



# Α΄ Γυμνασίου

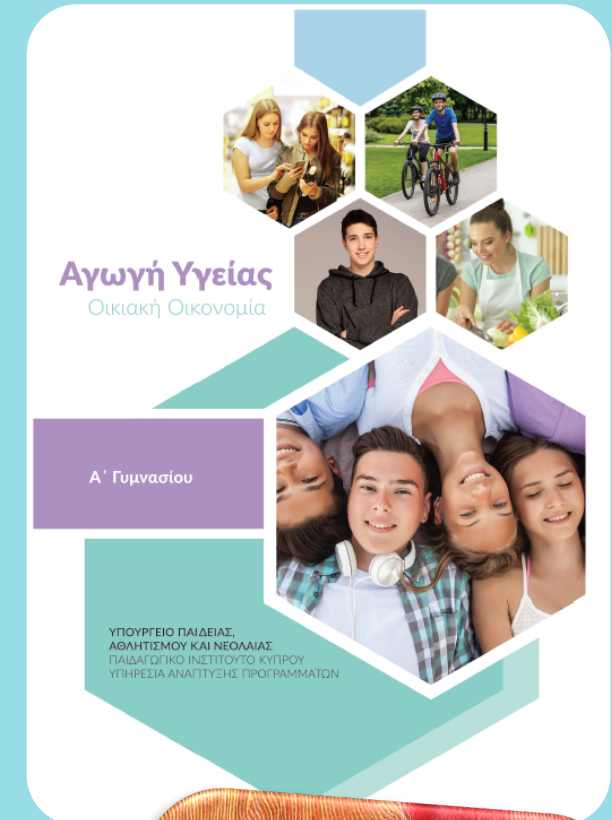
## Προγραμματισμός

### Διδακτέας Ύλης

# Αγωγής Υγείας

για μαθητές/μαθήτριες με  
Μεταναστευτική Βιογραφία

2024-2025





Το μάθημα της Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας) **Α΄ Γυμνασίου** διδάσκεται **μία (1) περίοδο** την εβδομάδα στους/στις μαθητές/μαθήτριες μεταναστευτικής βιογραφίας. Το σύνολο των διδακτικών περιόδων ανέρχεται στις **30**, από τις οποίες οι **15 αφορούν στο Α΄ Τετράμηνο και οι υπόλοιπες 15 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 Αναλυτικού Προγράμματος Αγωγής Υγείας με το περιεχόμενο των Διδακτικών Εγχειριδίων.

#### **Κατανομή Διδακτικών Περιόδων:**

<b>ΣΥΝΟΛΟ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΔΩΝ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ 30 Εβδομάδες x 1 Διδ. Περίοδο</b>	<b>30</b>
<b>Α΄ Τετράμηνο: 15 Εβδομάδες x 1 Διδ. Περίοδο</b>	<b>15</b>
➤ <b>Γνωριμία – Συμβόλαιο Συνεργασίας</b>	<b>1</b>
<b>Κεφάλαιο 1:</b> Η υγεία μου	<b>1</b>
<b>Κεφάλαιο 2:</b> Ο Εαυτός μου	<b>3</b>
<b>Κεφάλαιο 3:</b> Η εφηβεία	<b>8</b>
<b>Κεφάλαιο 4:</b> Ασφάλεια και υγιεινή	<b>2</b>
<b>Β΄ Τετράμηνο: 15 Εβδομάδες x 1 Διδ. Περίοδο</b>	<b>15</b>
<b>Κεφάλαιο 5:</b> Φαγητό, διατροφή και υγεία & Πρακτική Εργασία Μαγειρικής	<b>7</b>
<b>Κεφάλαιο 7:</b> Κυκλοφοριακή Αγωγή	<b>3</b>
<b>Υφασματολογία &amp; Κατασκευή λειτουργικού αντικειμένου</b>	<b>5</b>



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

ΑΞΟΝΑΣ 1: Ανάπτυξη και Ενδυνάμωση του Εαυτού				
Ενότητα 1.1 Ανάπτυξη και Εξέλιξη Εαυτού				
ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ		ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
		Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:		Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
<b>Κεφάλαιο 2:</b> <b>Ο εαυτός μου</b> 2.1. Εαυτός και αυτογνωσία 2.2. Οι σημαντικές διαστάσεις του εαυτού 2.3 Βασικές συνιστώσες του εαυτού	2	1.1.1	Να αναγνωρίζουν τη σημασία της ολιστικής ανάπτυξης του εαυτού	1.1.1 - Διαστάσεις εαυτού (σωματική, νοητική, συναισθηματική, ηθική, κοινωνική)
		1.1.4	Να καταδεικνύουν και να εφαρμόζουν τρόπους βελτίωσης για κάθε διάσταση του εαυτού	1.1.4 - Χαρακτηριστικά εαυτού - Χαρακτηριστικά του εαυτού που χρήζουν βελτίωσης - Στόχοι για ατομική βελτίωση κάθε διάστασης του εαυτού ➤ Στόχοι: συγκεκριμένοι, μετρήσιμοι, εφικτοί, ρεαλιστικοί, χρονικά δεσμευτικοί
<b>Κεφάλαιο 3:</b> <b>Η εφηβεία</b> 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	1.5	1.1.5	Να αναγνωρίζουν βιοσωματικές, συναισθηματικές, γνωστικές και κοινωνικές αλλαγές που συμβαίνουν κατά την εφηβική περίοδο και να επιδεικνύουν τρόπους διαχείρισης των αλλαγών	1.1.5 - Η περίοδος της εφηβείας ως φυσιολογικό στάδιο ανάπτυξης και ωρίμανσης του ατόμου - Βασικά χαρακτηριστικά της εφηβείας σε βιοσωματικό, γνωστικό, συναισθηματικό και κοινωνικό επίπεδο - 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		ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
		Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:		Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
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 - Ορισμός συναισθήματος - Ευχάριστα και δυσάρεστα/δύσκολα συναισθήματα - Σχέση ερεθίσματος, συναισθήματος και συμπεριφοράς
		1.2.3	Να εφαρμόζουν τεχνικές διαχείρισης δυσάρεστων/δύσκολων συναισθημάτων, ιδιαίτερα του άγχους και του θυμού	1.2.3 - 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)

**ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής****Ενότητα 2.1 Υγιής τρόπος ζωής και συνθήκες ζωής**

**Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις:** Όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες να απολαμβάνουν ευχάριστες και υγιείς συμπεριφορές στο σχολείο και στην κοινότητά τους

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ		ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
		Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:		Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
<b>Κεφάλαιο 1:</b> <b>Η υγεία μου</b> 1.1 Η έννοια της υγείας 1.2 Οι διαστάσεις της υγείας	1	2.1.1	Να αναγνωρίζουν την έννοια της υγείας	2.1.1 - Ορισμός υγείας - Διαστάσεις της υγείας (σωματική, ψυχική, συναισθηματική, κοινωνική, πνευματική)
<b>Κεφάλαιο 3:</b> <b>Η εφηβεία</b> 3.2 Αλλαγές στην εφηβεία	1.5	2.1.3	Να αναγνωρίζουν τη σημασία της ατομικής υγιεινής ιδιαίτερα κατά την εφηβική περίοδο	2.1.3 - 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/της εφήβου/έφηβη

**ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής****Ενότητα 2.2 Φαγητό, διατροφή και υγεία**

**Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις:** Όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες 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		ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
		Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:		Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
<b>Κεφάλαιο 5:</b> <b>Φαγητό, διατροφή και υγεία</b> 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	7	2.2.1	Να αναγνωρίζουν τη σημασία της υγιεινής διατροφής στην καθημερινότητα και να υιοθετούν υγιεινές διατροφικές συνήθειες	2.2.1 - Σπουδαιότητα της υγιεινής διατροφής στη ζωή των ατόμων - Ρόλος τροφής - Θρεπτικά συστατικά - Ομάδες τροφών - Χρήση ψηφιακής τεχνολογίας για την επεξεργασία/αξιολόγηση των εννοιών διατροφής
		2.2.3	Να σχεδιάζουν ισοζυγισμένα γεύματα	2.2.3 - Τρόποι βελτίωσης των διατροφικών επιλογών των ατόμων - Ισοζυγισμένα γεύματα ➤ Τροφές από όλες τις ομάδες τροφών ➤ Οδηγοί και Μοντέλα Διατροφής: Πυραμίδα Μεσογειακής Διατροφής, Μοντέλο «Το Πιάτο μου» - Χρήση ψηφιακής τεχνολογίας για τη δημιουργία ισοζυγισμένων γευμάτων



		2.2.4	Να παρασκευάζουν ισοζυγισμένα γεύματα εφαρμόζοντας κανόνες υγιεινής και ασφάλειας	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ασφάλεια τροφίμων και παρασκευή ισοζυγισμένου γεύματος ή/και σνακ</li><li>- Σκευή, εργαλεία, άλλος εξοπλισμός</li><li>- Μέτρηση και ζύγισμα υλικών</li><li>- Δεξιότητες χειρισμού τροφίμων: πλύσιμο, αποφλοιώση, κόψιμο, τρίψιμο, μαγείρεμα τροφίμων, κυκλική οικονομία στα τρόφιμα</li><li>- Ασφαλής χρήση συσκευών κουζίνας</li><li>- Κανόνες υγιεινής και ασφάλειας κατά τον χειρισμό των τροφίμων</li><li>- Βήματα πρακτικής εργασίας (εκτέλεση/διαφοροποίηση συνταγής κ.ά.)</li><li>- Προγραμματισμός: καταμερισμός χρόνου και εργασιών</li><li>- Σερβίρισμα φαγητού και σωστή συμπεριφορά κατά την κατανάλωσή του</li></ul>
--	--	-------	---	---

**ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής****Ενότητα 2.3 Φυσική δραστηριότητα και υγεία**

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

**ΑΞΟΝΑΣ 2: Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής****Ενότητα 2.4 Εξαρτητικές Συμπεριφορές και υγεία**

**Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις:** Όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες 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 και υγεία**

**Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις:** Όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες να εφαρμόζουν πρακτικές που προάγουν την ασφάλεια στη σχολική τους ζωή

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ		ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
		Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:		Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
<b>Κεφάλαιο 4:</b> <b>Ασφάλεια και υγιεινή</b> 4.1 Ασφάλεια στην κουζίνα 4.2 Ασφάλεια και υγιεινή τροφίμων 4.3 Πειραματικές δραστηριότητες στο εργαστήριο	<b>3</b>	2.5.1	Να δικαιολογούν την αναγκαιότητα εφαρμογής κανόνων υγιεινής και ασφάλειας στην κουζίνα και κατά τον χειρισμό των τροφίμων	2.5.1 - Κανόνες υγιεινής ➤ Παράγοντες ανάπτυξης μικροοργανισμών ➤ Πρόληψη επιμόλυνσης τροφίμων - Κανόνες ασφαλείας ➤ Τρόποι αποφυγής ατυχημάτων στην κουζίνα
<b>Κεφάλαιο 7:</b> <b>Κυκλοφοριακή Αγωγή</b> 7.1 Ασφαλής χρήση του οδικού δικτύου 7.2 Ασφαλές περπάτημα 7.3 Ασφαλής ποδηλασία 7.4 Ασφαλής χρήση ηλεκτρικού σκούτερ	<b>3</b>	2.5.2	Να εντοπίζουν και να αξιολογούν τους παράγοντες πρόκλησης ατυχημάτων και τους παράγοντες προστασίας από ατυχήματα	2.5.2 - Πιθανά σημεία κινδύνων σε εσωτερικούς και εξωτερικούς χώρους - Παράγοντες πρόκλησης (π.χ. άγνοια, ηλικία, διανοητική ικανότητα, αμέλεια, απροσεξία, επικίνδυνες εγκαταστάσεις) και προστασίας ατυχημάτων (π.χ. γνώση, υπευθυνότητα, κατάλληλες εγκαταστάσεις)
		2.5.3	Να εφαρμόζουν συμπεριφορές που προάγουν την ασφάλεια των ατόμων στην καθημερινότητά του	2.5.3 - Παραδείγματα υπεύθυνων συμπεριφορών που προάγουν την ασφάλεια των ατόμων





7.5 Υπεύθυνη συμπεριφορά επιβατών 7.6 Χρήση του οδικού δικτύου από Άτομα με Αναπηρίες (ΑΜΕΑ) 7.7 Ευρωπαϊκός Αριθμός Έκτακτης Ανάγκης - 112		2.5.4	Να εφαρμόζουν ενδεδειγμένη συμπεριφορά ως πεζοί, επιβάτες, ποδηλάτες, οδηγοί ηλεκτρικού σκούτερ και ως μελλοντικοί οδηγοί	2.5.4 - Ενδεδειγμένη συμπεριφορά στον 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 - Χρήση ψηφιακών εργαλείων κυκλοφοριακής αγωγής
--	--	-------	---	---

**ΑΞΟΝΑΣ 3: Δημιουργία και Βελτίωση Κοινωνικού Εαυτού****Ενότητα 3.1 Οικογενειακός προγραμματισμός, σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία**

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ		ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
		Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:		Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
<b>Κεφάλαιο 3:</b> <b>Η εφηβεία</b> 3.1 Η χρονική περίοδος της εφηβείας 3.2 Αλλαγές στην εφηβεία 3.4 Φορείς παροχής βοήθειας στην εφηβεία	<b>1</b>	3.1.1	Να δικαιολογούν τον ρόλο των ορμονών στην ανθρώπινη σεξουαλική ανάπτυξη κατά την εφηβική περίοδο	3.1.1 - Ρόλος των ορμονών στην ωρίμανση του αναπαραγωγικού συστήματος και τη ρύθμιση των σεξουαλικών λειτουργιών: ➤ εμμηνόρροια, παραγωγή σπέρματος, ονείρωση, διέγερση, αυνανισμός ➤ ρομαντικά και ερωτικά συναισθήματα/ σεξουαλική έλξη ➤ εναλλαγή διάθεσης



		<p>3.1.2 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"><li>- Έννοια σεξουαλικής παρενόχλησης /κακοποίησης</li><li>- Η σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση ανηλίκων είναι παράνομη ανεξάρτητα από ποιον ενήλικα διαπράττεται (άγνωστος/-ή, γνωστός/-ή, έμπιστος/-η, μέλος της οικογένειας) – δεν φέρει ευθύνη ποτέ το θύμα</li><li>- Σωματική αυτονομία -προσωπικά ορία</li><li>- Νομικό πλαίσιο</li><li>- Ενδεδειγμένες ενέργειες σε περίπτωση σεξουαλικής παρενόχλησης και κακοποίησης</li><li>- Αναζήτηση βοήθειας από:<ul style="list-style-type: none"><li>➤ έμπιστο ενήλικα (κριτήρια επιλογής έμπιστου ενήλικα)</li><li>➤ διαθέσιμες/-ους υπηρεσίες/φορείς, συμπεριλαμβανομένου του σχολείου</li></ul></li></ul>
--	--	--	--

**ΑΞΟΝΑΣ 3: Δημιουργία και Βελτίωση Κοινωνικού Εαυτού****Ενότητα 3.2 Ανάπτυξη Κοινωνικών Δεξιοτήτων και Σχέσεων**

**Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις:** Όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες να έχουν την ευκαιρία ανάπτυξης καλών σχέσεων με φίλους, οικογένεια, ενήλικες, τρίτη ηλικία

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ		ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
		Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:		Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
<b>Κεφάλαιο 3:</b> <b>Η εφηβεία</b> 3.2 Αλλαγές στην εφηβεία 3.3 Σημαντικές σχέσεις στην εφηβεία 3.4 Φορείς παροχής βοήθειας στην εφηβεία	<b>2</b>	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"> <li>- Διαπροσωπικές σχέσεις στο οικογενειακό, φιλικό, σχολικό και ευρύτερο περιβάλλον</li> <li>- Χαρακτηριστικά υγιών διαπροσωπικών σχέσεων των εφήβων (π.χ. αγάπη, συνεργασία, αμοιβαία φροντίδα, αμοιβαίος σεβασμός, εμπιστοσύνη, υποστήριξη, ισότητα φύλων, ενσυναίσθηση)</li> <li>- Βασικές κοινωνικές δεξιότητες:               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ αποτελεσματική επικοινωνία</li> <li>➤ επίλυση συγκρούσεων (συγκρούσεις και παρεξηγήσεις μεταξύ των μελών της οικογένειας και των φίλων και τρόποι επίλυσής τους, διεκδικητική συμπεριφορά)</li> <li>➤ διαχείριση και έκφραση συναισθημάτων</li> <li>➤ συνεργασία</li> <li>➤ θέσπιση προσωπικών ορίων και σεβασμός των ορίων άλλων ατόμων</li> </ul> </li> <li>- Καλλιέργεια υγιών οικογενειακών και φιλικών σχέσεων:               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ οφέλη υγιών οικογενειακών και φιλικών σχέσεων</li> <li>➤ τρόποι ενίσχυσης των υγιών σχέσεων</li> <li>➤ η σημασία της συναίνεσης στις σχέσεις</li> </ul> </li> </ul>



		3.2.2	Να καλλιεργήσουν δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας	3.2.2 - Μορφές επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική) - Η αποτελεσματική επικοινωνία ως βασικό στοιχείο δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων - Δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας: ➤ μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο ➤ ενεργητική ακρόαση
<b>ΑΞΟΝΑΣ 4: Δημιουργία ενεργού πολίτη</b>				
<b>Ενότητα 4.1 Αγωγή του καταναλωτή</b>				
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ</b>	<b>ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ</b>	<b>ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ</b>		<b>ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ</b>
		<i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>		<i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
<b>Υφασματολογία &amp; Κατασκευή λειτουργικού αντικειμένου</b>	<b>5</b>	4.1.6	Να επιλέγουν την κατάλληλη ποιότητα υφασμάτων κατά περίπτωση και να τα φροντίζουν ανάλογα με τη σήμανσή τους	4.1.6 - Ιδιότητες υφασμάτων - Επιλογή υφασμάτων βάσει ιδιοτήτων τους - Ετικέτα υφασμάτων και διεθνή σύμβολα - Φροντίδα υφασμάτων
		4.1.7	Να κατασκευάζουν λειτουργικά αντικείμενα	4.1.7 - Χρήση και επαναχρησιμοποίηση υφασμάτων και άλλων υλικών - Οικονομία και προστασία περιβάλλοντος από τη χρήση και επαναχρησιμοποίηση υφασμάτων και άλλων υλικών - Στάδια δημιουργίας λειτουργικής κατασκευής ➤ Καθορισμός προβλήματος ➤ Εξεύρεση και εξέταση εναλλακτικών λύσεων ➤ Επιλογή και εφαρμογή κατάλληλης λύσης ➤ Αξιολόγηση

**ΑΞΟΝΑΣ 4: Δημιουργία ενεργού πολίτη****Ενότητα 4.3 Δικαιώματα και υποχρεώσεις**

**Κοινός δείκτης επιτυχίας για όλες τις τάξεις:** Όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες 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

ΚΕΦΑΛΑΙΑ/ΥΠΟΚΕΦΑΛΑΙΑ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ		ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
		Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:		Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
	2	4.3.1	Να αναγνωρίζουν τα δικαιώματα των παιδιών στη χώρα υποδοχής τους και να τηρούν τις υποχρεώσεις που απορρέουν από αυτά	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Περίληψη των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων από τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού</li> <li>- Νομικό πλαίσιο Περίληψη των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων από τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Σχέση δικαιωμάτων και νομοθεσίας</li> <li>➤ Παραβίαση των δικαιωμάτων (κυρώσεις και τρόποι προστασίας)</li> <li>➤ Σχέση ανάμεσα στα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις</li> <li>➤ Τοπικοί, Διεθνείς και Ευρωπαϊκοί φορείς</li> </ul> </li> </ul>