

Οικιακή Οικονομία

Β' Λυκείου

2023-2024

Προγραμματισμός Διδακτέας Ύλης Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας)



Β' Λυκείου

Το μάθημα της **Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας) Β΄ Λυκείου Κατεύθυνσης** διδάσκεται **τέσσερις (4) 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. Η γενική κατανομή των διδακτικών περιόδων έχει, ενδεικτικά, ως εξής:

Γενική κατανομή διδακτικών περιόδων Α΄ και Β΄ Τετραμήνου:

ΣΥΝΟΛΟ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΔΩΝ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ (7/9/2023 - 26/4/2024) 30 Εβδομάδες x 4 Δ.Π.	120
Διαθέσιμος διδακτικός χρόνος Σχολικής Χρονιάς (56 Δ.Π. Α΄ Τετράμηνο & 44 Δ.Π. Β΄ Τετράμηνο)	100

Α΄ ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ: ΣΥΝΟΛΟ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΔΩΝ (7/9/2023 – 15/1/2024)	64
Διαθέσιμος Διδακτικός Χρόνος	56
➤ Γνωριμία – Συμβόλαιο Συνεργασίας	2
➤ Δημιουργικές εργασίες (Project)/Αξιολόγηση	6
	8
Θεματική Ενότητα 1: Υγεία	6
Θεματική Ενότητα 2: Ο Εαυτός και η Διαμόρφωση Ταυτότητας και Αξιών στην Εφηβεία	20
Θεματική Ενότητα 3: Υγιείς Σχέσεις	6
Θεματική Ενότητα 4: Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία	18
Θεματική Ενότητα 5: Ανάπτυξη Ασφαλούς και Υγιεινού Τρόπου Ζωής (συνεχίζεται στο Β΄ τετράμηνο)	6
	56
Β΄ ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ: ΣΥΝΟΛΟ ΔΙΔΑΚΤΙΚΩΝ ΠΕΡΙΟΔΩΝ (16/1/2024 – 26/4/2024)	56
Διαθέσιμος Διδακτικός Χρόνος	44
➤ Δημιουργικές εργασίες (Project)/Αξιολόγηση	4
➤ Επαναλήψεις/Ανατροφοδότηση	8
	12
Θεματική Ενότητα 5: Ανάπτυξη Ασφαλούς και Υγιεινού Τρόπου Ζωής (συνέχεια από Α΄ τετράμηνο)	28
Θεματική Ενότητα 6: Αγωγή του Καταναλωτή	9
Θεματική Ενότητα 7: Κυκλοφοριακή Αγωγή	7
	44

Σημείωση: Οι εκπαιδευτικοί καλούνται να ακολουθήσουν τον ετήσιο Προγραμματισμό, ώστε να υλοποιούνται οι καθορισμένοι Δείκτες Επιτυχίας και να διδάξουν υποχρεωτικά τις επτά (7) θεματικές ενότητες, με την πιο πάνω σειρά.

Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας) Β' Λυκείου Κατεύθυνσης

Α' ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ

ΕΝΟΤΗΤΕΣ/ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΕΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 1: Υγεία	6	<i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	<i>Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες</i>
1.1. Υγεία, το πολυτιμότερο αγαθό	3	1.1.1 Να επεξηγούν την επίδραση ατομικών και περιβαλλοντικών παραγόντων στην υγεία του ατόμου	1.1.1 <ul style="list-style-type: none"> - Ορισμός της υγείας - Πτυχές της υγείας: σωματική, ψυχική, συναισθηματική, κοινωνική, πνευματική - Βασικές προϋποθέσεις για επίτευξη της υγείας - Παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία του ατόμου: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ατομικά χαρακτηριστικά, συμπεριφορά και επιλογές στον τρόπο ζωής: διατροφή, φυσική άσκηση, χρήση ουσιών (νόμιμων και παράνομων) ➤ Βιολογικοί παράγοντες: ηλικία, φύλο, κληρονομικά χαρακτηριστικά ➤ Περιβαλλοντικοί παράγοντες: παράγοντες που σχετίζονται με το οικοσύστημα ➤ Παράγοντες του άμεσου περιβάλλοντος: κατοικία, εργασία, διαθεσιμότητα, ποιότητα των υπηρεσιών υγείας ➤ Κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες: κοινωνικο-οικονομική ανάπτυξη, κοινωνικό στρες,

			<p>οικονομικές και κοινωνικές ανισότητες, κοινωνικός αποκλεισμός, αναπτυξιακό ιστορικό, συνθήκες διαβίωσης στα πρώτα χρόνια της ζωής, ποιότητα των συγκοινωνιών.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια Δημόσιας Υγείας - Κυριότερα προβλήματα δημόσιας υγείας π.χ. καρδιαγγειακά προβλήματα, παχυσαρκία, σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, ατυχήματα, χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών - Βασικές λειτουργίες και δράσεις της δημόσιας Υγείας
<p>1.2. Δημόσια Υγεία</p> <p>1.3. Προαγωγή της Υγείας</p>	3	<p>1.2.1 & 1.3.1</p> <p>Να υλοποιούν ατομικές και συλλογικές δράσεις προαγωγής της υγείας στο άμεσο και στο ευρύτερο περιβάλλον</p>	<p>1.2.1 & 1.3.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια Προαγωγής της Υγείας - Αρχές Προαγωγής της Υγείας - Παραδείγματα συμπεριφορών προαγωγής της υγείας και πρόληψης ασθενειών π.χ. <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ισορροπημένη διατροφή ➤ Διατήρηση ιδανικού βάρους ➤ Τακτική άσκηση ➤ Ενημέρωση – Εκπαίδευση ➤ Τακτικές ιατρικές εξετάσεις ➤ Ελάχιστη ή καθόλου κατανάλωση αλκοόλ ➤ 7-8 ώρες ύπνου - Στρατηγικές Ευρωπαϊκής Ένωσης για την υγεία - Ανισότητες στον τομέα της υγείας

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 2: Ο Εαυτός και η Διαμόρφωση Ταυτότητας και Αξιών στην Εφηβεία	20	<i>Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:</i>	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
2.1. Εαυτός (αυτογνωσία – αυτοεκτίμηση).	4	2.1.1 Να εξετάζουν τη σημασία της αυτοεκτίμησης και αυτογνωσίας στη ζωή του ατόμου και να υιοθετούν τεχνικές ενίσχυσής της	2.1.1 <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια εαυτού - Συνιστώσες εαυτού: αυτοαντίληψη -αυτοεκτίμηση - Οι διαστάσεις του εαυτού: σωματική, νοητική, συναισθηματική, κοινωνική, ηθική - Ορισμός της αυτοεκτίμησης - Παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση των εφήβων π.χ. Οι «Σημαντικοί Άλλοι», φροντιστές/γονείς/κηδεμόνες, αδέρφια, δάσκαλοι, συνομήλικοι - Χαρακτηριστικά ατόμων με υψηλή ή χαμηλή αυτοεκτίμηση - Σημασία της αυτοεκτίμησης στη ζωή του ατόμου, ιδιαίτερα στην εφηβική ηλικία - Τεχνικές ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης <ul style="list-style-type: none"> ➤ Φροντίδα του εαυτού ➤ Εστίαση στα θετικά στοιχεία του εαυτού ➤ Καταγραφή των επιτευγμάτων ➤ Στοχοθέτηση ➤ Ανεξαρτητοποίηση ➤ Αποφυγή σύγκρισης με άλλα άτομα ➤ Συναναστροφή με θετικούς ανθρώπους

2.2. Εφηβεία	2	2.2.1	Να υιοθετούν στρατηγικές θετικής αντιμετώπισης των δυσκολιών κατά την εφηβεία	2.2.1 - Έννοια εφηβείας - Χαρακτηριστικά στην εφηβεία: βιοσωματικά, πνευματικά/γνωστικά, ψυχοκοινωνικά
2.3. Ψυχική υγεία των εφήβων	2	2.3.1 & 2.4.1 & 2.5.1 & 2.6.1	Να εφαρμόζουν στρατηγικές που ενισχύουν τους προστατευτικούς παράγοντες της ψυχικής και συναισθηματικής τους υγείας	2.3.1 & 2.4.1 & 2.5.1 & 2.6.1 - Έννοια ψυχικής και συναισθηματικής υγείας - Παράγοντες κινδύνου και προστασίας της ψυχικής και συναισθηματικής υγείας π.χ. άτομο, οικογένεια, σχολείο, γεγονότα ζωής, κοινωνία - Σημασία υιοθέτησης θετικής στάσης απέναντι στις αλλαγές/δυσκολίες της εφηβείας - Παραδείγματα στρατηγικών θετικής αντιμετώπισης δυσκολιών στην εφηβεία: ➤ Μίλησε σε κάποιον/α που εμπιστεύεσαι ➤ Υιοθέτησε τα βήματα επίλυσης προβλήματος ➤ Βρες χρόνο για τον εαυτό σου ➤ Απομακρύνσου από το πρόβλημα μέχρι να νιώσεις έτοιμος/η να το αντιμετωπίσεις (διαχείριση αρνητικών συναισθημάτων) ➤ Εξάσκησε δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας ➤ Θέσε στόχους
2.4. Στρατηγικές θετικής αντιμετώπισης δυσκολιών	2			- Ορισμός και πλεονεκτήματα ενσυναίσθησης
2.5. Ενσυναίσθηση	2			- Φορείς αρωγής και υποστηρικτικές υπηρεσίες για εφήβους
2.6. Φορείς Αρωγής και Υποστηρικτικά Δίκτυα για εφήβους	2			

2.7. Διαμόρφωση ταυτότητας	3	2.7.1 Να αξιολογούν τις επιρροές στη διαμόρφωση ταυτότητας κατά την εφηβεία	<p>2.7.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια ταυτότητας - Κρίση ταυτότητας - Στάδια διαμόρφωσης ταυτότητας: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Διάχυτη ταυτότητα ➤ Δοτή ταυτότητα ➤ Μορατόριουμ ➤ Κεκτημένη ταυτότητα - Παράγοντες που συμβάλλουν στη διαμόρφωση ταυτότητας: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Γνωστικοί ➤ Εκπαιδευτικοί ➤ Οικογενειακοί ➤ Κοινωνικοπολιτισμικοί
2.8. Αξίες ζωής	3	<p>2.8.1 Να ορίζουν το δικό τους αξιακό σύστημα και να αντιλαμβάνονται τη σημασία του</p> <p>2.8.2 Να αναγνωρίζουν και να εξετάζουν κριτικά την ύπαρξη ηθικών διλημάτων</p>	<p>2.8.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια αξιών ζωής - Ατομικό αξιακό σύστημα - Ατομική ιεράρχηση αξιών - Περιβαλλοντικοί παράγοντες διαμόρφωσης ατομικών αξιών π.χ. οικογένεια, σχολείο, κοινωνία, φίλοι, ΜΜΕ, θρησκεία, κουλτούρα, οικονομία, θεσμοί-νόμοι, κοινωνική τάξη, εργασία <p>2.8.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ηθικά διλήμματα στον περιβαλλοντικό και εργασιακό χώρο

			- Ηθικά διλήμματα και λήψη αποφάσεων βάσει ατομικού αξιακού συστήματος
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 3: Υγιείς Σχέσεις	6	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
3.1. Ιεράρχηση των ανθρωπίνων αναγκών	1	3.1.1 & 3.2.1 & 3.3.1 & 3.4.1	3.1.1 & 3.2.1 & 3.3.1 & 3.4.1
3.2. Χαρακτηριστικά υγιών σχέσεων	1	Να δημιουργούν υγιείς διαπροσωπικές και διαφυλικές σχέσεις κατά την περίοδο της εφηβείας και της ενήλικης ζωής	- Χαρακτηριστικά υγιών συμπεριφορών στις διαπροσωπικές σχέσεις π.χ. εκτίμηση, σεβασμός, αγάπη, εμπιστοσύνη, ασφάλεια
3.3. Έμφυλες νόρμες	2		- Επιδράσεις στερεοτυπικών αντιλήψεων για τους ρόλους των δύο φύλων (κοινωνικό φύλο)
3.4. Έμφυλη βία	2		- Κριτική θεώρηση των ΜΜΕ ως προς τη δημιουργία στερεοτύπων του φύλου
			- Έννοια έμφυλης βίας
			- Μορφές έμφυλης βίας
			- Έμφυλη βία στο διαδίκτυο
			- Μύθοι και έμφυλη βία π.χ. οι γυναίκες προκαλούν με το ντύσιμό τους, η ζήλια είναι ένδειξη αγάπη, μόνο οι γυναίκες ή τα κορίτσια μπορούν να είναι θύματα κακοποίησης
			- Δεξιότητες πρόληψης π.χ. ενεργητική ακρόαση, τεχνικές αποτελεσματικής επικοινωνίας, ερμηνεία και έκφραση συναισθημάτων, αντίσταση, αναγνώριση και χειρισμού π.χ. εντοπισμό χαρακτηριστικών μη υγιών συμπεριφορών στις διαπροσωπικές σχέσεις, αναζήτηση βοήθειας από φορείς όλων των μορφών έμφυλης βίας

4.3. Εμπορία προσώπων	2		<ul style="list-style-type: none"> - Έννοια εμπορίας προσώπων - Τρόποι πρόληψης και καταπολέμησης της εμπορίας προσώπων
4.4. Φυσιολογία αναπαραγωγικού συστήματος	4		<ul style="list-style-type: none"> - Φυσιολογία αναπαραγωγικού συστήματος - Αντισύλληψη και μέθοδοι αντισύλληψης (αντρικό και γυναικείο προφυλακτικό, ορμονικοί αντισύλληψη, διάφραγμα, ενδομητρικό σπείραμα, επείγουσα αντισύλληψη, αποχή)
4.5. Αντισύλληψη	3		<ul style="list-style-type: none"> - Εγκυμοσύνη – Ανεπιθύμητη εφηβική εγκυμοσύνη (λόγοι, συνέπειες, ηθικά διλήμματα)
4.6. Ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη	2		<ul style="list-style-type: none"> - Έννοιες: Άμβλωση-Έκτρωση
4.7. Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα & 4.8. Ατομική υγιεινή	3		<ul style="list-style-type: none"> - Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα π.χ. βακτηριδιακή κολπίτιδα, έρπης, ηπατίτιδα Α και Β, γονόρροια/βλεννόρροια, χλαμύδια, τριχομονάδες, ψώρα, ιός κονδυλωμάτων – HPV, σύφιλη, ιός HIV/AIDS - Τρόποι μετάδοσης, συμπτώματα και θεραπεία των ΣΜΝ - Ατομική υγιεινή

Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας) Β' Λυκείου Κατεύθυνσης

Β' ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ

Θεματική Ενότητα 5: Ανάπτυξη Ασφαλούς και Υγιεινού τρόπου ζωής	34	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
5.1 Φαγητό και Υγεία	26	5.1.1 Να αξιοποιούν γνώσεις, δεξιότητες και στρατηγικές σχετικές με τη διατροφή, με σκοπό την προαγωγή της υγείας	5.1.1 <ul style="list-style-type: none"> - Βασικές έννοιες υγιεινής διατροφής: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ισορροπημένη διατροφή ➤ Δίαιτα ➤ Χαρακτηριστικά ισορροπημένης διατροφής: ποικιλία-μέτρο-ισοζύγιο - Διατροφή και η σημασία της για την υγεία - Ο ρόλος των θρεπτικών συστατικών - Οι τροφές ως πηγή ενέργειας - Ημερήσιες ανάγκες σε ενέργεια: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Παράμετροι που επηρεάζουν τις ενεργειακές ανάγκες του ατόμου: ηλικία, φύλο, φυσική δραστηριότητα, βασικός μεταβολισμός, θερμογεννητική επίδραση των τροφών ➤ Βασικός μεταβολισμός ➤ Παράγοντες που επηρεάζουν τον βασικό μεταβολισμό ➤ Υπολογισμός ημερήσιων αναγκών σε ενέργεια ➤ Ενεργειακό ισοζύγιο - Κύρια θρεπτικά συστατικά πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, λίπη-έλαια, βιταμίνες,

			<p>ανόργανα στοιχεία, νερό):</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Κατηγορίες θρεπτικών συστατικών ➤ Ρόλος θρεπτικών συστατικών στον οργανισμό ➤ Πηγές προέλευσης ➤ Θερμιδική αξία ➤ Ημερήσια συνιστώμενη πρόσληψη ➤ Επιπτώσεις στην υγεία από την έλλειψη θρεπτικών συστατικών
Εκπαιδευτικά εργαλεία υγιεινής διατροφής	6	5.1.2 Να συμβάλλουν με ατομικές και συλλογικές δράσεις στην ενίσχυση των δυνατοτήτων υγιεινής διατροφής	<p>5.1.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Εκπαιδευτικά εργαλεία υγιεινής διατροφής: Μοντέλο «Το πιάτο μου», Πυραμίδα Μεσογειακής Δίαιτας, Πυραμίδα Υγιεινής Διατροφής, «Η Πυραμίδα μου»: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Αναφορά στη σημασία της χρήσης τους για την εμπέδωση και εφαρμογή σωστών διατροφικών στόχων ➤ Ιδιαίτερα χαρακτηριστικά των εκπαιδευτικών εργαλείων - Ημερήσιες συνιστώμενες αναλογίες θρεπτικών συστατικών - Προϋποθέσεις σύνταξης ατομικού διαιτολογίου - Στοχοθέτηση-Διαμόρφωση σχεδίου δράσης για τη βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των ίδιων, της οικογένειας και του ευρύτερου περιβάλλοντός τους

5.2 Φυσική δραστηριότητα και υγεία	2	5.2.1 Να επιδεικνύουν αυξημένο αίσθημα ευθύνης για την ενσωμάτωση τακτικών και ευχάριστων φυσικών δραστηριοτήτων στην καθημερινότητά τους, για προαγωγή της υγείας	5.2.1 <ul style="list-style-type: none"> - Έννοια φυσικής δραστηριότητα - Συστάσεις για τη σωματική δραστηριότητα για ενήλικες και παιδιά και εφήβους - Οφέλη από τη φυσική δραστηριότητα π.χ. καλύτερος έλεγχος του σωματικού βάρους, μειωμένος κίνδυνος εμφάνισης καρδιοπαθειών, ευεργετική επίδραση στην υγεία των μυών και των οστών, οφέλη στην ψυχική υγεία, βελτίωση της αυτοεκτίμησης και της αυτοεικόνας - Πρακτικοί τρόποι αύξησης της φυσικής δραστηριότητας στην καθημερινότητα - Διατροφικές συστάσεις για αθλούμενους εφήβους
Θεματική ενότητα 6: Αγωγή του καταναλωτή	9	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
6.1 Αγωγή καταναλωτή	5	6.1.1 Να αναγνωρίζουν τη σημασία της αγωγής του καταναλωτή 6.1.2 Να αναλύουν κριτικά τους παράγοντες που επηρεάζουν την	6.1.1 <ul style="list-style-type: none"> - Έννοιες: καταναλωτής, κατανάλωση, καταναλωτικές ανάγκες, αγωγή καταναλωτή, καταναλωτική συμπεριφορά - Σημασία της αγωγής καταναλωτή: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ανάπτυξη καταναλωτικής συνείδησης, σωστής και υπεύθυνης καταναλωτικής συμπεριφοράς 6.1.2 <ul style="list-style-type: none"> - Παράγοντες που επηρεάζουν τη συμπεριφορά του καταναλωτή:

		<p>καταναλωτική συμπεριφορά των πολιτών</p> <p>6.1.3 Να διεκδικούν τα καταναλωτικά τους δικαιώματα και να τηρούν τις υποχρεώσεις τους ως καταναλωτές</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Δημογραφικοί ➤ Βιολογικοί ➤ Οικονομικοί ➤ Πολιτιστικοί ➤ Κοινωνικοί ➤ Ψυχολογικοί ➤ Τεχνολογικοί και φυσικοί παράγοντες <p>- Προστασία καταναλωτή (σε ατομικό, ευρωπαϊκό και εθνικό επίπεδο)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Αναφορά στο πρότυπο ασφάλειας “CE” ➤ Αναφορά στο σύστημα ασφάλειας RAPEX <p>6.1.3</p> <p>- Βασικά Δικαιώματα Καταναλωτή:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Το Δικαίωμα για υγεία και ασφάλεια ➤ Το Δικαίωμα προστασίας οικονομικών συμφερόντων ➤ Το Δικαίωμα της πληροφόρησης ➤ Το Δικαίωμα της εκπαίδευσης ➤ Το Δικαίωμα της εκπροσώπησης ➤ Τι Δικαίωμα της πρόσβασης στη δικαιοσύνη ➤ Το Δικαίωμα της αειφόρου κατανάλωσης <p>- Υποχρεώσεις καταναλωτή. Ενδεικτικά παραδείγματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Γνώση δικαιωμάτων ➤ Λογικές και δίκαιες απαιτήσεις ➤ Συνειδητή και ορθολογική καταναλωτική συμπεριφορά
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Εκλογή ικανών αντιπροσώπων για τη στελέχωση των καταναλωτικών Ενώσεων/Συνδέσμων - Θεσμοθετημένες διαδικασίες στην Κύπρο και στην Ευρώπη για προστασία του καταναλωτή - Ενδεδειγμένες διαδικασίες διαχείρισης παραβίασης δικαιωμάτων καταναλωτή <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ειδικά έντυπα αναφοράς παραπόνων - Κυβερνητικοί και Μη Κυβερνητικοί φορείς για διαχείριση θεμάτων καταναλωτή - Μελέτη ετικέτας: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ονομασία προϊόντος ➤ Ποσότητα/Βάρος ➤ Κατάλογος συστατικών ➤ Διατήρηση ➤ Παραγωγός/Εισαγωγέας ➤ Συνθήκες συντήρησης και οδηγίες χρήσης ➤ Βιολογικό ➤ Διατροφικές πληροφορίες ➤ Διατροφικοί ισχυρισμοί ➤ Προέλευση ➤ Ενδεικτικές Ημερήσιες Προσλήψεις ➤ Ραβδωτός κώδικας - Διατροφική σήμανση στις ετικέτες των τροφίμων: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ενέργεια ➤ Λιπαρά ➤ Κορεσμένα λιπαρά
--	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Σάκχαρα ➤ Φυτικές ίνες ➤ Νάτριο (Αλάτι)
6.2 Αγωγή καταναλωτή και διαφήμιση	4	6.2.1 Να αναλύουν και να αξιολογούν κριτικά τις διαφημίσεις και τον τρόπο που επηρεάζουν την καταναλωτική συμπεριφορά	6.2.1 <ul style="list-style-type: none"> - Διαφήμιση: ορισμός, στόχοι της διαφήμισης, μέσα διαφήμισης, τεχνικές διαφήμισης προϊόντων και υπηρεσιών, παραπλανητική διαφήμιση - Εμπορικός και κοινωνικός χαρακτήρας διαφημίσεων
Θεματική ενότητα 7: Κυκλοφοριακή αγωγή	7	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
7.1 Κώδικας Οδικής Κυκλοφορίας (Κ.Ο.Κ.)	1	7.1.1 Να δικαιολογούν την αναγκαιότητα της δημιουργίας και τήρησης του Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας, έτσι ώστε να χρησιμοποιούν το οδικό δίκτυο με ασφάλεια, ως πεζοί, επιβάτες, ποδηλάτες, μοτοσικλετιστές ή και ως μελλοντικοί οδηγοί	7.1.1 <ul style="list-style-type: none"> - Κώδικας Οδικής Κυκλοφορίας (Κ.Ο.Κ.). - Ορισμός του Κ.Ο.Κ. - Σημασία του Κ.Ο.Κ. - Βασικές σημάνσεις του Κ.Ο.Κ.
	3	7.2.1 & 7.3.1 Να διακρίνουν τους παράγοντες που	7.2.1 & 7.3.1

<p>7.2 Πιθανά αίτια πρόκλησης οδικών συγκρούσεων</p> <p>7.3 Συνέπειες ανεύθυνης οδικής συμπεριφοράς</p>		<p>πιθανόν να επηρεάσουν τη συμπεριφορά τους ως πεζούς, επιβάτες, ποδηλάτες και οδηγούς</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Πιθανά αίτια πρόκλησης οδικών/τροχαίων συγκρούσεων: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Υπερβολική ταχύτητα ➤ Υπνηλία/ κόπωση ➤ Χρήση οινόπνευματώδη ποτών (αλκοόλ) ➤ Χρήση φαρμάκων, εξαρτησιογόνων ουσιών ➤ Παθολογικές καταστάσεις ➤ Αλαζονική συμπεριφορά και παράβαση του Κ.Ο.Κ ➤ Οδικό δίκτυο (ποιότητα δρόμων) και καιρικές συνθήκες - Συνέπειες ανεύθυνης οδικής συμπεριφοράς: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Σωματικές συνέπειες ➤ Ψυχολογικές συνέπειες ➤ Κοινωνικές συνέπειες ➤ Οικονομικές συνέπειες
<p>7.4 Κανόνες ασφάλειας για πεζούς, επιβάτες, ποδηλάτες, μοτοσικλετιστές και οδηγούς</p> <p>7.5 Χρήση ζώνης και κράνους</p>	<p>2</p>	<p>7.4.1 & 7.5.1 Να εφαρμόζουν ενδεδειγμένη συμπεριφορά ως πεζοί, επιβάτες, ποδηλάτες, μοτοσικλετιστές και ως οδηγοί</p>	<p>7.4.1 & 7.5.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Κανόνες ασφάλειας για πεζούς, επιβάτες, ποδηλάτες, μοτοσικλετιστές και οδηγούς - Οδηγούμε με ασφάλεια - Περπατάμε με ασφάλεια - Κάνουμε ποδήλατο με ασφάλεια - Χρήση ζώνης ασφαλείας και κράνους

7.6 Ενίσχυση της οδικής συνείδησης	1	7.6.1 Να λειτουργούν ως υπεύθυνοι πολίτες με παρεμβάσεις σε θέματα που αφορούν το οδικό δίκτυο και την ασφάλεια	7.6.1 <ul style="list-style-type: none"> - Ατομικές και συλλογικές δράσεις - Παρεμβάσεις σε φορείς με σκοπό την αλλαγή σε θέματα κυκλοφοριακής αγωγής και ασφάλειας - Ενίσχυση οδικής συνείδησης - Στάδια υλοποίησης συλλογικής δράσης¹
------------------------------------	----------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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