

## ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

### 23<sup>ο</sup> ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ

(Σχολικό έτος 2025-2026)

#### ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

#### «ΥΓΙΕΙΝΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ: ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΤΑ ΜΙΚΡΟΒΙΑ ΚΑΙ ΤΙΣ ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ»

Το πρόγραμμα με τίτλο «Υγιεινές συνήθειες: κατανοώντας τα μικρόβια και τις αλλεργίες» πραγματοποιήθηκε με πολύ θετικά αποτελέσματα και ανταπόκριση, προσελκύοντας το έντονο ενδιαφέρον και την ενεργό συμμετοχή των παιδιών. Μέσα από ποικίλες βιωματικές δραστηριότητες, τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να ανακαλύψουν, να αναρωτηθούν, να πειραματιστούν και να γνωρίσουν νέες έννοιες που σχετίζονται με την υγιεινή και την προστασία της υγείας τους. Συμμετείχαν με ενθουσιασμό σε δραστηριότητες που ενίσχυσαν την παρατηρητικότητα και την κριτική τους σκέψη, ενώ παράλληλα ανέπτυξαν δεξιότητες συνεργασίας και επικοινωνίας. Το πρόγραμμα τους έδωσε τη δυνατότητα να κατανοήσουν καλύτερα τον ρόλο των μικροβίων και των αλλεργιών στην καθημερινή ζωή, καλλιεργώντας στάσεις υπευθυνότητας απέναντι στην προσωπική και δημόσια υγεία. Επιπλέον, συνέβαλε στην ενίσχυση της αυτονομίας τους, στην υιοθέτηση υγιεινών συνθηκών και στη διαμόρφωση θετικών στάσεων απέναντι στη φροντίδα του εαυτού τους και των άλλων. Συνολικά, αποτέλεσε μια πλούσια μαθησιακή εμπειρία που συνδύασε τη γνώση με τη δράση και το ενδιαφέρον των παιδιών.

**Παιδαγωγικοί Στόχοι:** Οι παιδαγωγικοί στόχοι του προγράμματος εστίασαν στην ενεργή συμμετοχή των μαθητών στη μαθησιακή διαδικασία μέσα από βιωματικές και συνεργατικές πρακτικές, που ενίσχυσαν το ενδιαφέρον και τη διάθεσή τους για μάθηση. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στην ανάπτυξη της κριτικής σκέψης, καθώς τα παιδιά ενθαρρύνθηκαν να παρατηρούν, να θέτουν ερωτήματα, να διερευνούν και να διαμορφώνουν άποψη γύρω από θέματα που αφορούν την υγεία. Παράλληλα, καλλιεργήθηκε το αίσθημα της υπευθυνότητας απέναντι τόσο στην ατομική όσο και στη συλλογική υγεία, μέσα από δραστηριότητες που ανέδειξαν τη σημασία της πρόληψης και της σωστής συμπεριφοράς. Το πρόγραμμα συνέβαλε επίσης στην ανάπτυξη κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων, όπως ο σεβασμός, η ενσυναίσθηση και η συνεργασία, ενισχύοντας τη θετική αλληλεπίδραση μεταξύ των μαθητών. Επιπλέον, προωθήθηκε η αυτενέργεια και η δημιουργικότητα, δίνοντας στα παιδιά ευκαιρίες να εκφραστούν, να πάρουν πρωτοβουλίες και να συμμετέχουν ενεργά στη διαμόρφωση της μάθησης. Τέλος, ενισχύθηκε η ικανότητά τους για λήψη αποφάσεων, συμβάλλοντας στην υιοθέτηση υγιεινών στάσεων ζωής και στην καλλιέργεια ενός υπεύθυνου και συνειδητοποιημένου τρόπου σκέψης.

**Μεθοδολογία Υλοποίησης:** Η μεθοδολογία υλοποίησης του προγράμματος βασίστηκε σε σύγχρονες παιδαγωγικές προσεγγίσεις που προάγουν την ενεργό και ουσιαστική μάθηση. Κεντρικό ρόλο είχε η βιωματική μάθηση, μέσα από την οποία οι μαθητές συμμετείχαν ενεργά, αποκτώντας εμπειρίες και οικοδομώντας τη γνώση

μέσα από την πράξη. Παράλληλα, αξιοποιήθηκε η συνεργατική και ομαδοσυνεργατική εργασία, ενισχύοντας την αλληλεπίδραση, την ανταλλαγή ιδεών και την από κοινού επίλυση προβλημάτων. Σημαντική θέση κατείχαν τα πειράματα και οι εργαστηριακές μικροπαρατηρήσεις με απλά υλικά της τάξης, που βοήθησαν τα παιδιά να κατανοήσουν βασικές έννοιες με τρόπο άμεσο και κατανοητό. Επιπλέον, εφαρμόστηκε η μέθοδος της μελέτης περίπτωσης, με αναφορά σε μαθητές με αλλεργίες, δίνοντας την ευκαιρία για συζήτηση και κατανόηση τρόπων προστασίας και πρόληψης.

Η δραματοποίηση και τα παιχνίδια ρόλων αποτέλεσαν σημαντικά εργαλεία, καθώς επέτρεψαν στους μαθητές να εκφραστούν δημιουργικά, να ταυτιστούν με καταστάσεις της καθημερινότητας και να αναπτύξουν την ενσυναίσθηση. Παράλληλα, αξιοποιήθηκε η έρευνα δράσης, ενθαρρύνοντας τους μαθητές να διερευνούν, να συλλέγουν πληροφορίες και να καταλήγουν σε συμπεράσματα μέσα από τη δική τους εμπλοκή. Τέλος, έγινε εκτεταμένη χρήση των ΤΠΕ, όπως παρουσιάσεις, εκπαιδευτικά βίντεο, δημιουργία αφισών, podcast και αξιοποίηση QR codes, εμπλουτίζοντας τη μαθησιακή διαδικασία και καθιστώντας την πιο ελκυστική και διαδραστική. Με τον τρόπο αυτό, επιτεύχθηκε ένας συνδυασμός θεωρίας και πράξης, που ενίσχυσε τη συμμετοχή και το ενδιαφέρον των μαθητών.

**Συνεργασία με Φορείς και Οικογένεια:** Στο πλαίσιο του προγράμματος υλοποιήθηκαν προγραμματισμένες επισκέψεις και αναπτύχθηκαν συνεργασίες με φορείς υγείας, οι οποίες συνέβαλαν ουσιαστικά στον εμπλουτισμό της μαθησιακής εμπειρίας των παιδιών. Μέσα από αυτές τις δράσεις, οι μαθητές ήρθαν σε επαφή με ειδικούς, ενημερώθηκαν υπεύθυνα για θέματα υγείας και είχαν την ευκαιρία να θέσουν ερωτήματα και να λύσουν απορίες σε ένα αυθεντικό πλαίσιο μάθησης. Παράλληλα, η σύνδεση του σχολείου με την κοινότητα ενίσχυσε τη βιωματική διάσταση του προγράμματος και ανέδειξε τη σημασία της συνεργασίας για την προαγωγή της υγείας.

Ιδιαίτερα σημαντική υπήρξε και η συμβολή της οικογένειας, καθώς οι γονείς είχαν ενεργό ρόλο καθ' όλη τη διάρκεια της υλοποίησης. Συμμετείχαν σε δράσεις και συνέβαλαν στην ενίσχυση των γνώσεων και των στάσεων που καλλιεργήθηκαν στο σχολείο. Η συνεργασία σχολείου–οικογένειας λειτούργησε υποστηρικτικά, ενδυναμώνοντας τη μαθησιακή διαδικασία και ενισχύοντας τη συνέπεια μεταξύ σχολικού και οικογενειακού περιβάλλοντος. Με τον τρόπο αυτό, δημιουργήθηκε ένα θετικό πλαίσιο αλληλεπίδρασης, που συνέβαλε ουσιαστικά στην επιτυχία του προγράμματος.

**Δράσεις:** Στο πλαίσιο του προγράμματος πραγματοποιήθηκαν ποικίλες και δημιουργικές δράσεις, οι οποίες συνέβαλαν ουσιαστικά στην κατανόηση θεμάτων που αφορούν τα μικρόβια, τις αλλεργίες και γενικότερα την υγιεινή. Ενδεικτικά, οι μαθητές συμμετείχαν στην ανάγνωση και συζήτηση του παραμυθιού «Φροντίζω το σώμα μου», μέσα από το οποίο προβληματίστηκαν και εξέφρασαν σκέψεις και εμπειρίες. Παράλληλα, αξιοποιήθηκαν παρουσιάσεις μέσω PowerPoint σχετικά με

τα μικρόβια, το πού βρίσκονται, γιατί δεν είναι ορατά, καθώς και τους τρόπους προστασίας, διαχωρίζοντας τα «καλά» από τα «βλαβερά».

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον προκάλεσε η προβολή βίντεο για το σωστό πλύσιμο των χεριών, συνοδευόμενο από το τραγούδι «Τα χεράκια πλένω», το οποίο τα παιδιά έμαθαν και τραγουδούσαν κατά τη διάρκεια της καθημερινής τους ρουτίνας. Επιπλέον, υλοποιήθηκε πείραμα με πιπέρι, νερό και απορρυπαντικό, προσομοιώνοντας τη συμπεριφορά των μικροβίων και ενισχύοντας τη βιωματική κατανόηση της καθαριότητας. Οι μαθητές συμμετείχαν ακόμη σε παιχνίδια με καρτέλες σειροθέτησης για τα στάδια σωστού πλυσίματος των χεριών, ενισχύοντας τη μνήμη και την κατανόηση της διαδικασίας.

Αναφορικά με τις αλλεργίες, πραγματοποιήθηκαν σχετικές παρουσιάσεις και δραματοποιήσεις, όπου τα παιδιά ανέλαβαν ρόλους (όπως γιατρού και ασθενούς), προσεγγίζοντας με βιωματικό τρόπο την αντιμετώπιση αλλεργικών αντιδράσεων. Ιδιαίτερα σημαντική ήταν και η συμβολή μαθητή που αντιμετωπίζει αλλεργία, ο οποίος μοιράστηκε την προσωπική του εμπειρία, ενισχύοντας την κατανόηση και την ενσυναίσθηση των συμμαθητών του.

Τέλος, τα παιδιά εργάστηκαν ομαδικά για τη δημιουργία αφίσας με θέμα «Υγιεινές συνήθειες», συγκεντρώνοντας γνώσεις και μηνύματα που αποκόμισαν από το πρόγραμμα, γεγονός που ενίσχυσε τη συνεργασία, τη δημιουργικότητα και την ενεργή συμμετοχή όλων.

**Διάχυση των Αποτελεσμάτων:** Η διάχυση των αποτελεσμάτων του προγράμματος πραγματοποιήθηκε μέσα από ποικίλες δράσεις που στόχο είχαν την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της ευρύτερης σχολικής κοινότητας. Αρχικά, οργανώθηκε παρουσίαση των δραστηριοτήτων και των συμπερασμάτων του προγράμματος στους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς του σχολείου, δίνοντας την ευκαιρία στα παιδιά να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις γνώσεις που απέκτησαν. Παράλληλα, δημιουργήθηκε έκθεση αφίσας στον χώρο του σχολείου, όπου παρουσιάστηκαν με δημιουργικό τρόπο βασικά μηνύματα σχετικά με την υγιεινή, τα μικρόβια και τις αλλεργίες.

Επιπλέον, τα αποτελέσματα και επιλεγμένες δράσεις του προγράμματος δημοσιεύτηκαν στην ιστοσελίδα του σχολείου, ενισχύοντας τη διάχυση της πληροφορίας και προς την ευρύτερη κοινότητα. Σημαντική ήταν και η ενημέρωση των γονέων, μέσω της δημιουργίας και διανομής ενός μικρού ενημερωτικού φυλλαδίου, το οποίο περιλάμβανε χρήσιμες πληροφορίες και πρακτικές συμβουλές για την υιοθέτηση υγιεινών συνηθειών στο σπίτι. Με τον τρόπο αυτό, επιτεύχθηκε η σύνδεση σχολείου και οικογένειας, ενώ παράλληλα ενισχύθηκε η συνέχεια και η εφαρμογή των γνώσεων στην καθημερινή ζωή των παιδιών.

**Συνολική Εκτίμηση:** Συνολικά, το πρόγραμμα αποτέλεσε μια ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα και εποικοδομητική εμπειρία για τους μαθητές, οι οποίοι συμμετείχαν με ενθουσιασμό και προθυμία σε όλες τις δραστηριότητες. Μέσα από τις βιωματικές και συνεργατικές δράσεις, απέκτησαν σημαντικές γνώσεις σχετικά με

τα μικρόβια, τις αλλεργίες και την αξία της υγιεινής, ενώ παράλληλα ανέπτυξαν θετικές στάσεις και συνήθειες στην καθημερινότητά τους. Η ενεργή εμπλοκή τους στη μαθησιακή διαδικασία συνέβαλε στην καλύτερη κατανόηση των εννοιών και ενίσχυσε το ενδιαφέρον τους για μάθηση.

Ιδιαίτερα σημαντική υπήρξε η συμβολή των γονέων, οι οποίοι υποστήριξαν ουσιαστικά το πρόγραμμα, ενισχύοντας τη σύνδεση σχολείου και οικογένειας. Επιπλέον, η παρουσία μαθητή με αλλεργία προσέδωσε αυθεντικότητα στη μαθησιακή διαδικασία, καθώς έδωσε την ευκαιρία για άμεση κατανόηση πραγματικών καταστάσεων και ενίσχυσε την ενσυναίσθηση των παιδιών. Συνολικά, το πρόγραμμα πέτυχε τους στόχους του, αφήνοντας θετικά αποτελέσματα τόσο στο γνωστικό όσο και στο κοινωνικοσυναισθηματικό επίπεδο των μαθητών.