η υγεία μου 1.1 Η έννοια της υγείας 1.2 Οι διαστάσεις της υγείας 1.3 Καθοριστικοί παράγοντες της υγείας 1.4 Δημόσια Υγεία	4	2.1.1 Να αναγνωρίζουν την έννοια της υγείας	2.1.1 <ul style="list-style-type: none">- Ορισμός υγείας- Διαστάσεις της υγείας (σωματική, ψυχική, συναισθηματική, κοινωνική, πνευματική)
		2.1.2 Να εντοπίζουν και να αναλύουν κριτικά τους παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία και τον τρόπο ζωής των ατόμων	2.1.2 <ul style="list-style-type: none">- Παράγοντες κινδύνου και προστασίας της υγείας (γενετικοί, περιβαλλοντικοί, κοινωνικοί, οικονομικοί)- Αλληλεπίδραση των παραγόντων- Ζητήματα δημόσιας υγείας σε εθνικό και διεθνές επίπεδο- Φορείς - Δομές προαγωγής υγείας και παροχής υγειονομικών υπηρεσιών

<p>Κεφάλαιο 3: Η εφηβεία 3.2 Αλλαγές στην εφηβεία</p>		<p>2.1.3 Να αναγνωρίζουν τη σημασία της ατομικής υγιεινής ιδιαίτερα κατά την εφηβική περίοδο</p>	<p>2.1.3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ορισμός ατομικής υγιεινής - Καθημερινές συνήθειες ατομικής υγιεινής των εφήβων - Η πολύπλευρη αξία της ατομικής υγιεινής και η επίδρασή της στην αυτοεικόνα και την αυτοεκτίμηση του εφήβου
<p>Κεφάλαιο 1: Η υγεία μου 1.1 Η έννοια της υγείας 1.2 Οι διαστάσεις της υγείας 1.3 Καθοριστικοί παράγοντες της υγείας 1.4 Δημόσια Υγεία</p>		<p>2.1.4 Να διαμορφώνουν σχέδιο δράσης που να στοχεύει στη βελτίωση των συνθηκών για μια υγιή ζωή</p>	<p>2.1.4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Σχέδιο δράσης¹ που στοχεύει στη βελτίωση των συνθηκών για μια υγιή ζωή

¹ Βήματα υλοποίησης σχεδίου δράσης: 1.Εντοπισμός του προβλήματος, 2.Ανάλυση του προβλήματος στις διαστάσεις του – συλλογή δεδομένων, 3. Εξεύρεση εναλλακτικών ιδεών/λύσεων (προσθήκη), 4. Προτερήματα και μειονεκτήματα της κάθε λύσης, 5. Επιλογή και εφαρμογή της προτεινόμενης λύσης, 6. Παρακολούθηση και αξιολόγηση.

ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής

Ενότητα 2.2 Φαγητό, διατροφή και υγεία

Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις: Να απολαμβάνουν στιγμές προετοιμασίας και κατανάλωσης φαγητού στο σχολείο, στη σχολική εκδρομή και σε χώρους αναψυχής στην κοινότητά τους

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ <i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ <i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
Κεφάλαιο 5: Φαγητό, διατροφή και υγεία <i>5.1 Διατροφή και υγεία 5.2 Ο ρόλος της τροφής 5.3 Τα θρεπτικά συστατικά και ο ρόλος τους στον οργανισμό 5.4 Ομαδοποίηση τροφών 5.5 Οδηγοί και Μοντέλα Διατροφής 5.6 Επιλογή τροφής 5.7 Ετοιμασία υγιεινού γεύματος ή σνακ</i>	10	2.2.1 Να αναγνωρίζουν τη σημασία της υγιεινής διατροφής στην καθημερινότητα	2.2.1 <ul style="list-style-type: none">- Σπουδαιότητα της υγιεινής διατροφής στη ζωή των ατόμων- Βασικές έννοιες υγιεινής διατροφής:<ul style="list-style-type: none">➤ Ρόλος τροφής➤ Θρεπτικά συστατικά➤ Νερό➤ Αλάτι➤ Ζάχαρη➤ Ομάδες τροφών➤ Ορισμός και σημασία ενεργειακού ισοζυγίου➤ Οδηγοί και Μοντέλα Διατροφής
		2.2.2 Να αναλύουν και να επεξηγούν τους παράγοντες που	2.2.2 <ul style="list-style-type: none">- Παράγοντες που επηρεάζουν τις διατροφικές επιλογές των ατόμων

<p>Κεφάλαιο 4: Ασφάλεια και υγιεινή 4.1 Ασφάλεια στην κουζίνα 4.2 Ασφάλεια και υγιεινή τροφίμων 4.3 Πειραματικές δραστηριότητες στο εργαστήριο</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p>επηρεάζουν τις διατροφικές επιλογές των ατόμων</p>	<p>(π.χ. οικογενειακές επιδράσεις, κόστος τροφής, τεχνολογία, θρησκεία, διατροφικές γνώσεις, γευστικές προτιμήσεις)</p>
		<p>2.2.3 Να σχεδιάζουν ισοζυγισμένα γεύματα</p>	<p>2.2.3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Τρόποι βελτίωσης των διατροφικών επιλογών των ατόμων - Ισοζυγισμένα γεύματα <ul style="list-style-type: none"> ➤ Τροφές από όλες τις ομάδες τροφών ➤ Οδηγοί και Μοντέλα Διατροφής: Πυραμίδα Μεσογειακής Διατροφής, Πυραμίδα Διατροφής, μοντέλο «Το Πιάτο μου»
		<p>2.2.4 Να παρασκευάζουν ισοζυγισμένα γεύματα εφαρμόζοντας κανόνες υγιεινής και ασφάλειας</p>	<p>2.2.4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ασφάλεια τροφίμων και παρασκευή ισοζυγισμένου γεύματος ή/και σνακ: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Σκεύη, εργαλεία, άλλος εξοπλισμός ➤ Διαδικασία μέτρησης και ζυγίσματος υλικών ➤ Δεξιότητες διαχείρισης τροφίμων: πλύσιμο, αποφλοιώση, κόψιμο,

			<p>τρίψιμο, βράσιμο τροφίμων, κυκλική οικονομία στα τρόφιμα</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ασφαλής χρήση συσκευών κουζίνας ➤ Κανόνες υγιεινής και ασφάλειας κατά τον χειρισμό των τροφίμων ➤ Χρόνος και καταμερισμός εργασίας ➤ Βήματα πρακτικής εργασίας (εκτέλεση/διαφοροποίηση συνταγής κ.ά.) ➤ Σερβίρισμα φαγητού και σωστή συμπεριφορά κατά την κατανάλωσή του
		<p>2.2.5 Να συμβάλλουν με ατομικές και συλλογικές δράσεις στην ενίσχυση των δυνατοτήτων υγιεινής διατροφής</p>	<p>2.2.5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Σχέδιο Δράσης² για τη βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των εφήβων

² Βήματα υλοποίησης σχεδίου δράσης: 1.Εντοπισμός του προβλήματος, 2.Ανάλυση του προβλήματος στις διαστάσεις του – συλλογή δεδομένων, 3. Εξεύρεση εναλλακτικών ιδεών/λύσεων (προσθήκη), 4. Προτερήματα και μειονεκτήματα της κάθε λύσης, 5. Επιλογή και εφαρμογή της προτεινόμενης λύσης, 6. Παρακολούθηση και αξιολόγηση

ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής

Ενότητα 2.3 Φυσική δραστηριότητα και υγεία

Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις: Να εμπλακούν όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες σε ευχάριστες φυσικές δραστηριότητες στο σχολείο και στην κοινότητα

ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής

Ενότητα 2.4 Χρήση και κατάχρηση ουσιών

Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις: Να έχουν πρακτικές εμπειρίες ποιοτικής αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου τους στο σχολείο και στην κοινότητά τους

ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής

Ενότητα 2.5 Ασφάλεια


Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις: Να εφαρμόζουν πρακτικές που προάγουν την ασφάλεια στη σχολική τους ζωή

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ <i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ <i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
Κεφάλαιο 4: Ασφάλεια και υγιεινή 4.1 Ασφάλεια στην κουζίνα 4.2 Ασφάλεια και υγιεινή τροφίμων 4.3 Πειραματικές δραστηριότητες στο εργαστήριο	4	2.5.1 Να εντοπίζουν και να αξιολογούν τους παράγοντες πρόκλησης ατυχημάτων και τους παράγοντες προστασίας από ατυχήματα	2.5.1 <ul style="list-style-type: none">- Ορισμοί: ασφάλειας, κινδύνου, ατυχήματος, δυστυχήματος- Πιθανά σημεία κινδύνων σε εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους- Παράγοντες πρόκλησης (π.χ. άγνοια, ηλικία, διανοητική ικανότητα, αμέλεια, απροσεξία, επικίνδυνες εγκαταστάσεις) και
Κεφάλαιο 7: Κυκλοφοριακή Αγωγή 7.1 Ασφαλής χρήση του οδικού δικτύου 7.2 Ασφαλές περπάτημα	4		

<p>7.3 Ασφαλής ποδηλασία</p> <p>7.4 Ασφαλής χρήση ηλεκτρικού σκούτερ</p> <p>7.5 Υπεύθυνη συμπεριφορά επιβατών</p> <p>7.6 Χρήση του οδικού δικτύου από Άτομα με Αναπηρίες (ΑΜΕΑ)</p> <p>7.7 Ευρωπαϊκός Αριθμός Έκτακτης Ανάγκης - 112</p>			προστασίας ατυχημάτων (π.χ. γνώση, υπευθυνότητα, κατάλληλες εγκαταστάσεις)
		<p>2.5.2</p> <p>Να εφαρμόζουν συμπεριφορές που προάγουν την ασφάλεια των ατόμων στην καθημερινότητά τους</p>	<p>2.5.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Παραδείγματα υπεύθυνων συμπεριφορών που προάγουν την ασφάλεια των ατόμων - Τοπικοί, διεθνείς φορείς και υποστηρικτικά δίκτυα για την πρόληψη, αντιμετώπιση, μείωση ή/και εξάλειψη των κινδύνων και ατυχημάτων
		<p>2.5.3</p> <p>Να εφαρμόζουν ενδεδειγμένη συμπεριφορά ως πεζοί, επιβάτες, ποδηλάτες, οδηγοί ηλεκτρικού σκούτερ και ως μελλοντικοί οδηγοί</p>	<p>2.5.3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ενδεδειγμένη συμπεριφορά στο δρόμο ιδιαίτερα σύμφωνα με τις βασικές αρχές του Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας - Ενδεδειγμένη συμπεριφορά σε περίπτωση ατυχήματος στο οδικό περιβάλλον, είτε ως θεατής , είτε ως εμπλεκόμενος - Συνέπειες λανθασμένης κυκλοφοριακής συμπεριφοράς - Δικαιώματα και υποχρεώσεις πεζού, επιβάτη, ποδηλάτη, οδηγού ηλεκτρικού σκούτερ


		2.5.4 Να μπορούν να παρεμβαίνουν με ατομικές και συλλογικές δράσεις για την πρόληψη, αντιμετώπιση, μείωση ή/και την εξάλειψη των ατυχημάτων	2.5.4 - Ατομικές και συλλογικές πρακτικές για την πρόληψη κινδύνων και ατυχημάτων στο σχολείο, στο σπίτι και στην κοινότητα
ΑΞΟΝΑΣ 3: Δημιουργία και Βελτίωση Κοινωνικού Εαυτού			
<i>Ενότητα 3.1 Οικογενειακός προγραμματισμός, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία</i>			
ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ <i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ <i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
Κεφάλαιο 3: Η εφηβεία <i>3.1 Η χρονική περίοδος της εφηβείας</i> <i>3.2 Αλλαγές στην εφηβεία</i> <i>3.4 Φορείς παροχής βοήθειας στην εφηβεία</i>	2	3.1.1 Να εξηγούν την ανθρώπινη σεξουαλική ανάπτυξη κατά την εφηβική περίοδο και τον ρόλο των ορμονών σε σχέση με αυτή	3.1.1 - Ανάπτυξη/ωρίμανση των μερών του σώματος που σχετίζονται με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία - Βασικές λειτουργίες του σώματος που συμβάλλουν στην αναπαραγωγή (εμμηνόρροια, εκσπερμάτωση) - Ρόλος των ορμονών στην ωρίμανση του αναπαραγωγικού συστήματος και τη ρύθμιση των σεξουαλικών λειτουργιών:

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ εμμηνόρροια, παραγωγή σπέρματος, ονειρώξη, διέγερση, αυνανισμός ➤ ρομαντικά και ερωτικά συναισθήματα/ σεξουαλική έλξη ➤ εναλλαγή διάθεσης
		<p>3.1.2</p> <p>Να αναγνωρίζουν ότι η σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση αποτελεί παράνομη πράξη και να αναζητούν υποστήριξη και βοήθεια</p>	<p>3.1.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια σεξουαλικής παρενόχλησης /κακοποίησης - Η σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση ανηλίκων είναι παράνομη ανεξάρτητα από ποιον ενήλικα διαπράττεται (γνωστός/-ή, έμπιστος/-η, μέλος της οικογένειας) – δεν φέρει ευθύνη ποτέ το θύμα - Δικαίωμα σωματικής αυτονομίας προσωπικών ορίων - Νομικό πλαίσιο - Ενδεδειγμένες ενέργειες σε περίπτωση σεξουαλικής παρενόχλησης και κακοποίησης - Αναζήτηση βοήθειας από: <ul style="list-style-type: none"> ➤ έμπιστο ενήλικα (κριτήρια επιλογής έμπιστου ενήλικα) ➤ διαθέσιμες/-ους υπηρεσίες/φορείς,

			συμπεριλαμβανομένου του σχολείου
ΑΞΟΝΑΣ 3: Δημιουργία και Βελτίωση Κοινωνικού Εαυτού <i>Ενότητα 3.2 Ανάπτυξη Κοινωνικών Δεξιοτήτων και Σχέσεων</i> Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις: Να έχουν την ευκαιρία ανάπτυξης καλών σχέσεων με φίλους, οικογένεια, ενήλικες, τρίτη ηλικία			
ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ <i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ <i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
Κεφάλαιο 3: Η εφηβεία <i>3.2 Αλλαγές στην εφηβεία</i> <i>3.3 Σημαντικές σχέσεις στην εφηβεία</i> <i>3.4 Φορείς παροχής βοήθειας στην εφηβεία</i>		3.2.1 Να δημιουργούν και να διατηρούν υγιείς οικογενειακές και φιλικές σχέσεις εφαρμόζοντας βασικές κοινωνικές δεξιότητες	3.2.1 <ul style="list-style-type: none"> - Ανάγκη κοινωνικής επαφής - αίσθημα του «ανήκειν» - Διαπροσωπικές σχέσεις στο οικογενειακό, φιλικό, σχολικό και ευρύτερο περιβάλλον - Χαρακτηριστικά υγιών συμπεριφορών στις διαπροσωπικές σχέσεις των εφήβων (π.χ. αγάπη, συνεργασία, αμοιβαία φροντίδα, αμοιβαίος σεβασμός, εμπιστοσύνη, υποστήριξη, ισότητα φύλων, ενσυναίσθηση) - Βασικές κοινωνικές δεξιότητες:

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ αποτελεσματική επικοινωνία ➤ επίλυση συγκρούσεων (συγκρούσεις και παρεξηγήσεις μεταξύ των μελών της οικογένειας και των φίλων και τρόποι επίλυσής τους, διεκδικητική συμπεριφορά) ➤ διαχείριση και έκφραση συναισθημάτων ➤ συνεργασία ➤ θέσπιση προσωπικών ορίων και σεβασμός των ορίων άλλων ατόμων - Καλλιέργεια υγιών οικογενειακών και φιλικών σχέσεων: <ul style="list-style-type: none"> ➤ οφέλη υγιών οικογενειακών και φιλικών σχέσεων ➤ αξιολόγηση της προσωπικής συνεισφοράς στη λειτουργικότητα των σχέσεων ➤ τρόποι ενίσχυσης των υγιών σχέσεων ➤ η σημασία της συναίνεσης στις σχέσεις
		3.2.2 Να καλλιεργήσουν δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας	3.2.2 - Η έννοια και η αξία της επικοινωνίας

			<ul style="list-style-type: none"> - Μορφές επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική) - Η αποτελεσματική επικοινωνία ως βασικό στοιχείο δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων - Δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας: ενεργητική ακρόαση, ενσυναίσθηση
ΑΞΟΝΑΣ 4: Δημιουργία ενεργού πολίτη			
Ενότητα 4.1 Αγωγή του καταναλωτή			
ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ <i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ <i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
Κεφάλαιο 6: Αγωγή καταναλωτή 6.1 Η σημασία της καταναλωτικής αγωγής 6.2 Η συμπεριφορά του καταναλωτή 6.3 Δικαιώματα και υποχρεώσεις του καταναλωτή 6.4 Υπεύθυνοι Φορείς για τη διαχείριση καταναλωτικών θεμάτων 6.5 Ο ρόλος της διαφήμισης στην κατανάλωση 6.6 Διατροφική ετικέτα	6	4.1.1 Να επιδεικνύουν υπεύθυνη καταναλωτική συμπεριφορά	4.1.1 <ul style="list-style-type: none"> - Έννοιες καταναλωτή και αγωγής καταναλωτή - Σημασία της αγωγής καταναλωτή - Παράγοντες που επηρεάζουν τη συμπεριφορά του καταναλωτή (π.χ. οικονομικοί, κοινωνικοί, ψυχολογικοί, τεχνολογικοί)
		4.1.2 Να διεκδικούν τα δικαιώματά τους και να αναλαμβάνουν τις	4.1.2 <ul style="list-style-type: none"> - Δικαιώματα και υποχρεώσεις του καταναλωτή

Υφασματολογία & Κατασκευή Λειτουργικού αντικειμένου		υποχρεώσεις τους ως καταναλωτές	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Βιώσιμη ή αειφόρος ή πράσινη κατανάλωση - Θεσμοθετημένες διαδικασίες στην Κύπρο και στην Ευρώπη σε περιπτώσεις παραβίασης των δικαιωμάτων του καταναλωτή - Κυβερνητικοί και Μη Κυβερνητικοί Φορείς για διαχείριση θεμάτων καταναλωτή - Ενδεδειγμένες διαδικασίες διαχείρισης παραβίασης δικαιωμάτων καταναλωτή
		4.1.3 Να εντοπίζουν και να αναλύουν κριτικά τις τεχνικές που χρησιμοποιούνται στις διαφημίσεις προϊόντων και υπηρεσιών	<ul style="list-style-type: none"> - Ορισμός διαφήμισης - Στόχοι διαφήμισης - Διαφημιστικά μέσα - Κατηγορίες διαφήμισης - Είδη διαφημίσεων - Μέσα και τεχνικές διαφήμισης - Επίδραση διαφήμισης στην καταναλωτική συμπεριφορά
		4.1.4 Να επεξεργάζονται κριτικά τις πληροφορίες που δίνονται στις ετικέτες προϊόντων της αγοράς	4.1.4 <ul style="list-style-type: none"> - Ορισμός ετικέτας - Πληροφορίες ετικέτας προϊόντων της αγοράς <ul style="list-style-type: none"> ➤ Διατροφική ετικέτα ➤ Ετικέτα ενδυμάτων

		<p>4.1.5</p> <p>Να αναλύουν κριτικά τους παράγοντες υγείας, οικονομίας και περιβάλλοντος που επηρεάζουν τις ενδυματολογικές τους επιλογές</p>	<p>4.1.5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Χρησιμότητα υφασμάτων - Κατασκευή υφασμάτων - Υφαντικές ίνες - Ρόλος των ενδυμάτων ➤ Παράγοντες που επηρεάζουν τις ενδυματολογικές επιλογές των ατόμων
		<p>4.1.6</p> <p>Να επιλέγουν την κατάλληλη ποιότητα υφασμάτων κατά περίπτωση και να τα φροντίζουν ανάλογα βάσει της σήμανσής τους</p>	<p>4.1.6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ιδιότητες υφασμάτων - Ετικέτα υφασμάτων και διεθνή σύμβολα - Φροντίδα υφασμάτων
		<p>4.1.7</p> <p>Να κατασκευάζουν λειτουργικά αντικείμενα</p>	<p>4.1.7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Χρήση και επαναχρησιμοποίηση υφασμάτων και άλλων υλικών - Οικονομία και προστασία περιβάλλοντος από τη χρήση και επαναχρησιμοποίηση υφασμάτων και άλλων υλικών - Στάδια δημιουργίας λειτουργικής κατασκευής <ul style="list-style-type: none"> ➤ Καθορισμός προβλήματος ➤ Εξεύρεση και εξέταση εναλλακτικών λύσεων

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Επιλογή και εφαρμογή κατάλληλης λύσης ➤ Αξιολόγηση
<p>ΑΞΟΝΑΣ 4: Δημιουργία ενεργού πολίτη</p> <p><i>Ενότητα 4.3 Δικαιώματα και υποχρεώσεις</i></p> <p>Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις: <i>Να συνεργάζονται εφαρμόζοντας τις δημοκρατικές αρχές και να συμμετέχουν στις διαδικασίες λήψης απόφασης για θέματα που τους/τις αφορούν, αναλαμβάνοντας ταυτόχρονα ευθύνες για την εύρυθμη λειτουργία της τάξης και του σχολείου τους</i></p>			

Γενικές επισημάνσεις:

- Για την υλοποίηση των δεικτών επιτυχίας, ο/η εκπαιδευτικός προτρέπεται να επιλέγει Δείκτες Επάρκειας ανάλογα με τις ανάγκες των μαθητών/μαθητριών και της Σχολικής Μονάδας.
- Ο/η εκπαιδευτικός προτρέπεται να επιλέξει την υλοποίηση ενός Σχεδίου Δράσης κατά τη διάρκεια της Σχολικής Χρόνιας, ανάλογα με τις ανάγκες των μαθητών/μαθητριών και της κοινότητας, παρόλο που γίνεται αναφορά για ανάπτυξη Σχεδίου Δράσης σε αρκετά σημεία του ετήσιου προγραμματισμού.
- Ο/η εκπαιδευτικός προτρέπεται να υλοποιήσει δύο (2) πρακτικές εργασίες στην υποενότητα 2.2. Φαγητό και Υγεία