

**ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΜΕ ΘΕΜΑ: « ΥΓΕΙΑ – ΔΙΑΤΡΟΦΗ – ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΣΜΟΣ»**

Υπεύθυνοι δάσκαλοι: Ανέστης Χρ. Παπαμάρκος και Αγοραστού Μαρία.

(Η παρουσίαση έγινε την Παρασκευή 15 Ιουνίου 2007, στην αίθουσα εκδηλώσεων του Σχολείου)

Το Σχολείο μας τη φετινή χρονιά συμμετείχε στο πρόγραμμα «Αγωγής Υγείας». Με το πρόγραμμα αυτό ασχολήθηκαν οι Τάξεις Γ΄ και Δ΄ του Σχολείου μας που συνολικά έχουν 46 μαθητές, από τους οποίους οι 24 είναι αγόρια και οι 22 είναι κορίτσια.

Μετά την ενημέρωση που είχαμε από τους δασκάλους μας, συζητήσαμε στην τάξη μας για να επιλέξουμε το θέμα. Δώσαμε αυτόν τον σύνθετο τίτλο στη δουλειά μας, γιατί από την αρχή της σχολικής χρονιάς είχαν προκύψει κάποια θέματα, μέσα από τα μαθήματά μας, που έχουν σχέση και με την υγεία και με τη διατροφή. Σκεφτήκαμε ακόμα ότι το έτος που περνάμε, δηλαδή το 2007, είναι έτος κατά του καταναλωτισμού και έτσι μας προέκυψε το θέμα μας που είναι «ΥΓΕΙΑ – ΔΙΑΤΡΟΦΗ – ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΣΜΟΣ».

Σκοπός του προγράμματος είναι να ενημερωθούμε πάνω σε θέματα που έχουν σχέση με την υγεία τη διατροφή και τον καταναλωτισμό και να αλλάξουμε συμπεριφορά.

Σαν επιμέρους στόχους βάλουμε

1. να αποκτήσουμε γνώσεις και δεξιότητες
2. να ενταχτούμε σε ομάδες και να αναπτύξουμε τη συνεργασία μας
3. να εκφράσουμε τα συναισθήματά μας
4. να αξιολογήσουμε διάφορες προβληματικές καταστάσεις και να βγάλουμε συμπεράσματα
5. να καλλιεργήσουμε τη δύναμή μας για αντίσταση στα διάφορα αρνητικά πρότυπα που μας επιβάλλουν η τηλεόραση και οι διαφημίσεις
6. να καταλάβουμε και να αποφασίσουμε με πιο τρόπο θέλουμε εμείς να ζήσουμε
7. να γνωρίσουμε καλύτερα τον εαυτό μας και τους άλλους.

Για να μπορέσουμε να εργαστούμε καλύτερα, αποφασίσαμε να δουλέψουμε σε ομάδες. Επειδή στις τάξεις μας δουλεύαμε σε ομάδες, δεν υπήρχε πρόβλημα για το χωρισμό αυτό και μείναμε στις ομάδες που είχαμε χωριστεί από την αρχή της χρονιάς. Όταν κάθε ομάδα τελείωνε τη δουλειά της, τις ενώναμε, τις διορθώναμε και βγάζαμε το τελικό αποτέλεσμα της δουλειάς μας.

Για να επεξεργαστούμε όσο καλύτερα μπορούμε το θέμα μας, αποφασίσαμε να κάνουμε διάφορες δραστηριότητες. Αρχικά φτιάξαμε έναν πίνακα με λέξεις που έχουν σχέση με το θέμα μας. Βρήκαμε στο λεξικό λέξεις που έχουν σχέση (παράγωγες ή σύνθετες) με τη λέξη υγεία. Συλλέξαμε υλικό από εγκυκλοπαίδειες , από βιβλία, από περιοδικά και διάφορα άλλα έντυπα , από το internet. Αναζητήσαμε μέσα στα σχολικά βιβλία αναφορές για τα θέματα που μας απασχολούν. Συντάξαμε με την βοήθεια των δασκάλων μας ερωτηματολόγιο που έχει σχέση με το αν τρώμε πρωινό, και τι είδους προϊόντα περιλαμβάνει και το συμπληρώσαμε. Ζωγραφίσαμε , κάναμε διάφορες κατασκευές, σχεδιάσαμε, φτιάξαμε ακροστιχίδες και σταυρόλεξα, βρήκαμε συνταγές φαγητών, μιλήσαμε για τη μεσογειακή διατροφή, κατασκευάσαμε την πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής, γράψαμε μηνύματα πάνω σε πλακάτ, σχολιάσαμε διαφημίσεις, τονίσαμε τις αρνητικές επιπτώσεις πολλών συνηθειών μας.

Σ’ όλη τη διάρκεια του προγράμματος, μέσα στα μαθήματά μας, αν συναντούσαμε κάτι που είχε σχέση με το θέμα μας, κάναμε κάποια αλλαγή των μαθημάτων. Αυτό μας άρεσε πάρα πολύ γιατί ξεφεύγαμε από την καθημερινότητα των μαθημάτων και το μάθημά μας αποκτούσε ξεχωριστό ενδιαφέρον.

Θα μας ρωτήσετε βέβαια ποιες είναι οι εντυπώσεις μας από την υλοποίηση αυτού του προγράμματος. Όλοι ξέρετε ότι σε κάθε δουλειά υπάρχουν τα θετικά αλλά και τα αρνητικά στοιχεία.

Στα θετικά θα πρέπει να συμπεριλάβουμε το ότι ασχοληθήκαμε με κάτι τελείως διαφορετικό απ’ όσα είχαμε κάνει μέχρι σήμερα, που δεν είναι μάθημα, αλλά μας μαθαίνει πάρα πολλά για τη ζωή μας. Μάθαμε ένα σωρό καινούρια πράγματα και μάλιστα όχι από τα βιβλία του σχολείου μόνο, αλλά και από αυτά που ψάξαμε εμείς και από αυτά που μας είπαν άλλοι. Ακόμα μαζέψαμε και γράψαμε ένα πολύ μεγάλο αριθμό από πληροφορίες.

Θετικό ήταν και το ότι λέγαμε τις απόψεις μας, αποφασίζαμε τα επόμενα βήματα της δουλειάς μας και το ότι αισθανόμασταν ότι εμείς είμαστε αυτοί που διαλέγουν και κάνουν αυτό που τους αρέσει.

Παρόλο που στις καθημερινές δραστηριότητες του Σχολείου δουλεύουμε σε ομάδες και γνωρίζουμε τον τρόπο δουλειάς, αυτή τη φορά εργαστήκαμε σε ομάδες και εκτός σχολείου. Όποια δουλειά κι αν κάναμε είχαμε κάποιον να την συζητήσουμε, συνεργαζόμασταν και αποφασίζαμε τι θα γράψουμε .

Ένα άλλο θετικό ήταν και τα ερωτηματολόγια. Πόση χαρά κάναμε όταν τα δημιουργούσαμε και τα συμπληρώναμε! Πόση εντύπωση μας έκαναν τα αποτελέσματα που βγάξαμε! Ούτε που τα περιμέναμε.

Τέλος ένα ακόμα θετικό ήταν οι χαμένες ώρες από τα μαθήματά μας! Χάναμε ώρες από τα μαθήματά μας για να κάνουμε πράγματα που μας ευχαριστούσαν πάρα πολύ. Τι καλά που ήταν !

Εκτός όμως από τα θετικά υπήρχαν και τα αρνητικά. Αυτό που δε μας άρεσε περισσότερο ήταν οι καθυστερήσεις που έκαναν μερικά παιδιά όταν δίναμε ραντεβού σαν ομάδα για να συναντηθούμε. Αν κάποιος ξεχνιόταν στο παιχνίδι και δεν ερχόταν, η δουλειά μας πήγαινε πίσω και δεν γινόταν όπως έπρεπε.

Ένα άλλο αρνητικό ήταν ο θόρυβος που πολλές φορές υπήρχε στην τάξη όταν δούλευαν ταυτόχρονα οι ομάδες. Οι διπλανοί μας φώναζαν δυνατά και δεν μπορούσαμε να συγκεντρωθούμε και να δουλέψουμε. Αν πείτε δε το τι γινόταν στα σπίτια που συναντιόμασταν τα απογεύματα, δεν περιγράφεται!

Σε γενικές γραμμές μπορούμε να πούμε ότι το πρόγραμμα μας άρεσε πάρα πολύ, κυρίως γιατί κάναμε μάθημα, χωρίς να κάνουμε μάθημα. Μάθαμε, παίξαμε, γελάσαμε, έστω κι αν κουραστήκαμε αρκετά.

Όλη αυτή τη δουλειά που κάναμε όσο διάρκεσε το πρόγραμμα, αποφασίσαμε να την παρουσιάσουμε και στα υπόλοιπα παιδιά του Σχολείου μας. Μαζέψαμε και οργανώσαμε όλες τις εργασίες μας και τις τοποθετήσαμε στα ταμπλώ, κάνοντας μια μικρή έκθεση. Είναι αυτή που βρίσκεται στο διάδρομο μπροστά στα γραφεία των δασκάλων. Ιδιαίτερα χαιρόμαστε για την κατασκευή της πυραμίδας της Μεσογειακής διατροφής που βλέπετε πίσω μας. Είναι το καμάρι μας.

Τέλος μαζί με τους δασκάλους μας αναζητήσαμε ένα θεατρικό που να έχει σχέση με το θέμα μας. Μετά από ψάξιμο, βρήκαμε στο internet το θεατρικό με τίτλο «**Λαχανοφρουτοθεραπεία**», το οποίο διασκεύασαμε, το εμπλουτίσαμε, το διαμορφώσαμε κατάλληλα και σας το παρουσιάζουμε με πολύ χαρά και κέφι.

Ας το απολαύσουμε!

