



## **1. ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ ΣΤΟ ΧΩΡΟ (ΕΚΤΟΣ ΣΠΙΤΙΟΥ)**

- 1<sup>α</sup>. Αντίληψη του δρόμου
- 1<sup>β</sup>. Επίσκεψη σε Τοπικά μαγαζιά
- 1<sup>γ</sup>. Χρήση Μέσων Μαζικής Συγκοινωνίας
- 1<sup>δ</sup>. Χρήση των εγκαταστάσεων της πόλης (κυλιόμενες σκάλες, ασανσέρ)
- 1<sup>ε</sup>. Χρήση κινητού τηλεφώνου
- 1<sup>στ</sup>. Επίσκεψη σε κινηματογράφο
- 1<sup>ζ</sup>. Επίσκεψη σε club
- 1<sup>η</sup>. Επίσκεψη σε πισίνα

## **2. ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ**

- 2<sup>α</sup>. Ανάγνωση (κοινόχρηστες λέξεις: EXIT, ENTRANCE, PULL ... Ajax)
- 2<sup>β</sup>. Γραπτός λόγος (λίστα με ψώνια, μήνυμα σε κινητό)
- 2<sup>γ</sup>. Αρίθμηση
- 2<sup>δ</sup>. Χρόνος (ρολόι, μήνες)
- 2<sup>ε</sup>. Χρήματα
- 2<sup>στ</sup>. Εννοιολογικές δεξιότητες (αντίθετες έννοιες: κρύο – ζεστό, ελαφρύ – βαρύ)

## **3. ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΧΡΗΣΗ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ** (γνώση πληκτρολογίου, χρήση εκτυπωτή)

## **4. ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΧΡΗΣΗ ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ** (ανάλογα με το αντικείμενο της σχολής τους)

## 5. ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

5<sup>α</sup>. Βασικές δεξιότητες (οπτική επαφή κατά την ομιλία, αυτοπαρουσίαση, εγγύτητα)

5<sup>β</sup>. Δεξιότητες αλληλεπίδρασης (ενσυναίσθηση, έκφραση συναισθήματος)

5<sup>γ</sup>. Δεξιότητες επικοινωνίας (διατήρηση συζήτησης, ξεκίνημα συζήτησης, σειρά)

5<sup>δ</sup>. Γνωστικές δεξιότητες (συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες, συστάσεις μελών ομάδας)

## 6. ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΔΙΑΒΙΩΣΗΣ

6<sup>α</sup>. Στρώσιμο τραπέζιού

6<sup>β</sup>. Καθάρισμα τραπέζιού

6<sup>γ</sup>. Πλύσιμο και στέγνωμα πιάτων

**6<sup>δ</sup>. Ετοιμασία γεύματος (βλ. Παράδειγμα σελ. 6)**

6<sup>ε</sup>. Καθάρισμα (σκούπισμα, καθάρισμα τζαμιών)

6<sup>σ</sup>. Στρώσιμο κρεβατιού

6<sup>ζ</sup>. Επιλογή ρούχων (γνώση μεγέθους ρούχων – παπουτσιών, ψώνια σε μαγαζιά)

6<sup>η</sup>. Χρήση πλυντηρίου (διαχωρισμός χρωμάτων, είδος υφάσματος, σίδερο)

6<sup>θ</sup>. Γεύμα σε εστιατόριο (ανάγνωση καταλόγου, παραγγελία)

## **7. ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ «ΤΑΞΙΔΙΩΤΗ»**

- 7<sup>α</sup>. Ετοιμασία βαλίτσας
- 7<sup>β</sup>. Μετακίνηση με ταξί
- 7<sup>γ</sup>. Μετακίνηση με τραίνο (εύρεση θέσης, εύρεση γραμμής)
- 7<sup>δ</sup>. Μετακίνηση με υπεραστικό λεωφορείο
- 7<sup>ε</sup>. Κοινωνική συμπεριφορά (σε ξενοδοχείο)
- 7<sup>στ</sup>. Ρουτίνα στο ξενοδοχείο (χρήση ξυπνητηριού, σωστό ντύσιμο, εύρεση τραπεζαρίας)
- 7<sup>ζ</sup>. Προετοιμασία ύπνου
- 7<sup>η</sup>. Φαρμακευτική αγωγή (γνώση συγκεκριμένης ώρας λήψης φαρμάκου, ενημέρωση προσωπικού για βοήθεια)

## **8. ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ**

- 8<sup>α</sup>. Πλύσιμο Χεριών και προσώπου
- 8<sup>β</sup>. Μπάνιο/ντους
- 8<sup>γ</sup>. Πλύσιμο δοντιών
- 8<sup>δ</sup>. Περιποίηση μαλλιών και νυχιών
- 8<sup>ε</sup>. Μύτη
- 8<sup>στ</sup>. Έμμησος ρύση
- 8<sup>ζ</sup>. Ξύρισμα
- 8<sup>η</sup>. Υγεία (ένδειξη πόνου, αλλαγή βρεγμένων ρούχων, περιποίηση απλής πληγής)
- 8<sup>θ</sup>. Χρήση τουαλέτας

## ΟΔΗΓΙΕΣ

Πηγαίνουμε στην **Ενότητα 6: Δεξιότητες διαβίωσης** και

επιλέγουμε να διδάξουμε την υποενότητα **6<sup>ο</sup> Ετοιμασία γεύματος**.

Η συγκεκριμένη υποενότητα αποτελείται από:

**τέσσερις (4) δραστηριότητες** (1-2-3-4) και

η κάθε δραστηριότητα αποτελείται από:

**συγκεκριμένα βήματα** (π.χ. α, β, γ, δ).

Κάθε φορά που διδάσκετε την/τις δραστηριότητα/ες (1-2-3-4) ελέγχετε αν ο μαθητής την πραγματοποιεί:

- α) Με βοήθεια,
- β) Με επιτήρηση,
- γ) Χωρίς βοήθεια.

Ακολούθως, σας δίνεται ένας **διαμορφωμένος Πίνακας** με δραστηριότητες και βήματα με βάση:

την υποενότητα (6<sup>ο</sup> Ετοιμασία γεύματος) από τη γενικότερη  
Ενότητα 6. Δεξιότητες διαβίωσης.

(Ο πίνακας ακολουθεί στη σελίδα 6)

Σας παρέχουμε τις παραπάνω Ενότητες (8) και υποενότητες και εσείς μπορείτε να διαμορφώσετε τις δραστηριότητες και κάθε δραστηριότητα να την «σπάσετε» σε μικρότερα βήματα. Σε ορισμένες υποενότητες σας δίνουμε (ενδεικτικά) κάποιες ιδέες που αφορούν σχετικές δραστηριότητες. Εσείς μπορείτε να δημιουργήσετε έναν Πίνακα με τις δικές σας δραστηριότητες και βήματα. ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΤΕ την τακτική αξιολόγηση του μαθητή (με βοήθεια, με επιτήρηση, χωρίς βοήθεια) με συγκεκριμένα μετρήσιμα αποτελέσματα.

Καλή σας επιτυχία!

Δ. Ανάλυση Δραστηριότητας : Ετοιμασία γεύματος	Με βοήθεια	Με επιτήρηση	Χωρίς βοήθεια
1. Ο μαθητής μπορεί να ετοιμάσει ένα σάντουιτς:			
α) Αλείφει με βιτάμ μία φέτα ψωμί			
β) Αλείφει με μαρμελάδα μία φέτα ψωμί			
γ) Ανοίγει & κλείνει ένα κουτί με βιτάμ/μαρμελάδα			
δ) Ανοίγει σακούλα που περιέχει συσκευασμένες φέτες ψωμί			
2. Ο μαθητής μπορεί να ετοιμάσει τoστ:			
α) Χρησιμοποιεί τοστιέρα			
β) Χρησιμοποιεί γκριλ			
3. Ο μαθητής μπορεί να ανοίξει ένα πακέτο:			
α) Σκίζει			
β) Κόβει			
4. Κατανόηση χρήσης κουζίνας:			
α) Διακρίνει τις χρήσεις ζεστού/κρύου νερού			
β) Ονομάζει και γνωρίζει τη θέση βασικών μαγειρικών σκευών			
γ) Μεταφέρει ένα δίσκο με ασφάλεια			
δ) Πετάει τα σκουπίδια			
ε) Καθαρίζει την κουζίνα			
στ) Κατανοεί ποια υλικά φυλάγονται στο ψυγείο, κατανοεί τα χαλασμένα π.χ. φρούτα			
ζ) Φορά προστατευτικά γάντια φούρνου, γυρίζει το κερούλι της κατσαρόλας προς τα μέσα			
η) Χρησιμοποιεί κουζίνα			
θ) Χρησιμοποιεί φούρνο μικροκυμάτων			
ι) Χρησιμοποιεί μίξερ			
ια) Ετοιμάζει ένα πρόχειρο γεύμα			
ιβ) Σχεδιάζει και αγοράζει υλικά για ένα πρόχειρο γεύμα			
ιγ) Ετοιμάζει ένα γεύμα και μία σαλάτα			