

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

*Επιμορφωτικό – υποστηρικτικό υλικό  
Πράξη: «Επιμόρφωση των εκπαιδευτικών στις δεξιότητες  
μέσω εργαστηρίων» (MIS 5092064)*



ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΟΥ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ «ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ 2014-2020» που συγχρηματοδοτείται από την Ελλάδα και την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο)



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





## Περιεχόμενα

Παράδειγμα εφαρμογής της μεθοδολογίας υλοποίησης: Ικανότητα βέλτιστης αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου.....	4
Παράδειγμα εφαρμογής της μεθοδολογίας υλοποίησης: Ενεργητική Ακρόαση και Ανατροφοδότηση .....	12
Πίνακας με ενδεικτικά παραδείγματα και παραπομπή σε δοκιμασμένα προγράμματα της Σχολικής Ζωής και Σχολικών Δραστηριοτήτων.....	21
Παράρτημα με περιγραφή ενδεικτικών δράσεων.....	21





# ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

## ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ – ΕΥ ΖΗΝ

Δεξιότητες Ζωής στον θεματικό άξονα "Ζω καλύτερα – Ευ Ζην"



Δρ. Τσεγγελίδου Ευθαλία

Δεξιότητες 21ου αιώνα (4cs)  
Δεξιότητες ζωής



## Παράδειγμα εφαρμογής της μεθοδολογίας υλοποίησης: Ικανότητα βέλτιστης αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου

### (Γυμνάσιο)

#### Αιτιολόγηση του Εργαστηρίου

Το δικαίωμα στην υγεία είναι ένα από τα θεμελιώδη δικαιώματα του ανθρώπου. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, η υγεία ενός ατόμου ορίζεται ως "μια κατάσταση σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι απλώς η απουσία ασθένειας ή αναπηρίας".

Με τη δομή, τους στόχους και το περιεχόμενό της, η εκπαίδευση πρέπει να ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις των εθνικών και διεθνών εξελίξεων. Η σημασία και η αποτελεσματικότητα της εκπαιδευτικής πράξης καθορίζονται από την προθυμία της εκπαίδευσης να προσαρμοστεί και να αυτορρυθμιστεί σχετικά με τις αυξανόμενες προκλήσεις του κοινωνικού χώρου.

Ένα από τα ανησυχητικά προβλήματα, το οποίο τείνει να αυξάνεται με απειλητικούς ρυθμούς, είναι ο εθισμός των παιδιών και των νέων να περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους (και όχι μόνο) αποκλειστικά μπροστά στον υπολογιστή, χωρίς να επιλέγουν εναλλακτικές λύσεις, χωρίς γυμναστική και άθληση. Αυτό μπορεί να έχει επιβλαβείς συνέπειες στην σωματική, πνευματική και ψυχική ανάπτυξη της νεότερης γενιάς, οδηγώντας με τον καιρό στην επιδείνωση της υγείας του πληθυσμού μίας χώρας.

Επειδή αυτό αποτελεί σοβαρό θέμα προβληματισμού για τους εκπαιδευτικούς, έχουν παρουσιαστεί και συγκεκριμένες απαντήσεις, ενισχύοντας τη νέα μορφή της εκπαίδευσης που στοχεύει στην ανάπτυξη Δεξιοτήτων Ζωής υπό την προοπτική της Εργοθεραπείας.

Προκειμένου να προσεγγίσουμε τις δραστηριότητες που αποσκοπούν στην εκπαίδευση/εκμάθηση Δεξιοτήτων Ζωής κατά την διάρκεια του ελεύθερου χρόνου, έχουμε κατά νου τους ακόλουθους εκπαιδευτικούς στόχους:

- την εξασφάλιση εκπαιδευτικών προτύπων που να επιτρέπουν στους μαθητές να έχουν ορθολογικό προσανατολισμό στη ζωή και την κοινωνία
- τη διαμόρφωση μιας συμπεριφοράς που ευνοεί την αλλαγή και μια ποιοτική ζωή, μεταξύ άλλων μέσω της βελτιστοποίησης του ελεύθερου χρόνου
- την ανάπτυξη επικοινωνιακών και διαπροσωπικών δεξιοτήτων

#### Σκοπός

Ο σκοπός αυτού του προγράμματος είναι να ευαισθητοποιήσει τους μαθητές σχετικά με τις αρνητικές επιπτώσεις στην ανάπτυξή τους, που προκαλούνται από την πολύωρη παραμονή μπροστά στον ηλεκτρονικό υπολογιστή και από την έλλειψη κίνησης και άθλησης- και να τους κινητοποιήσει μέσω εξωσχολικών εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων.

Οι μαθητές θα ενθαρρυνθούν να αλλάξουν τον τρόπο ζωής τους, τον τρόπο με τον οποίο περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους, προάγοντας την κίνηση και την άθληση στην ύπαιθρο.

#### Στόχοι

- Η προετοιμασία των μαθητών, όσο αφορά την πληροφόρησή τους, ώστε να κατανοήσουν τις αρνητικές επιπτώσεις που έχει στην ανάπτυξή τους ο λανθασμένος τρόπος με τον οποίο περνούν το μεγαλύτερο μέρος του ελεύθερου χρόνου τους.
- Η οργάνωση και διεξαγωγή καθοδηγούμενων δραστηριοτήτων για την ευαισθητοποίηση των μαθητών σχετικά με τα οφέλη της βέλτιστης αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου.
- Η ενεργή και υπεύθυνη συμμετοχή των μαθητών στις δράσεις του προγράμματος.
- Η ανάπτυξη επικοινωνιακών και διαπροσωπικών δεξιοτήτων των μαθητών.



- Ο μετασηματισμός της αντίληψης του τρόπου με τον οποίο περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους οι μαθητές και η στροφή τους προς επιλογές που αφορούν την εκγύμναση και τον αθλητισμό.

**Το Πρόβλημα:** Ο μη υγιεινός τρόπος με τον οποίο περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους οι μαθητές/τριες, χωρίς υπαίθριες δραστηριότητες και χωρίς εκγύμναση και άθληση.

**Δεξιότητες Ζωής που αναπτύσσονται:**

- Ο βέλτιστος τρόπος να περνούν οι μαθητές/μαθήτριες τον ελεύθερο χρόνο τους (βασική δεξιότητα) ως μέρος ενός υγιεινού τρόπου ζωής
- Οι επιμέρους στοχευμένες δεξιότητες: Επικοινωνία και Διαπροσωπικές Σχέσεις

#### A. Καθορισμός και περιγραφή της ομάδας-στόχου

1. Ομάδα-στόχος: μαθητές/τριες (ενδεικτικός αριθμός 15, αγόρια και κορίτσια) της 1ης-3ης τάξης Γυμνασίου, κορίτσια και αγόρια, που ζουν σε αστικές περιοχές και περνούν ελάχιστο χρόνο στην ύπαιθρο. Οι μαθητές/τριες χωρίς να έχουν διαμορφώσει/ενισχύσει δεξιότητες για την οργάνωση δραστηριοτήτων ελεύθερου χρόνου, παρασύρονται και περνούν πολύ χρόνο μπροστά στον υπολογιστή, έχουν καθιστική ζωή - γι' αυτό είναι αναγκαία τα εκπαιδευτικά προγράμματα διαχείρισης του ελεύθερου χρόνου-.

#### 2. Ανάγκες της ομάδας:

- 2.1. Διαμόρφωση ενός υγιεινού τρόπου ζωής περνώντας περισσότερο χρόνο σε ένα καθαρό και όμορφα διαμορφωμένο εξωτερικό περιβάλλον
- 2.2. Εξάσκηση της άμεσης επικοινωνίας, τόσο με παιδιά της ηλικίας τους όσο και με ενήλικες
- 2.3. Διαμόρφωση συμπεριφοράς που συμβάλλει σε μία ποιοτική ζωή.

#### 3. Ο προσδιορισμός των αναγκών γίνεται με συνδυασμό διαφόρων μεθόδων:

Ερωτηματολόγιο (κλίμακα **Lickert**) - εφαρμογή σε μαθητές/τριες της 1ης- 3ης τάξης Γυμνασίου

- Για μένα είναι σημαντικό να γυμνάζομαι πολύ στην ύπαιθρο.
- Συμφωνώ απόλυτα  Συμφωνώ  Δεν γνωρίζω  Διαφωνώ  Διαφωνώ απόλυτα
- Εγκαταλείπω αμέσως τον χρόνο μου μπροστά στον υπολογιστή όταν με καλούν σε μια υπαίθρια δραστηριότητα.
- Συμφωνώ απόλυτα  Συμφωνώ  Δεν γνωρίζω  Διαφωνώ  Διαφωνώ απόλυτα
- Με ενδιαφέρει να συναντηθώ με φίλους στο πάρκο, σε υπαίθριο χώρο στη φύση.
- Συμφωνώ απόλυτα  Συμφωνώ  Δεν γνωρίζω  Διαφωνώ  Διαφωνώ απόλυτα
- Συχνά μιλάμε με τους φίλους μου για τα οφέλη της γυμναστικής και του αθλητισμού για ένα υγιεινό τρόπο ζωής.
- Συμφωνώ απόλυτα  Συμφωνώ  Δεν γνωρίζω  Διαφωνώ  Διαφωνώ απόλυτα
- Συμμετέχω σε δραστηριότητες αθλητικές (τουλάχιστον σε δύο αθλήματα).
- Συμφωνώ απόλυτα  Συμφωνώ  Δεν γνωρίζω  Διαφωνώ  Διαφωνώ απόλυτα

#### Παρατήρηση

Κατά τη διάρκεια της πρώτης εβδομάδας του σχολικού έτους, παρατηρήσαμε συστηματικά και σκόπιμα την ομάδα των μαθητών (1ης- 3ης τάξης Γυμνασίου), σημειώνοντας στο φύλλο παρατήρησης, το οποίο χρησιμοποιήθηκε ως εργαλείο για την αξιολόγηση της συμπεριφοράς, όλα τα σημαντικά ζητήματα της συμπεριφοράς τους κατά τη διάρκεια υπαίθριων δραστηριοτήτων που πραγματοποιήθηκαν κατά την περίοδο αυτή: εκδρομές, περίπατοι σε πάρκο, υπαίθρια μαθήματα.



### Το δοκίμιο

Στους μαθητές/ριες ανατέθηκε να γράψουν ένα δοκίμιο με τον τίτλο «Πως περνάω τον ελεύθερο χρόνο μου». Διαβάζοντας τα δοκίμια, ερμηνεύτηκαν οι πληροφορίες και προσδιορίστηκαν οι ανάγκες για εκπαίδευση. Μετά την επεξεργασία του υλικού, επιλέγεται η ομάδα-στόχος - 15 μαθητές/τριες (όπως περιγράφηκε παραπάνω).

### Β. Περιγραφή των δεξιοτήτων που θα αναπτυχθούν: Βέλτιστη χρήση του ελεύθερου χρόνου ως αναπόσπαστο μέρος ενός υγιεινού τρόπου ζωής.

Συμπεριφορά	Γνώση	Στάση	Επίδοση
Κάνω	Ξέρω (αντιλαμβάνομαι)	Έχω	Δείχνω
<ul style="list-style-type: none"> <li>* να περνούν το μεγαλύτερο μέρος του ελεύθερου χρόνου τους έξω, σε υπαίθριο χώρο και να συμμετέχουν σε διάφορα αθλήματα, παιχνίδια κ.λπ.</li> <li>* να συνεργάζονται και να δέχονται χωρίς διαμαρτυρίες να ακούσουν συμβουλές</li> <li>* να δείχνουν αυθορμητισμό στην επικοινωνία, η οποία θα γίνεται με ευκολία με τους συμμαθητές και τους ενήλικες,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* να γνωρίζουν ευεργετικούς τρόπους για να περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους,</li> <li>* να συνειδητοποιήσουν τη σημασία αυτής της δεξιότητας ζωής μακροπρόθεσμα,</li> <li>* μερικοί από αυτούς ξέρουν να κάνουν ποδήλατο, και άλλοι ξέρουν να κάνουν πατίνια,</li> <li>* να γνωρίσουν άλλους τρόπους για να περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους έξω (παιχνίδια, διαγωνισμοί),</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* δείχνουν ενδιαφέρον για διάφορες υπαίθριες δραστηριότητες, για αθλήματα, παιχνίδια, περιπάτους κ.λπ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* περνούν μεγάλο μέρος του ελεύθερου χρόνου τους στη φύση, γυμνάζονται, κάνουν τουλάχιστον δύο αθλήματα και ασκούνται πολύ.</li> </ul>

Αναμένουμε από τους μαθητές που θα συμμετέχουν σε αυτό το πρόγραμμα μετά την ολοκλήρωση του , να περνούν περισσότερο από τον ελεύθερο χρόνο τους στη φύση, μαζί με άλλους (μέλη της οικογενείας τους, φίλους, συμμαθητές) κάνοντας γυμναστική η άθληση, και να αποκτήσουν δεξιότητες ζωής καλύτερης επικοινωνίας και διαπροσωπικών σχέσεων αλληλεπίδρασης.

### Δραστηριότητες σε ασφαλές περιβάλλον - το σχολείο

1. Διεξαγωγή μικροέρευνας στην τάξη για τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους. Τα αποτελέσματα θα δείξουν πώς περνούν τα παιδιά τον ελεύθερο χρόνο τους, τις μαθησιακές τους επιδόσεις, καθώς και τις κοινωνικές τους σχέσεις.
2. Επεξήγηση της δεξιότητας που θα αναπτυχθεί σε διάστημα 3 μηνών - π.χ Σεπτέμβριος, Οκτώβριος, Νοέμβριος
3. Καθορισμός του προγράμματος δραστηριοτήτων, των ρόλων και καθηκόντων εντός της ομάδας μαθητών. Τα παιδιά της τάξης θα χωριστούν σε δύο μεγάλες ομάδες, την ομάδα-στόχο και την ομάδα ελέγχου, που θα αποτελείται από τα υπόλοιπα παιδιά της τάξης: 10. Τα παιδιά θα κρατούν ημερολόγιο αναστοχασμού καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος.



4. Δραστηριότητες θεωρητικής κατάρτισης σε Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης: συλλογή και παρουσίαση διαφόρων υλικών σχετικά με τα οφέλη του ελεύθερου χρόνου σε καθαρό περιβάλλον και τα οφέλη της γυμναστικής και άθλησης.

**Μέθοδοι Διδασκαλίας:**

- καταιγισμός ιδεών,
- συζήτηση,
- μελέτη περίπτωσης,
- διάλεξη,
- project (οι μαθητές θα εκπονήσουν εργασία, δουλεύοντας σε εργαστήρια δεξιοτήτων),

Ο τελικός στόχος του προγράμματος θα είναι να δημιουργηθεί μια έκθεση κολάζ στο διάδρομο του σχολείου με θέμα «Ζωή σε καθαρό περιβάλλον, με φυσική άσκηση» (τα κολάζ εκτίθενται στη μία πλευρά του διαδρόμου) έναντι «Καθιστική ζωή, μολυσμένο περιβάλλον - βλαβερές συνέπειες» (τα κολάζ εκτίθενται στην αντίθετη πλευρά του διαδρόμου).

Η έκθεση θα εγκαινιαστεί από τους μαθητές του προγράμματος, και το κοινό θα αποτελείται από μαθητές του σχολείου, καθηγητές, γονείς, εκπροσώπους της κοινότητας.

Μέσα: πόροι από το Π.Σ.Δ. και τη σχολική μονάδα (βιβλία, περιοδικά, υπολογιστές με πρόσβαση στο Διαδίκτυο, βιντεοπροβολέα, φύλλα Α4, χαρτοπίνακα/floorchart, μαρκαδόροι).

Προετοιμασία και διεξαγωγή, από τους μαθητές που συμμετέχουν στο πρόγραμμα, με την καθοδήγηση του συντονιστή καθηγητή/τριας, μιας τελικής παρουσίασης/εκδήλωσης προς όλους τους μαθητές του σχολείου, στην οποία θα παρουσιάσουν τα αποτελέσματα της μελέτης τους.

**Ρόλοι και καθήκοντα:**

- θα προβάλλουν μια σύντομη θεματική ταινία
- θα παρουσιάσουν παραδείγματα και αντιπαραδείγματα για το πώς περνάμε τον ελεύθερο χρόνο
- θα ενημερώσουν τους παρευρισκόμενους μαθητές για τις δραστηριότητες των Αθλητικών Συλλόγων της πόλης, οι οποίοι δημιουργήθηκαν από το Δήμο για τα παιδιά και τους νέους, διανέμοντας φυλλάδια
- θα τους ενημερώσουν επίσης για την ανάπτυξη χώρων άθλησης για πατίνια , και του ποδηλατοδρόμου στο πάρκο της πόλης.

**Μέθοδοι:** Διάλεξη, Παιχνίδι ρόλων, Συζήτηση, Άμεση Πληροφόρηση/Ανατροφοδότηση.

**Μέσα:** Φορητός υπολογιστής, Βιντεοπροβολέας, Αφίσες, Φυλλάδια.

**Εισαγωγή μιας αυθόρμητης/όχι αναμενόμενης κατάστασης/συμμετοχής με κατευθυνόμενο τρόπο:** δύο άτομα θα παρευρίσκονται στη διαδικασία πραγματοποίησης της δραστηριότητας και θα ζητήσουν από τους μαθητές να εκφράσουν την επιλογή τους να συμμετάσχουν είτε σε δωρεάν μαθήματα πληροφορικής (θα παρουσιάσουν δελεαστικές προσφορές περιεχομένου) είτε σε μαθήματα για πατίνια, ποδήλατο ή πινακ πονγκ. Οι επιλογές εκφράζονται γραπτά. Ο εκπαιδευτικός θα μελετήσει το υλικό και θα αξιολογήσει την επίδραση των δραστηριοτήτων που έχουν πραγματοποιηθεί μέχρι στιγμής.

Οργάνωση, στα πλαίσια της Ομάδας των μαθητών του σχολείου, δραστηριοτήτων αναψυχής, όπως πινακ πονγκ, βόλεϊ, πρόσκοποι κ.λπ. Παρακολουθείται η συμμετοχή των μαθητών της ομάδας στόχου (ενδιάμεση αξιολόγηση, σύγκριση με την ομάδα ελέγχου).

**Μέθοδοι:** Παιχνίδια

**Μέσα:** Αθλητικά υλικά που υπάρχουν στο σχολείο, Αθλητική εγκατάσταση του σχολείου.



Προετοιμασία και διοργάνωση από τους μαθητές, υπό την καθοδήγηση του εκπαιδευτικού, του εορτασμού της *Παγκόσμιας Ημέρας Αθλητισμού για την Ανάπτυξη και την Ειρήνη* (6 Απριλίου<sup>1</sup>) μέσω της άσκησης και των υπαίθριων αθλημάτων.

**Ανατίθενται ρόλοι και καθήκοντα:**

- 5 μαθητές θα δημοσιοποιήσουν τη δραστηριότητα στο σχολείο και στην κοινότητα (ανάρτηση αφισών, διανομή φυλλαδίων)
- 5 μαθητές θα είναι υπεύθυνοι για την επιλογή των ομάδων των διαγωνιζομένων για τους διαγωνισμούς πατινιών και ποδηλάτων, τον διαγωνισμό σχεδίων στην άσφαλτο,
- 5 μαθητές θα είναι υπεύθυνοι για τη διοργάνωση του διαγωνισμού, μαζί με εκπρόσωπο του τοπικού συμβουλίου - έλεγχος των διαδρομών στο πάρκο, καθορισμός του χώρου όπου θα διεξαχθεί ο διαγωνισμός σχεδίων στην άσφαλτο, παροχή υλικών, παροχή βραβείων, εξασφάλιση της παρουσίας των μέσων μαζικής ενημέρωσης.

**Μέθοδοι:** Ενημέρωση, Έρευνα

**Μέσα:** Αφίσες (τυπωμένες στο τυπογραφείο της πόλης), φυλλάδια

**Δημιουργία δεξιοτήτων στην πραγματική ζωή/Αυθεντική Αξιολόγηση**

Εορτασμός της *Παγκόσμιας Ημέρας Αθλητισμού για την Ανάπτυξη και την Ειρήνης* μέσω της άσκησης και άθλησης στο πάρκο της πόλης, με τη συμμετοχή της ομάδας στόχου των μαθητών, άλλων πρόθυμων μαθητών από το σχολείο και πολλών πολιτών της κοινότητας.

- ♦ διεξαγωγή αθλητικών διαγωνισμών
- ♦ διεξαγωγή διαγωνισμού σχεδίων στην άσφαλτο
- ♦ βράβευση των νικητών

Αυθόρμητες Δράσεις: μερικά άτομα θα λάβουν μέρος στις δραστηριότητες, απροειδοποίητα

- ♦ οι μαθητές της ομάδας-στόχου θα εμπλέξουν αυτά τα άτομα στις προτεινόμενες δραστηριότητες.

**Μέθοδοι:** Παιχνίδια

**Μέσα:** Ποδήλατα, Πατίνια, Χρωματιστή κιμωλία, Βραβεία

**Χρήση δεξιοτήτων αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου στην πραγματική ζωή**

Θα παρακολουθείται και θα αξιολογείται τακτικά η συμμετοχή των παιδιών, των μαθητών και των νέων της πόλης σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου που βασίζονται στην άσκηση και τον αθλητισμό (ο αριθμός αυτών που συμμετέχουν στον αθλητικό σύλλογο - αυξήθηκε / μειώθηκε, η προσέλευση στο πάρκο αναψυχής, ακόμη και όταν δεν υπάρχουν οργανωμένες δραστηριότητες - άμεση παρατήρηση, συζητήσεις με τον υπεύθυνο/φύλακα του πάρκου).

<sup>1</sup> Η Παγκόσμια Ημέρα Αθλητισμού για την Ανάπτυξη και την Ειρήνη καθιερώθηκε στις 23 Αυγούστου 2013, με ομόφωνο ψήφισμα της Γενικής Συνέλευσης του ΟΗΕ και γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 6 Απριλίου. Η επιλογή της 6ης Απριλίου ως Παγκόσμιας Ημέρας Αθλητισμού για την Ανάπτυξη και την Ειρήνη - αντί της 23ης Ιουνίου (Ολυμπιακή ημέρα) που είχε αρχικά προταθεί - έγινε κατόπιν πρότασης της Μόνιμης Αντιπροσωπείας της Ελλάδας στον ΟΗΕ, καθώς αυτή είναι η ημέρα της αναβίωσης των σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων της Αθήνας το 1896. Ο στόχος του εορτασμού είναι να τονιστεί η σημασία του αθλητισμού στην επικράτηση της ειρήνης και της συμφιλίωσης στον κόσμο και στην καταπολέμηση των διακρίσεων κάθε μορφής, των προκαταλήψεων, του φόβου και των παρεξηγήσεων, που συμβάλλουν στην ανθρώπινη ανάπτυξη.





Δραστηριότητα	Σεπτέμβριος				Οκτώβριος				Νοέμβριος			
	E1	E2	E3	E4	E1	E2	E3	E4	E1	E2	E3	E4
Διεξαγωγή μικροέρευνας												
Εξήγηση δεξιοτήτας												
Καθορισμός του προγράμματος δραστηριοτήτων, των ρόλων και καθηκόντων												
Δραστηριότητες θεωρητικής κατάρτισης												
Μερική αξιολόγηση												
Οργάνωση και διεξαγωγή θεματικής συνάντησης												
Δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου στη λέσχη των μαθητών στο σχολείο												
Ενδιάμεση αξιολόγηση												
Προετοιμασία και εορτασμός της Παγκόσμιας Ημέρας Αθλητισμού												
Τελική αξιολόγηση												



## Αξιολόγηση

### Αξιολόγηση των συμμετεχόντων στο πρόγραμμα

Στόχοι	Αναμενόμενα αποτελέσματα	Δραστηριότητες αξιολόγησης
* Γνωρίζει και κατανοεί τη σημασία των υγιεινών δραστηριοτήτων αναψυχής * Περνά τον ελεύθερο χρόνο με υγιή τρόπο/ενασχολήσεις * Επικοινωνεί συστηματικά, έχει καλύτερες διαπροσωπικές σχέσεις	*Περιγράφει τις διαφορές μεταξύ των υγιεινών και των επιβλαβών δραστηριοτήτων αναψυχής. *Περιγράφει δύο οφέλη των υγιεινών δραστηριοτήτων αναψυχής (π.χ. μείωση του άγχους, γνωριμία με ανθρώπους με παρόμοια ενδιαφέροντα). *Προσδιορίζει δύο πηγές που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την εξεύρεση υγιεινών ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων (π.χ. εφημερίδες, διαδίκτυο, αφίσες, τηλεφωνικός κατάλογος, οικογένεια και φίλοι). *Βρίσκει μια ψυχαγωγική δραστηριότητα για να εξερευνήσει λεπτομερώς. *Κάνει τουλάχιστον ένα άθλημα στην ομάδα του σχολείου ή τον αθλητικό σύλλογο της πόλης. *Περνά περισσότερο χρόνο με τους φίλους και συγγενείς στη φύση *Δημιουργεί ευκαιρίες άμεσης επικοινωνίας, κάνει καινούργιους φίλους	*Συμπλήρωση ερωτηματολογίου (αξιολόγηση γνώσεων) *Εκπόνηση ατομικής εργασίας (αξιολόγηση γνώσεων) *Συστηματική παρατήρηση της συμπεριφοράς. Κλίμακα ταξινόμησης, Λίστα ελέγχου *Ημερολόγιο αναστοχασμού *Άμεση παρατήρηση, ημερολόγιο αναστοχασμού

### Τελική αξιολόγηση του προγράμματος ανάπτυξης των δεξιοτήτων ζωής

Θα πραγματοποιηθεί ανάλυση του έργου (στόχοι, δυνατά σημεία, αδυναμίες) χρησιμοποιώντας τα αποτελέσματα των ενδιάμεσων αξιολογήσεων, των παρατηρήσεων, των εγγραφών στο ημερολόγιο αναστοχασμού.

### Αξιοποίηση του Προγράμματος

Το πρόγραμμα αυτό αποτελεί ένα αρχικό σημείο για τον προσδιορισμό των συνθηκών (παιδαγωγικών, ψυχολογικών, κοινωνικών) που είναι απαραίτητες για τη διαμόρφωση ενός υγιεινού τρόπου ζωής στα παιδιά και τους νέους, περνώντας ευχάριστα τον ελεύθερο χρόνο τους, μέσω της γυμναστικής και του αθλητισμού.



### Αποτελέσματα του προγράμματος

Βραχυπρόθεσμα και Μεσοπρόθεσμα, όλοι οι μαθητές του σχολείου θα συμμετέχουν σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου.

Μακροπρόθεσμα, θα αυξηθεί η αξία της κοινότητας, με μεγάλο αριθμό παιδιών, νέων και ενηλίκων να επιλέγουν να περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους με ευχάριστο και υγιεινό τρόπο. Θα αναπτυχθούν περισσότερες αθλητικές εγκαταστάσεις. Θα υπάρχουν περισσότερα πάρκα, περισσότεροι χώροι πρασίνου και άλλες ευκαιρίες αναψυχής.

Θα προταθεί στο Δημοτικό Συμβούλιο να ξεκινήσει ένα έργο, σε επίπεδο Δήμου, για τη δημιουργία ενός πάρκου ποδηλάτων για τους πολίτες της πόλης και να τους ενθαρρύνει να κάνουν ποδήλατο και να περιορίσουν τη χρήση του αυτοκινήτου τους.

### Βιβλιογραφία

- Bloom, B. S. (1976). *Human characteristics and school learning*. McGraw-Hill.
- Cerghit, I., Radu, I.T. (1994). *Didactica*, Editura didactică și pedagogic. București.
- Ciofu, E., Ciofu, C. (1997). *Esențialul în pediatrie*. Editura Medicală Almatea.
- Elkind, D. (1998). *Teenegers in crisis: All grown up and no place to go*. Reading, MA: Perseus Books.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The theory in Practice*. Perseus Books.
- Hart, L. (1983). *Human Brain and Human Learning*.
- Kovalik, Susan, Olsen, Karen (1994). *The Model – Integrated Thematic Instruction*. Books for Educators.
- Mișu, Silvia, Seuche, R., Șerbănescu, H. (2010). *100 de idei de educație nonformală*. București.
- Perkins, D.F. (2001). *Understanding Adolescence. The Tasks*. The Pennsylvania State University.
- Piaget, J. (1953). *The Origins of Intelligence in the Child*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Piaget, J. (1954). *The Construction of Reality in the Child*. New York: Basic Books.
- Piaget, J., Inhelder, B. (1969). *The Psychology of the Child*. New-York: Basic Books.
- Schaffer, H. R. (2007). *Introducere în psihologia copilului*. Editura ASCR. Cluj-Napoca.
- Sion, G. (2007). *Psihologia vârstelor*. Editura Fundației România de Măine, Ediția aIV-a, București.
- Tripodi, T., Fellin, P., Epstein, I. (1986). *Social Program Evaluation*, Illinois:University of Michigan. F.E. Peacock Publishers.
- Turek, I. (2003). *Klíčovné kompetencie*.

### Διαδικτυακές πηγές

- [www.ted.com](http://www.ted.com)
- [www.portal-stat.admin.ch/deseco/index.htm](http://www.portal-stat.admin.ch/deseco/index.htm)
- [www.unesco.org/education/information/nfsunesco/doc/iscsed\\_1997.htm](http://www.unesco.org/education/information/nfsunesco/doc/iscsed_1997.htm)
- [www.statbel.fgov.be/aes/classifications.pdf](http://www.statbel.fgov.be/aes/classifications.pdf)
- [www.extension.iastate.edu/4h/](http://www.extension.iastate.edu/4h/)
- [www.stiri.org/library/files/metode\\_si\\_instrumente\\_in\\_dezvoltarea\\_abilitatilor\\_de\\_viata.pdf](http://www.stiri.org/library/files/metode_si_instrumente_in_dezvoltarea_abilitatilor_de_viata.pdf)
- [www.fdsc.ro/library/files/descriere\\_proiect\\_prof21\\_-\\_final-3.pdf](http://www.fdsc.ro/library/files/descriere_proiect_prof21_-_final-3.pdf)
- [www.sportexcellence.gr/sports-in-society/](http://www.sportexcellence.gr/sports-in-society/)
- Gordon Training International (1970-2016). Learning a new skill , it is easier said than done . Retrieved November 24, <http://www.gordontraining.com/free-workplace-articles/learning-a-new-skill-iseasier-said-than-done/>
- Casey Life Skills (2016). Casey Life Skills Assesment. Διαθέσιμα στην ιστοσελίδα του Case Life Skills, [http://www.crporegon.org/cms/lib010/OR01928264/Centricity/Domain/45/Document Ansel %20Casey %20Life %20Skills %20 Assessment %20Y3\\_ Version %204](http://www.crporegon.org/cms/lib010/OR01928264/Centricity/Domain/45/Document%20Ansel%20Casey%20Life%20Skills%20Assessment%20Y3_Version%204).



## Παράδειγμα εφαρμογής της μεθοδολογίας υλοποίησης: Ενεργητική Ακρόαση και Ανατροφοδότηση



### Στοχευμένες δεξιότητες: Ενεργητική Ακρόαση και Ανατροφοδότηση Αιτιολόγηση του Εργαστηρίου

Το σχολείο δεν είναι μόνο διδασκαλία μαθημάτων, βαθμοί και ασκήσεις για τους μαθητές/τριες. Το σχολείο είναι το μέρος όπου μαθητές/τριες και δάσκαλοι χτίζουν μαζί έναν τρόπο ζωής. Η συμβολή τους είναι εξίσου σημαντική, ακόμη και αν το πλαίσιο και οι αρμοδιότητές του καθένα από τους εμπλεκόμενους είναι διαφορετικές. Ο χώρος που ονομάζεται «Σχολείο» σημαδεύει αναπόφευκτα τις ζωές και των δύο κατηγοριών ανθρώπων. Σχολική ζωή σημαίνει κάτι περισσότερο από τη διδασκαλία ή την εκμάθηση όσων προβλέπονται στο Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών. Σχολική ζωή σημαίνει προετοιμασία για τη ζωή. Η προετοιμασία για τη ζωή αρχίζει ακούγοντας τους άλλους.

Η τέχνη της ακρόασης είναι ένα εξαιρετικό δώρο που μπορούμε να δώσουμε στους άλλους, αλλά και στον εαυτό μας. Όταν ακούμε τους άλλους, τους αποδεικνύουμε ότι αυτά που έχουν να πουν είναι σημαντικά, τους εμπνέουμε εμπιστοσύνη. Και για αυτόν που ακούει υπάρχει ένα σημαντικό όφελος: πώς αλλιώς μπορούμε να μαθαίνουμε αν όχι ακούγοντας; Ο Ζήνων του Κιτίου έλεγε, πριν από 2000 χρόνια: «Ο λόγος που έχουμε δύο αυτιά και ένα στόμα είναι για να μιλάμε λιγότερο και να ακούμε περισσότερο».

Το να πείσει το παιδί να ακούσει μπορεί να είναι μια από τις μεγαλύτερες προκλήσεις που πρέπει να αντιμετωπίσει ένας ενήλικας από νωρίς. Η ικανότητα «να ακούει» αποτελεί βασικό συστατικό της μάθησης και ένα από τα κύρια μέσα αλληλεπίδρασής μας με άλλους ανθρώπους. Οι δυσκολίες στην ενεργητική ακρόαση μπορεί να προκαλέσουν προβλήματα στα παιδιά στο σπίτι, στο σχολείο και στις κοινωνικές συναναστροφές.

Το εργαστήριο "Γνωρίζω να Επικοινωνώ" στοχεύει στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων ακρόασης και ανατροφοδότησης των παιδιών, βασικές δεξιότητες που θα διευκολύνουν τις ακαδημαϊκές τους επιδόσεις και την ανάπτυξη κοινωνικών και διαπροσωπικών σχέσεων .

#### Σκοπός του εργαστηρίου:

- Η ανάπτυξη, σε διάστημα 3 μηνών, των επικοινωνιακών δεξιοτήτων μαθητών της 1ης-3ης τάξης του Γυμνασίου με σκοπό τη δημιουργία ενός ευνοϊκού και μη συγκρουσιακού κλίματος στην τάξη.

#### Στόχοι:

Στόχος 1<sup>ος</sup>: κατανόηση σε όρους συμπεριφοράς της επιθυμητής δεξιότητας ζωής που πρέπει να αναπτυχθεί



Στόχος 2<sup>ος</sup>: κατανόηση της έννοιας της "επικοινωνίας" από τους μαθητές της ομάδας-στόχου

Στόχος 3<sup>ος</sup>: συνειδητοποίηση της σημασίας της μη λεκτικής επικοινωνίας

Στόχος 4<sup>ος</sup>: ανάπτυξη δεξιοτήτων ενεργητικής ακρόασης

Στόχος 5<sup>ος</sup>: απόκτηση τεχνικών ανατροφοδότησης

**Ομάδα στόχο/άμεσα επωφελούμενοι:** μαθητές/τριες της 1ης-2ης τάξης Γυμνασίου (κορίτσια και αγόρια). Κατά προτίμηση ομάδα μέχρι 15 άτομα

**Χαρακτηριστικά:**

- ηλικιακή κατηγορία: παιδιά προεφηβείας
- περιβάλλον: αστικό
- συγκεκριμένα προβλήματα:
  - ♦ ελλείψεις στη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία, οι οποίες συνίστανται στην αδυναμία διατύπωσης συνεκτικών και ολοκληρωμένων φράσεων,
  - ♦ λεκτική επιθετικότητα προς τους συμμαθητές και καθηγητές,
  - ♦ απόρριψή τους από τους συμμαθητές (για τους λόγους αυτούς).

**Ανάγκες τις ομάδας στόχου:**

- δημιουργία δεξιοτήτων ενεργητικής ακρόασης και ανατροφοδότησης
- ένταξη στην ομάδα της τάξης
- ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων

**Προσδιορισμός των αναγκών τους (χρησιμοποιούμενες μέθοδοι):**

- ερωτηματολόγιο κλειστού τύπου με κλίμακα για την ταξινόμηση των απαντήσεων, όπως: πολύ σπάνια, κάποτε, τις περισσότερες φορές, πάντα
  - λίστα ελέγχου με απαντήσεις του τύπου «αλήθεια» ή «ψευδές»
  - "τείχος παραπόνων": προβλήματα που αντιμετωπίζω όταν επικοινωνώ με άλλους.
- Έμμεσα επωφελούμενοι:
- όλοι οι μαθητές του Γυμνασίου
  - οι οικογένειες των μαθητών που συμμετέχουν
  - η σχολική κοινότητα.

**Συνεργάτες:**

- ☀ Το ΚΕΣΥ ανά περιφέρεια
- ☀ Μονάδες Ψυχικής Υγείας για παιδιά και εφήβους ανά Τομέα Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων

**Διάρκεια:**

- 3 μήνες (Σεπτέμβριος - Οκτώβριος- Νοέμβριος)
- οι δραστηριότητες του προγράμματος θα πραγματοποιούνται εβδομαδιαίως, μία ώρα η κάθε μία δραστηριότητα, εντός σχολικού ωραρίου, κατά τη διάρκεια του Εργαστηρίου Δεξιοτήτων, με τη σύμφωνη γνώμη των συμμετεχόντων παιδιών και των γονέων τους

**Αναμενόμενα αποτελέσματα:**

- δημιουργία συμπεριφορών που ενθαρρύνουν την ακρόαση
- μείωση κατά 45% των συγκρούσεων στην τάξη σε σύγκριση με το προηγούμενο εξάμηνο
- μείωση κατά 35% της συχνότητας της λεκτικής βίας στην τάξη σε σύγκριση με το προηγούμενο εξάμηνο



- μείωση κατά 50% του αριθμού των πειθαρχικών ποινών που επιβλήθηκαν στους μαθητές της τάξης λόγω λεκτικής βίας προς τους συμμαθητές και τους εκπαιδευτικούς
- απόκτηση νέων μαθησιακών εμπειριών με τη χρήση νέων μεθόδων διδασκαλίας (ΤΠΕ και μέθοδοι συνεργατικής μάθησης)
- απόκτηση δεξιοτήτων ομαδικής εργασίας
- ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης
- ανάπτυξη της δημιουργικότητας



#### Επίδραση: βραχυπρόθεσμα

- διαμόρφωση στάσης σεβασμού απέναντι στον συνομιλητή,
- αύξηση των κινήτρων μάθησης των μαθητών της ομάδας-στόχου.

#### μεσοπρόθεσμα

- αποτελεσματική επικοινωνία στην ομάδα μαθητών.

#### μακροπρόθεσμα:

- αυξημένη αυτοεκτίμηση των μαθητών της ομάδας στόχου
- καλύτερη σχέση των μαθητών της ομάδας στόχου με εκείνους τους μαθητές με τους οποίους έρχονται καθημερινά σε επαφή
- βελτίωση των μαθησιακών αποτελεσμάτων των μαθητών της ομάδας στόχου και των συμμαθητών τους
- μη συγκρουσιακό κλίμα στην ομάδα μαθητών της τάξης
- ευκαιρίες για την ανάπτυξη της σχολικής πολιτικής (όραμα, στρατηγικοί στόχοι, σχέδιο θεσμικής ανάπτυξης),
- αύξηση του κύρους του σχολείου.



**Δεξιότητες ζωής που είναι επιθυμητό να αναπτυχθούν:**

<b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ</b>			
<b>Ικανότητα Αποτελεσματικής Επικοινωνίας: Ενεργή Ακρόαση, Παροχή Ανατροφοδότησης και Υποβολή Ερωτήσεων</b>			
Σε επίπεδο Συμπεριφοράς <b>ΚΑΝΩ</b>	Σε επίπεδο Γνώσεων <b>ΞΕΡΩ</b>	Σε επίπεδο Στάσεων <b>ΕΚΔΗΛΩΝΩ</b>	Σε επίπεδο Δεξιοτήτων/Ικανοτήτων <b>ΕΠΙΔΕΙΚΝΥΩ / ΔΕΙΧΝΩ</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Διατηρεί οπτική επαφή με τον συνομιλητή</li> <li>♦ Δίνει μη λεκτικές ενδείξεις ότι προσέχει</li> <li>♦ Παρατηρεί προσεκτικά τον συνομιλητή</li> <li>♦ Κάνει ερωτήσεις</li> <li>♦ Αναδιατυπώνει</li> <li>♦ Συναισθηματικός έλεγχος</li> <li>♦ Συμπεριφορές αναβολής επιβράβευσης (π.χ. μιλούν με τη σειρά, αποδέχονται τους κανόνες της τάξης)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Γνωρίζει της μορφές της λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας</li> <li>♦ Αναγνωρίζει τους τρόπους αποτελεσματικής/μη αποτελεσματικής επικοινωνίας</li> <li>♦ Αναγνωρίζει τις συνέπειες της κακής/προβληματικής επικοινωνίας</li> <li>♦ Γνωρίζει τεχνικές ενεργητικής ακρόασης και παροχής ανατροφοδότησης</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Σεβασμός και ενδιαφέρον για τους συμμετέχοντες στη συζήτηση</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Αρχίζει και τελειώνει μία συζήτηση με ευχάριστο τρόπο</li> <li>♦ Εκφράζει με αυτοπεποίθηση τις απόψεις, τα συναισθήματα και τις σκέψεις του,</li> <li>♦ Επιδεικνύει δεξιότητες ενεργής ακρόασης</li> <li>♦ Παρέχει ανατροφοδότηση στον συνομιλητή</li> </ul>

**Ανθρώπινο δυναμικό:**

- ♦ Καθηγητής/ τρια συντονιστής προγράμματος
- ♦ Σχολικός Ψυχολόγος
- ♦ Συντονιστής τάξης
- ♦ Παρακινητής & Εμπυχωτής

**Υλικοί πόροι:**

- ♦ φορητός υπολογιστής
- ♦ βιντεοπροβολέας
- ♦ φύλλο διαγραμμάτων, χαρτοπίνακας, πίνακας ξεφυλλίσματος, πίνακας με αφαιρούμενες σελίδες χαρτιού (flip-chart)
- ♦ ένας εκτυπωτής
- ♦ αναλώσιμα: μαρκαδόροι, σημειώσεις post-it, φύλλα γραφής, φύλλα flip-chart, χρωματιστό χαρτί κ.λπ.
- ♦ εικόνες που παρουσιάζουν τη μη λεκτική επικοινωνία
- ♦ αποσπάσματα ταινιών για την επικοινωνία,
- ♦ μπάλες, κασκόλ.



### Παρατήρηση και αξιολόγηση:

- εσωτερική (αυτοαξιολόγηση)

### Κριτήρια αξιολόγησης/Δείκτες επίδοσης

πρόοδος:

- ◆ βαθμός προόδου σχετικά με τους στόχους και τις προθεσμίες που καθορίστηκαν
- ◆ βαθμός συμμετοχής στις δραστηριότητες

αποτελέσματα:

- ◆ βαθμός επίτευξης των στόχων
- ◆ τήρηση των δεικτών επίτευξης των προτεινόμενων στόχων
- ◆ θετικές αλλαγές στη σχέση των μαθητών με τους γύρω τους,
- ◆ αξιολόγηση της κάθε δραστηριότητας.

ποιότητα:

- ◆ συνοχή μεταξύ των προσδιορισμένων αναγκών, των καθορισμένων στόχων, των προγραμματισμένων δράσεων, των αναμενόμενων αποτελεσμάτων,
- ◆ επίπεδο επίτευξης του προτεινόμενου σκοπού
- ◆ "προστιθέμενη αξία" και "αξία που δημιουργείται" ως αποτέλεσμα της επίτευξης των στόχων.

εξωτερική: ειδικός αξιολογητής

### Μέθοδοι αξιολόγησης:

- συστηματική παρατήρηση της συμπεριφοράς της ομάδας στόχου
- ημερολόγιο αναστοχασμού
- παιχνίδι ρόλων

### Εργαλεία αξιολόγησης:

- \* ερωτηματολόγιο αυτοαξιολόγησης
- \* φύλλο αυτοαξιολόγησης του προγράμματος
- \* έκθεση αυτοαξιολόγησης
- \* λίστα ελέγχου
- \* μελέτη περίπτωσης
- \* φύλλο αξιολόγησης της συμπεριφοράς των μαθητών
- \* αποτελέσματα μαθητών
- \* ποσοστό εγκατάλειψης του σχολείου,
- \* αριθμός των πειθαρχικών ποινών που επιβλήθηκαν στους μαθητές της τάξης.

### Βιωσιμότητα:

- εφαρμογή του προγράμματος από όλους τους διευθυντές σχολείων που εντοπίζουν παρόμοιες ανάγκες στις τάξεις που συντονίζουν,
- δημιουργία προαιρετικού επικοινωνίας στο Πρόγραμμα Σπουδών, κατά την κρίση του σχολείου
- αξιοποίηση των αποτελεσμάτων που προκύπτουν για την ανάπτυξη και την υποβολή αίτησης για ένα πρόγραμμα Erasmus





### Δραστηριότητες που θα αναπτύξουν τις προτεινόμενες Δεξιότητες Ζωής

A/α	Στόχος	Δραστηριότητα	Μέθοδοι	Υπεύθυνοι	Περίοδος/διάρκεια
1.	ΣΤΟΧΟΣ <sup>1ος</sup>	- Εφαρμογή και ερμηνεία ερωτηματολογίων για την αξιολόγηση των δεξιοτήτων και επικοινωνιακών αναγκών	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ερωτηματολόγιο κλειστού τύπου</li> <li>Λίστα ελέγχου</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Καθηγητής του προγράμματος</li> <li>Εργαστήρια Δεξιοτήτων</li> <li>Καθηγητής τάξης</li> </ul>	1η εβδομάδα
2.		- "τείχος παραπόνων"	- χαρτάκια post it που συλλέγονται και συζητούνται στην ομάδα		
3.		- Παρουσίαση του προγράμματος και των δεξιοτήτων που προτείνεται να αναπτυχθούν	<ul style="list-style-type: none"> <li>Παρουσίαση power-point</li> <li>Ατομικό σχέδιο</li> </ul>		
4.	ΣΤΟΧΟΣ <sup>2ος</sup>	- «Γιατί να μελετήσουμε την επικοινωνία;»	<ul style="list-style-type: none"> <li>παρουσίαση power-point</li> <li>καταιγισμός ιδεών</li> <li>διερευνητική συζήτηση</li> </ul>	Σχολικός Ψυχολόγος	3η εβδομάδα
5.		- «Τι είναι η επικοινωνία;»	<ul style="list-style-type: none"> <li>παρουσίαση power-point</li> <li>καταιγισμός ιδεών</li> <li>διερευνητική συζήτηση</li> <li>ομαδική εργασία</li> </ul>		
6.		- «Παίζοντας το σπασμένο τηλέφωνο»	<ul style="list-style-type: none"> <li>ατομική εργασία και εργασία σε ζευγάρια</li> <li>διδακτικό παιχνίδι</li> <li>διερευνητική συζήτηση</li> </ul>		
7.	- «Μη λεκτική επικοινωνία»	<ul style="list-style-type: none"> <li>παιχνίδι ρόλων</li> <li>καταιγισμός ιδεών</li> <li>διερευνητική συζήτηση</li> </ul>			
8.	ΣΤΟΧΟΣ <sup>3ος</sup>	- «Μάντεψε το χόμπι!»	<ul style="list-style-type: none"> <li>παιχνίδι παντομίμας</li> <li>διερευνητική συζήτηση</li> <li>ομαδική εργασία</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Καθηγητής του προγράμματος</li> <li>Εργαστήρια Δεξιοτήτων</li> <li>Καθηγητής τάξης</li> </ul>	5η εβδομάδα
9.		- «Πλάτη με πλάτη»	<ul style="list-style-type: none"> <li>παιχνίδι ρόλων</li> <li>αναστοχασμός</li> <li>εργασία σε ζευγάρια</li> </ul>		
10.		- «Τι μπορεί να κάνει ένα χαμόγελο;»	<ul style="list-style-type: none"> <li>Διδακτικό παιχνίδι</li> <li>Κριτική σκέψη</li> </ul>		

A/α	Στόχος	Δραστηριότητα	Μέθοδοι	Υπεύθυνοι	Περίοδος/διάρκεια
11.	ΣΤΟΧΟΣ <sup>4ος</sup>	- «Περισσότερο από τα λόγια. Κανόνες της ενεργητικής ακρόασης»	<ul style="list-style-type: none"> <li>παρουσίαση</li> <li>παιχνίδι ρόλων</li> <li>ομαδική εργασία</li> <li>παρακολούθηση αποσπασμάτων από ταινίες</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Καθηγητής του προγράμματος</li> <li>Εργαστήρια Δεξιοτήτων</li> <li>Καθηγητής τάξης</li> </ul>	6η εβδομάδα
12.		- «Τι σημαίνει αποτελεσματική ακρόαση;»	<ul style="list-style-type: none"> <li>διδακτικό παιχνίδι</li> <li>αναστοχασμός</li> <li>ατομική εργασία,</li> <li>ομαδική εργασία</li> </ul>		7η εβδομάδα
13.		- «Παθητική, επιθετική και διεκδικητική συμπεριφορά»	<ul style="list-style-type: none"> <li>παιχνίδι ρόλων</li> <li>ομαδική εργασία</li> </ul>	Καθηγητής του	8η εβδομάδα



				προγράμματα ς Εργαστήρια Δεξιοτήτων Καθηγητής τάξης	
14.	ΣΤΟΧΟΣ <sup>500</sup>	- «Διεκδικητική επικοινωνία»	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ ομαδική εργασία</li> <li>♦ διερευνητική συζήτηση</li> <li>♦ καταγισμός ιδεών</li> </ul>	♦	9η εβδομάδα
15.		- «Πώς προσφέρω ανατροφοδότηση»	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ παρουσίαση power-point</li> <li>♦ παιχνίδι ρόλων</li> <li>♦ διερευνητική συζήτηση</li> </ul>		10η εβδομάδα
16.		- “Move”	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ παιχνίδια στην ύπαιθρο</li> <li>♦ αναστοχασμός</li> </ul>		11η εβδομάδα
17.		- Αξιολόγηση του προγράμματος	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ ημερολόγιο αναστοχασμού</li> <li>♦ παιχνίδι ρόλων</li> <li>♦ συστηματική παρατήρηση της συμπεριφοράς των μαθητών</li> </ul>	♦ Καθηγητής του προγράμματος ς Εργαστήρια Δεξιοτήτων Καθηγητής τάξης	12η εβδομάδα

### Βιβλιογραφία

- Bloom, B. S. (1976). *Human characteristics and school learning*. McGraw-Hill.
- Cerghit, I., Radu, I.T. (1994). *Didactica*, Editura didactică și pedagogic. București.
- Ciofu, E., Ciofu, C. (1997). *Esențialul în pediatrie*. Editura Medicală Almatea.
- Elkind, D. (1998). *Teenagers in crisis: All grown up and no place to go*. Reading, MA: Perseus Books.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The theory in Practice*. Perseus Books.
- Hart, L. (1983). *Human Brain and Human Learning*.
- Kovalik, Susan, Olsen, Karen (1994). *The Model – Integrated Thematic Instruction*. Books for Educators.
- Mișu, Silvia, Seuche, R., Șerbănescu, H. (2010). *100 de idei de educație nonformală*. București.
- Perkins, D.F. (2001). *Understanding Adolescence. The Tasks*. The Pennsylvania State University.
- Piaget, J. (1953). *The Origins of Intelligence in the Child*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Piaget, J. (1954). *The Construction of Reality in the Child*. New York: Basic Books.
- Piaget, J., Inhelder, B. (1969). *The Psychology of the Child*. New-York: Basic Books.
- Schaffer, H. R. (2007). *Introducere în psihologia copilului*. Editura ASCR. Cluj-Napoca.
- Sion, G. (2007). *Psihologia vârstei*. Editura Fundației România de Măine, Ediția a IV-a, București.
- Tripodi, T., Fellin, P., Epstein, I. (1986). *Social Program Evaluation*, Illinois: University of Michigan. F.E. Peacock Publishers.
- Turek, I. (2003). *Klíčové kompetencie*.

### Διαδικτυακές πηγές

- [www.ted.com](http://www.ted.com)  
[www.portal-stat.admin.ch/deseco/index.htm](http://www.portal-stat.admin.ch/deseco/index.htm)  
[www.unesco.org/education/information/nfsunesco/doc/iscled\\_1997.htm](http://www.unesco.org/education/information/nfsunesco/doc/iscled_1997.htm)  
[www.statbel.fgov.be/aes/classifications.pdf](http://www.statbel.fgov.be/aes/classifications.pdf)  
[www.extension.iastate.edu/4h/](http://www.extension.iastate.edu/4h/)

- [www.stiri.org/library/files/metode\\_si\\_instrumente\\_in\\_dezvoltarea\\_abilitatilor\\_de\\_viata.pdf](http://www.stiri.org/library/files/metode_si_instrumente_in_dezvoltarea_abilitatilor_de_viata.pdf)  
[www.fdsc.ro/library/files/descriere\\_proiect\\_prof21\\_-\\_final-3.pdf](http://www.fdsc.ro/library/files/descriere_proiect_prof21_-_final-3.pdf)



[www.sportsexcellence.gr/sports-in-society/](http://www.sportsexcellence.gr/sports-in-society/)

Gordon Training International (1970-2016). Learning a new skill , it is easier said than done . Retrieved November 24, <http://www.gordontraining.com/free-workplace-articles/learning-a-new-skill-iseasier-said-than-done/>

Casey Life Skills (2016). Casey Life Skills Assesment. Διαθέσιμα στην ιστοσελίδα του Case Life Skills, [http://www.crporegon.org/cms/lib010/OR01928264/Centricity/Domain/45/Document Ansel %20Casey%20Life%20Skills% 20 Assessment%20Y3\\_ Version% 204](http://www.crporegon.org/cms/lib010/OR01928264/Centricity/Domain/45/Document%20Ansel%20Casey%20Life%20Skills%20Assessment%20Y3_Version%204).



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Ενδεικτικό φύλλο αξιολόγησης μαθητή/τριας (από τον εκπαιδευτικό)

ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ	Αρχόμενη	Αναπτυσσόμενη	Ικανοποιητική	Εξαιρετική
		<b>ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΑΝΑΛΥΤΙΚΗΣ ΣΚΕΨΗΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΙΚΗΣ ΣΚΕΨΗΣ</b>			
<b>Δεξιότητες Αναλυτικής και Κριτικής σκέψης</b>	-Αρχίζει και τελειώνει μία συζήτηση με ευχάριστο τρόπο				
	-Σεβασμός και ενδιαφέρον για τους συμμετέχοντες στη συζήτηση				
	-Επικοινωνεί με ευκολία με τους συμμαθητές και τους ενήλικες,				
	-Συναισθηματικός έλεγχος -Συμπεριφορές αναβολής επιβράβευσης (π.χ. μιλούν με τη σειρά, αποδέχονται τους κανόνες της τάξης)				
	-Εκφράζει με αυτοπεποίθηση τις απόψεις, τα συναισθήματα και τις σκέψεις του,				
	-Επιδεικνύει δεξιότητες ενεργής ακρόασης				
	-Παρέχει ανατροφοδότηση στον συνομιλητή				
<b>Δεξιότητες Ζωής</b>					
<b>Δεξιότητες Ζωής</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Διατηρεί οπτική επαφή με τον συνομιλητή</li> <li>♦ Παρατηρεί προσεκτικά τον συνομιλητή</li> </ul>				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Κάνει ερωτήσεις</li> <li>♦ Αναδιατυπώνει</li> </ul>				
	♦ Γνωρίζει της μορφές της λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας				
	♦ Γνωρίζει τεχνικές ενεργητικής ακρόασης και παροχής ανατροφοδότησης				
	♦ Δίνει μη λεκτικές ενδείξεις ότι προσέχει				



## Πίνακας με ενδεικτικά παραδείγματα και παραπομπή σε δοκιμασμένα προγράμματα της Σχολικής Ζωής και Σχολικών Δραστηριοτήτων

Παραδείγματα και παραπομπή σε δοκιμασμένα προγράμματα της Σχολικής Ζωής και Σχολικών Δραστηριοτήτων

ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΠΡΟΤΑΣΗ
Αγωγής Υγείας	Ικανότητα βέλτιστης αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου
Αγωγής Σταδιοδρομίας	Γνωρίζω να επικοινωνώ
eTwinning	Δεξιότητες 21 <sup>ου</sup> αιώνα
Erasmus	Δεξιότητες 21 <sup>ου</sup> αιώνα

### Παράρτημα με περιγραφή ενδεικτικών δράσεων

Συνεργασία με:

- Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης
- Π.Σ.Δ
- Κέντρα Εκπαιδευτικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης (ΚΕΣΥ)
- Δημοτική Αυτοδιοίκηση
- Αθλητικούς Συλλόγους
- Κέντρα Ψυχικής Υγείας
- Κέντρα Ψυχικής Υγιεινής



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

Πράξη: «Επιμόρφωση των εκπαιδευτικών στις δεξιότητες μέσω εργαστηρίων» (MIS 5092064)

ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΟΥ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ  
«ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ 2014-2020»  
που συγχρηματοδοτείται από την Ελλάδα και την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο)



This work is licensed under Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International.  
To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ  
2014-2020  
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη