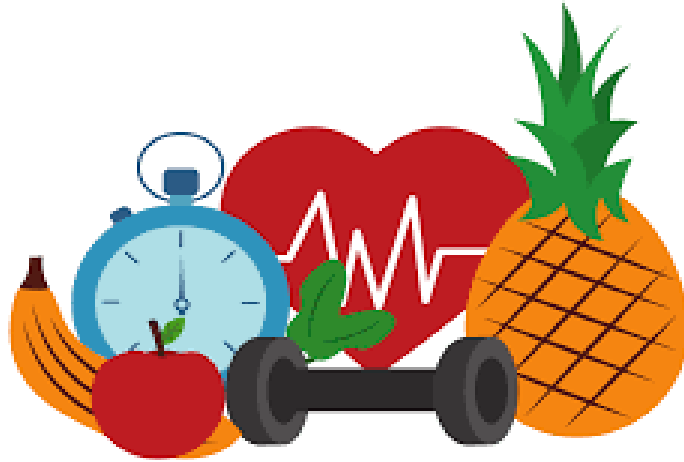


# Υλικό για την Αγωγή Υγείας



## ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΚΑΙ ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΕΝΤΥΠΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΙΟ COVID-19

Το **Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας του ΕΚΠΑ** έχει δημιουργήσει με αφορμή τον Covid-19 τρία έντυπα για την ψυχολογική υποστήριξη οικογενειών, παιδιών και εφήβων

1. Χατζηρήστου, Χ., Υφαντή, Θ., Λαμπροπούλου, Κ., Λιανός, Π., Γεωργουλέας, Γ., Μίχου, Σ., Φραγκιαδάκη, Δ., Αθανασίου, Δ. (2020). [Μένουμε σπίτι...Συνδεδεμένοι. Προτάσεις για την ψυχολογική υποστήριξη οικογενειών, παιδιών και εφήβων κατά τη διάρκεια παραμονής στο σπίτι λόγω των προληπτικών μέτρων για τον κορωνοϊό – Covid-19.](#) Αθήνα: Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ.
2. Χατζηρήστου, Χ., Υφαντή, Θ., Λαμπροπούλου, Κ., Λιανός, Π., Γεωργουλέας, Γ., Φραγκιαδάκη, Δ., Αθανασίου, Δ. (2020). [Συζητώντας και στηρίζοντας τα παιδιά και τους εφήβους για τον Covid-19: Χρήσιμες επισημάνσεις για γονείς.](#) Αθήνα: Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ.
3. Χατζηρήστου, Χ., Υφαντή, Θ., Λαμπροπούλου, Κ., Λιανός, Π., Γεωργουλέας, Γ., Μίχου, Σ., Φραγκιαδάκη, Δ., Αθανασίου, Δ. (2020). [Συζητώντας και στηρίζοντας τους μαθητές για τον Covid-19: Χρήσιμες επισημάνσεις για εκπαιδευτικούς και σχολεία.](#) Αθήνα: Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ.

## Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ)- Ενημερωτικό υλικό

- <https://eody.gov.gr/neos-koronaios-covid-19/>
- Τα μικρά παιδιά μαθαίνουν τι είναι ο κορωνοϊός και πώς να προστατεύονται απ' αυτόν. (ΕΟΔΥ): <https://youtu.be/obkJBFtkjHg>
- [Οδηγίες ψυχολογικής υποστήριξης των πολιτών](#)
- [Οδηγίες προφύλαξης για το κοινό](#)

- [Ερωτήσεις και απαντήσεις για το νέο κορωνοϊό COVID-19](#)
- [Οδηγίες για απομόνωση επαφών στο σπίτι](#)
- [Οδηγίες για παραμονή παιδιών και εφήβων στο σπίτι](#)
- [Υγιεινή των χεριών – Πληροφορίες για το κοινό](#)
- [Νέος κορωνοϊός Covid-19 – Οδηγίες για φροντίδα ύποπτου κρούσματος στο σπίτι](#)
- [Λοίμωξη από το νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2 – Οδηγίες για ευπαθείς ομάδες](#)
- [ΤΡΟΦΙΜΑ και SARS-CoV-2 - Καλές πρακτικές](#)

## **ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ**

- [Πως να μείνω ασφαλής στο διαδίκτυο κατά την περίοδο της πανδημίας \(Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου\)](#) (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)
- «Η Ευροποι προχώρησε στη δημιουργία ενός [infographic](#) με συμβουλές για το πως μπορούμε να κάνουμε το σπίτι μας «αχυρό» διαδικτυακής ασφάλειας.» (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

## **ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ, ΒΙΒΛΙΑ, ΟΔΗΓΟΙ**

- ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΟΡΟΝΟΪΟ (ΑΝΟΙΚΤΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ - [www.openbook.gr](http://www.openbook.gr))
- «[Γίνε ο μαχητής κατά του κορωνοϊού](#)» – Εγχειρίδιο για παιδιά της Songju Ma Daemicke
  - «[Ένας ιός με κορώνα](#)» - Παραμύθι της Χαράς Πάτρα (pdfs στα ελληνικά και στα αγγλικά)
  - «[Ιός χωρίς κορώνα](#)» – Παραμύθι της Γεωργίας Καλύβα
  - «[Είμαι ένας ιός που το όνομά μου είναι Κορονοϊός](#)» - Παραμύθι της Βασιλικής Χουρσίδου
  - «[Covibook: Το όνομά μου είναι Κορονοϊός](#)» - Εικονογραφημένο εγχειρίδιο για παιδιά έως 7 ετών
  - «[Η άγνωστη κυρά](#)» - Παραμύθι για τον κορονοϊό της Δέσποινας Χριστοφορίδου
  - «[Το Θαύμα των Παιδιών: Μια ιστορία ελπίδας](#)» - Θεατρικό έργο της Αναστασίας Ξηρομερίτου
  - «[Ο κορωνοϊός](#)» - Ένα αληθινό παραμύθι της Χριστίνας Δαμιανού Μπόγλου  
Συναισθηματική Αγωγή – Ενσυναίσθηση
  - «[Το όνομά μου είναι Μπαμπούρ](#)» – Παραμύθι του Χάρη Β. Μικελόπουλου
  - «[Ένα ψάρι που φοβάται τον βυθό](#)» – Παραμύθι του Χάρη Γαντζούδη
  - «[Δικό μου, Δικό μου](#)» – Παραμύθι του Χάρη Γαντζούδη

## **Διαχείριση φόβου-φοβιών**

- «[Ένας φοβιτσιάρης λαγός](#)» – Παραμύθι της Χρύσας Βαλαμουτοπούλου

### **Διαφορετικότητα**

[«Ανθρωπιά ή Διάκριση;»](#) – Παραμύθι για τη διαφορετικότητα του Κυριάκου Παπαγεωργίου

[«Σταφύλι μαύρο και μικρό»](#) – Παραμύθι για τη διαφορετικότητα της Παναγιώτας Ζέλου

[“Το λουλούδι της ισότητας”](#) – Παραμύθι της Ευδοκίας Πράσινου

[«Το σκιάχτρο που προστάτευε»](#) – Κοινωνικό παραμύθι της Πόπης Γκερούση

[«ΣΙ ΣΟΥ ΝΤΟ ή σ’ ένα ξεχασμένο πιάνο»](#) – Παραμύθι του Αντώνη Παπαθεοδούλου

[“Ο Ακανθούλης”](#) – Παραμύθι της Βούλας Παπαγιάννη

### **Εθελοντισμός**

[“Νοιάζομαι και δρω”](#) – Βιβλίο για τον μαθητή

### **Διατροφή**

- [«Οδηγός διατροφής για μαθητές – εκπαιδευτικούς – γονείς»](#)

- [«Οι πιο υγιεινές διακοπές!»](#) - Ευρωπαϊκή Επιτροπή – Γενική Διεύθυνση Έρευνας και Καινοτομίας

- [«Η παρέα της γεύσης»](#) - Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Γενική Διεύθυνση Γεωργίας και Αγροτικής Ανάπτυξης

## **ΑΣΦΑΛΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ**

**Ταινίες** (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

[Ασφάλεια στο internet με λόγια απλά!](#)

[Back to School 2018 - Εθισμός στο διαδίκτυο για παιδιά Δημοτικού](#)

[Back to School 2018 - Εθισμός στο διαδίκτυο για γονείς](#)

[Cyberbullying με την Αθηνά και τον Ερμή](#)

[Ψευδείς ειδήσεις – Fake news](#)

**Υλικό για μαθητές** (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

Υλικό με πολλές προτάσεις για τους γονείς (ενδεικτικά):

[Κόμικ “Η Αθηνά στο Κόσμο του YouTube”](#)

[Φυλλάδιο με Παιχνίδια για μικρά παιδιά](#)

[Φυλλάδιο “Χρόνος μπροστά στην οθόνη”](#)

[Αφίσα “Συμβουλές για ασφαλή πλοήγηση”](#)

[Αφίσα “Δεν δέχομαι να συναντηθώ με κάποιον άγνωστο”](#)

[Αφίσα “ Μίλα σε κάποιον ενήλικα”](#)

[Οδηγός για το online-gaming](#)

[Online Quizzes](#) - τα παιδιά μέσα από ένα διασκεδαστικό τρόπο μπορούν να μάθουν για την ασφάλεια στο διαδίκτυο

<https://www.cyberkid.gov.gr/> (Ναι στο Διαδίκτυο! Αλλά με ασφάλεια – Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη)

[Interland](#) - Διαδραστικό παιχνίδι που έχει δημιουργήσει η google για την εξοικείωση των παιδιών με το διαδίκτυο και την ασφαλή πλοήγηση του.

**Βιβλία** (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

[Κόμικ “Η Αθηνά στο Κόσμο του YouTube”](#)

[Ο Διάσημος φίλος του @Παπάκη](#)

[Η Μεγάλη απόφαση του @Παπάκη](#)

[Η Αθηνά και το νέο της Ταμπλετ](#)

**Υλικό για γονείς** (πηγή Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

Υλικό με πολλές προτάσεις για τους γονείς (ενδεικτικά):

[Οδηγίες για τους γονείς για την ασφάλεια των παιδιών στο Διαδίκτυο.](#)

[Προτάσεις για ποιοτικό χρόνο μπροστά στην οθόνη](#)

[Συμφωνία για την ασφάλεια στο διαδίκτυο](#)

[Οικογενειακή Συμφωνία II](#)

[Διαδικτυακοί φίλοι: Που να επικεντρωθούν οι γονείς](#)

[Όλα όσα πρέπει να ξέρετε για το online παιχνίδι «Fortnite Battle Royale»](#)

[Πρώτη φορά στο διαδίκτυο. Τι μέτρα να λάβω και τι συμβουλές να δώσω στο παιδί μου](#)

## **ΘΕΜΑΤΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

**Εκπαιδευτική τηλεόραση** (<http://www.edutv.gr/index.php/agogi-igeias>)

[Έργα και ημέρες της κας Τερηδόνας](#)

[Ατυχήματα στο σχολείο](#)

[Ατυχήματα στο σπίτι](#)

[Ατυχήματα στην ύπαιθρο](#)

[Ατυχήματα στη θάλασσα](#)

[Ονειρομαγειρέματα](#)

[Μαντινοσυνταγές](#)

## **ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΚΗ ΑΓΩΓΗ**

[Λογισμικό Μελέτη Περιβάλλοντος Α΄-Β΄-Γ΄-Δ΄ Δημοτικού – Ασφάλεια στους δρόμους](#)

[E-DRIVE Academy – Εκπαιδευτικό περιεχόμενο](#) (Υπουργείο Μεταφορών και Υποδομών)

[E-DRIVE Academy – Παιχνίδια](#) (Υπουργείο Μεταφορών και Υποδομών)

## **ΜΑΘΑΙΝΩ ΓΙΑ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ**

<https://kids.oasp.gr/default.htm> (Οργανισμός Αντισεισμικού Σχεδιασμού και Προστασίας)

## **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ, ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ, ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ, ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ**

[Wild Web Woods](#) – Ένα παιχνίδι για την εκμάθηση των δικαιωμάτων των παιδιών (Συμβούλιο της Ευρώπης)

[E-bug](#) - τόπος διασκέδασης και γνώσης για τα μικρόβια (Συμβούλιο της Ευρώπης)

[Τα εμβόλια - Τι είναι και πώς μας προστατεύουν;](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Με σχηματικές απεικονίσεις, κινούμενα γραφικά και αφήγηση, παρουσιάζεται ο τρόπος παρασκευής και δράσης των εμβολίων. Το μαθησιακό αντικείμενο περιλαμβάνει σύντομη άσκηση συμπλήρωσης κενών, που στοχεύει στην απομνημόνευση σχετικών όρων (εμβόλιο, αντίσωμα, κύτταρο μνήμης, λευκό αιμοσφαίριο).»

[Η ιστορία των αντιβιοτικών](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Παρουσίαση της διαχρονικής εξέλιξης των αντιβιοτικών με την παράθεση σύντομων αναφορών σε σημαντικά επιστημονικά ευρήματα.»

[Καρδιά και υγεία](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Εκπαιδευτικό παιχνίδι με θέμα το κυκλοφορικό σύστημα του ανθρώπου και τις καθημερινές συνήθειες που συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του. Παρατηρώντας οχτώ διαφορετικές εικόνες, ο χρήστης του μαθησιακού αντικειμένου καλείται να ταξινομήσει τις συμπεριφορές που απεικονίζονται σε θετικές και αρνητικές, με κριτήριο την επίδρασή τους στη λειτουργία της καρδιάς. Με την ολοκλήρωση της ταξινόμησης, εμφανίζονται επεξηγηματικά κείμενα που αφορούν στην αξία και στα χαρακτηριστικά της ισορροπημένης διατροφής, στη σημασία της σωματικής άσκησης για την καλή λειτουργία του κυκλοφορικού συστήματος και στις αρνητικές συνέπειες του καπνίσματος.»

[Ισορροπημένη διατροφή \(κουίζ\)](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Παρουσίαση των βασικών συστατικών διαφορετικών τροφίμων (φρούτων, λαχανικών, ψωμιού, κρέατος, ελαιόλαδου, γαλακτοκομικών προϊόντων) και της θρεπτικής τους αξίας. Το μαθησιακό αντικείμενο περιλαμβάνει σύντομη άσκηση αξιολόγησης γνώσεων, έξι ερωτήματα κλειστού τύπου, που αφορούν στα χαρακτηριστικά της ισορροπημένης διατροφής και στην αναγνώριση των θρεπτικών συστατικών διαφορετικών τροφών.»

### Αναπνευστικό σύστημα και υγεία (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Εκπαιδευτική δραστηριότητα που αφορά στο αναπνευστικό σύστημα του ανθρώπου και στους παράγοντες με αρνητικές συνέπειες για τη λειτουργία του. Αρχικά ο χρήστης του μαθησιακού αντικειμένου καταγράφει σε ένα κενό πλαίσιο κειμένου πιθανές αιτίες αναπνευστικών προβλημάτων. Στη συνέχεια, ενώνοντας με γραμμές τα αριθμημένα σημεία μιας εικόνας, σχεδιάζει μία από τις συχνότερες αιτίες των αναπνευστικών παθήσεων. Τέλος, διαβάζοντας σύντομα κείμενα για το κοινό κρυολόγημα, τις αλλεργίες και τις επιπτώσεις της ατμοσφαιρικής ρύπανσης στη υγεία του ανθρώπου, επιβεβαιώνει ή μετασχηματίζει τις απόψεις του και συμπληρώνει ή διορθώνει το αρχικό του κείμενο.»

### Φροντίζω τα δόντια μου (παζλ) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Εκπαιδευτικό παιχνίδι με θέμα τη στοματική υγιεινή. Με τη σύνθεση ενός παζλ, παρουσιάζονται καθημερινές συνήθειες που συμβάλλουν στην προστασία των δοντιών (κατάλληλη διατροφή, συχνό βούρτσισμα, χρήση οδοντικού νήματος και στοματικού διαλύματος). Ο βαθμός δυσκολίας του παζλ ορίζεται από τον χρήστη του μαθησιακού αντικειμένου.»

### Όταν τρώμε, δεν μιλάμε! (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Με κινούμενα γραφικά, σύντομα κείμενα και αφήγηση, παρουσιάζεται η πορεία της τροφής από τη στοματική κοιλότητα προς τον οισοφάγο, περιγράφεται η μετατόπιση της επιγλωττίδας κατά την κατάποσή της και επισημαίνεται ο κίνδυνος εισόδου της τροφής μέσω του λάρυγγα στην τραχεία, όταν τρώμε και μιλάμε ταυτόχρονα.»

### Τα βασικά συστατικά των τροφίμων (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Παρουσίαση των διαφορετικών συστατικών των τροφίμων (πρωτεϊνών, υδατανθράκων, λιπών, αλάτων, ιχνοστοιχείων, βιταμινών, φυτικών ινών), της αξίας τους για τη φυσιολογική ανάπτυξη του ανθρώπινου οργανισμού και των ενδεδειγμένων τροφών για την εξασφάλισή τους.»

### Αναγνωρίζω τα συναισθήματα (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Εκπαιδευτική δραστηριότητα έχει στόχο την ανάπτυξη της ικανότητας αντίληψης και αναγνώρισης των βασικών συναισθημάτων (χαράς, λύπης, φόβου, θυμού, ηρεμίας), που μεταδίδονται μέσω των εκφράσεων του προσώπου και της μουσικής.»

## **ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ (ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ)**

- Υγιεινή διατροφή

[http://resources.hwb.wales.gov.uk/VTC/healthy\\_eating/eng/Introduction/MainSessionPart1.htm](http://resources.hwb.wales.gov.uk/VTC/healthy_eating/eng/Introduction/MainSessionPart1.htm)

[http://resources.hwb.wales.gov.uk/VTC/healthy\\_eating/eng/Introduction/Plenary.htm](http://resources.hwb.wales.gov.uk/VTC/healthy_eating/eng/Introduction/Plenary.htm)

[My plate match game](#) – Μαθαίνουμε για τις ομάδες τροφών και τι ποσότητα χρειαζόμαστε από κάθε ομάδα)

- [Διαδραστικός ιστότοπος](#) με πληροφορίες και παιχνίδια για την υγεία (και πολλά άλλα γνωστικά αντικείμενα)  
Π.χ. [διατροφή](#), [ομάδες τροφίμων](#), [πέψη](#)
- [Ιστότοπος](#) με παιχνίδια (ruzzles, αντιστοιχίσεις, αναζήτηση λέξεων, κ.λπ.) για θέματα υγείας.
- [Teen Beat: Basic Exercise & Activity Tracker](#) - Γυμναζόμαστε αρκετά;

## **ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΚΑΙ ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΕΝΤΥΠΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΙΟ COVID-19**

Το **Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας του ΕΚΠΑ** έχει δημιουργήσει με αφορμή τον Covid-19 τρία έντυπα για την ψυχολογική υποστήριξη οικογενειών, παιδιών και εφήβων

1. Χατζηχρήστου, Χ., Υφαντή, Θ., Λαμπροπούλου, Κ., Λιανός, Π., Γεωργουλέας, Γ., Μίχου, Σ., Φραγκιαδάκη, Δ., Αθανασίου, Δ. (2020). [Μένουμε σπίτι...Συνδεδεμένοι. Προτάσεις για την ψυχολογική υποστήριξη οικογενειών, παιδιών και εφήβων κατά τη διάρκεια παραμονής στο σπίτι λόγω των προληπτικών μέτρων για](#)

[τον κορωνοϊό – Covid-19](#). Αθήνα: Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ.

2. Χατζηχρήστου, Χ., Υφαντή, Θ., Λαμπροπούλου, Κ., Λιανός, Π., Γεωργουλέας, Γ., Φραγκιαδάκη, Δ., Αθανασίου, Δ. (2020). [Συζητώντας και στηρίζοντας τα παιδιά και τους εφήβους για τον Covid-19: Χρήσιμες επισημάνσεις για γονείς](#). Αθήνα: Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ.

3. Χατζηχρήστου, Χ., Υφαντή, Θ., Λαμπροπούλου, Κ., Λιανός, Π., Γεωργουλέας, Γ., Μίχου, Σ., Φραγκιαδάκη, Δ., Αθανασίου, Δ. (2020). [Συζητώντας και στηρίζοντας τους μαθητές για τον Covid-19: Χρήσιμες επισημάνσεις για εκπαιδευτικούς και σχολεία](#). Αθήνα: Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ.

### **Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ)- Ενημερωτικό υλικό**

- <https://eody.gov.gr/neos-koronaios-covid-19/>

- Τα μικρά παιδιά μαθαίνουν τι είναι ο κορωνοϊός και πώς να προστατεύονται απ' αυτόν. (ΕΟΔΥ): <https://youtu.be/obkJBFtkjHg>

- [Οδηγίες ψυχολογικής υποστήριξης των πολιτών](#)

- [Οδηγίες προφύλαξης για το κοινό](#)

- [Ερωτήσεις και απαντήσεις για το νέο κορωνοϊό COVID-19](#)

- [Οδηγίες για απομόνωση επαφών στο σπίτι](#)

- [Οδηγίες για παραμονή παιδιών και εφήβων στο σπίτι](#)

- [Υγιεινή των χεριών – Πληροφορίες για το κοινό](#)

- [Νέος κορωνοϊός Covid-19 – Οδηγίες για φροντίδα ύποπτου κρούσματος στο σπίτι](#)

- [Λοίμωξη από το νέο κορωνοϊό SARS-CoV-2 – Οδηγίες για ευπαθείς ομάδες](#)

- [ΤΡΟΦΙΜΑ και SARS-CoV-2 - Καλές πρακτικές](#)

### **ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ**

- [Πως να μείνω ασφαλής στο διαδίκτυο κατά την περίοδο της πανδημίας \(Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου\)](#) (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

- «Η Eurorol προχώρησε στη δημιουργία ενός [infographic](#) με συμβουλές για το πως μπορούμε να κάνουμε το σπίτι μας «οχυρό» διαδικτυακής ασφάλειας.» (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

### **ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ, ΒΙΒΛΙΑ, ΟΔΗΓΟΙ**

ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΟΡΟΝΟΪΟ (ΑΝΟΙΚΤΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ - [www.openbook.gr](http://www.openbook.gr))

[«Γίνε ο μαχητής κατά του κορωνοϊού»](#) – Εγχειρίδιο για παιδιά της Songju Ma Daemicke

[«Ένας ιός με κορώνα»](#) - Παραμύθι της Χαράς Πάτρα (pdfs στα ελληνικά και στα αγγλικά)

[«Ιός χωρίς κορώνα»](#) – Παραμύθι της Γεωργίας Καλύβα

[«Είμαι ένας ιός που το όνομά μου είναι Κορονοϊός»](#) - Παραμύθι της Βασιλικής Χουρσίδου

[«Covibook: Το όνομά μου είναι Κορονοϊός»](#) - Εικονογραφημένο εγχειρίδιο για παιδιά έως 7 ετών

[«Η άγνωστη κυρά»](#) - Παραμύθι για τον κορονοϊό της Δέσποινας Χριστοφορίδου

[«Το Θαύμα των Παιδιών: Μια ιστορία ελπίδας»](#) - Θεατρικό έργο της Αναστασίας Ξηρομερίτου



[«Ο κορωνοϊός»](#) - Ένα αληθινό παραμύθι της Χριστίνας Δαμιανού Μπόγλου  
Συναισθηματική Αγωγή – Ενσυναίσθηση  
[«Το όνομά μου είναι Μπαμπούρ»](#) – Παραμύθι του Χάρη Β. Μικελόπουλου  
[“Ένα ψάρι που φοβάται τον βυθό”](#) – Παραμύθι του Χάρη Γαντζούδη  
[“Δικό μου, Δικό μου”](#) – Παραμύθι του Χάρη Γαντζούδη

### **Διαχείριση φόβου-φοβιών**

[«Ένας φοβιτσιάρης λαγός»](#) – Παραμύθι της Χρύσας Βαλαμουτοπούλου

### **Διαφορετικότητα**

[«Ανθρωπιά ή Διάκριση;»](#) – Παραμύθι για τη διαφορετικότητα του Κυριάκου Παπαγεωργίου  
[«Σταφύλι μαύρο και μικρό»](#) – Παραμύθι για τη διαφορετικότητα της Παναγιώτας Ζέλου  
[“Το λουλούδι της ισότητας”](#) – Παραμύθι της Ευδοκίας Πράσινου  
[«Το σκιάχτρο που προστάτουμε»](#) – Κοινωνικό παραμύθι της Πόπης Γκερούση  
[«ΣΙ ΣΟΥ ΝΤΟ ή σ’ ένα ξεχασμένο πιάνο»](#) – Παραμύθι του Αντώνη Παπαθεοδούλου  
[“Ο Ακανθούλης”](#) – Παραμύθι της Βούλας Παπαγιάννη

### **Εθελοντισμός**

[“Νοιάζομαι και δρω”](#) – Βιβλίο για τον μαθητή

### **Διατροφή**

- [«Οδηγός διατροφής για μαθητές – εκπαιδευτικούς – γονείς»](#)  
- [«Οι πιο υγιεινές διακοπές!»](#) - Ευρωπαϊκή Επιτροπή – Γενική Διεύθυνση Έρευνας και Καινοτομίας  
- [«Η παρέα της γεύσης»](#) - Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Γενική Διεύθυνση Γεωργίας και Αγροτικής Ανάπτυξης

## **ΑΣΦΑΛΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ**

**Ταινίες** (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

[Ασφάλεια στο internet με λόγια απλά!](#)

[Back to School 2018 - Εθισμός στο διαδίκτυο για παιδιά Δημοτικού](#)

[Back to School 2018 - Εθισμός στο διαδίκτυο για γονείς](#)

[Cyberbullying με την Αθηνά και τον Ερμή](#)

[Ψευδείς ειδήσεις – Fake news](#)

**Υλικό για μαθητές** (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

Υλικό με πολλές προτάσεις για τους γονείς (ενδεικτικά):

[Κόμικ “Η Αθηνά στο Κόσμο του YouTube”](#)

[Φυλλάδιο με Παιχνίδια για μικρά παιδιά](#)

[Φυλλάδιο “Χρόνος μπροστά στην οθόνη”](#)

[Αφίσα “Συμβουλές για ασφαλή πλοήγηση”](#)

[Αφίσα “Δεν δέχομαι να συναντηθώ με κάποιον άγνωστο”](#)

[Αφίσα “ Μίλα σε κάποιον ενήλικα”](#)

[Οδηγός για το online-gaming](#)

[Online Quizzes](#) - τα παιδιά μέσα από ένα διασκεδαστικό τρόπο μπορούν να μάθουν για την ασφάλεια στο διαδίκτυο

<https://www.cyberkid.gov.gr/> (Ναι στο Διαδίκτυο! Αλλά με ασφάλεια – Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη)

[Interland](#) - Διαδραστικό παιχνίδι που έχει δημιουργήσει η google για την εξοικείωση των παιδιών με το διαδίκτυο και την ασφαλή πλοήγηση του.

**Βιβλία** (Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

[Κόμικ “Η Αθηνά στο Κόσμο του YouTube”](#)

[Ο Διάσημος φίλος του @Παπάκη](#)

[Η Μεγάλη απόφαση του @Παπάκη](#)

[Η Αθηνά και το νέο της Ταμπλετ](#)

**Υλικό για γονείς** (πηγή Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου)

Υλικό με πολλές προτάσεις για τους γονείς (ενδεικτικά):

[Οδηγίες για τους γονείς για την ασφάλεια των παιδιών στο Διαδίκτυο.](#)

[Προτάσεις για ποιοτικό χρόνο μπροστά στην οθόνη](#)

[Συμφωνία για την ασφάλεια στο διαδίκτυο](#)

[Οικογενειακή Συμφωνία II](#)

[Διαδικτυακοί φίλοι: Που να επικεντρωθούν οι γονείς](#)

[Όλα όσα πρέπει να ξέρετε για το online παιχνίδι «Fortnite Battle Royale»](#)

[Πρώτη φορά στο διαδίκτυο. Τι μέτρα να λάβω και τι συμβουλές να δώσω στο παιδί μου](#)

## **ΘΕΜΑΤΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

**Εκπαιδευτική τηλεόραση** (<http://www.edutv.gr/index.php/agogi-igeias>)

[Έργα και ημέρες της κας Τερηδόνας](#)

[Ατυχήματα στο σχολείο](#)

[Ατυχήματα στο σπίτι](#)

[Ατυχήματα στην ύπαιθρο](#)

[Ατυχήματα στη θάλασσα](#)

[Ονειρομαγειρέματα](#)

[Μαντινοσυνταγές](#)

## **ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΚΗ ΑΓΩΓΗ**

[Λογισμικό Μελέτη Περιβάλλοντος Α΄-Β΄-Γ΄-Δ΄ Δημοτικού – Ασφάλεια στους δρόμους](#)

[E-DRIVE Academy – Εκπαιδευτικό περιεχόμενο](#) (Υπουργείο Μεταφορών και Υποδομών)

[E-DRIVE Academy – Παιχνίδια](#) (Υπουργείο Μεταφορών και Υποδομών)

## **ΜΑΘΑΙΝΩ ΓΙΑ ΤΟ ΣΕΙΣΜΟ**

<https://kids.oasp.gr/default.htm> (Οργανισμός Αντισεισμικού Σχεδιασμού και Προστασίας)

## **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ, ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ, ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ, ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ**

[Wild Web Woods](#) – Ένα παιχνίδι για την εκμάθηση των δικαιωμάτων των παιδιών (Συμβούλιο της Ευρώπης)

[E-bug](#) - τόπος διασκέδασης και γνώσης για τα μικρόβια (Συμβούλιο της Ευρώπης)

[Τα εμβόλια - Τι είναι και πώς μας προστατεύουν;](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Με σχηματικές απεικονίσεις, κινούμενα γραφικά και αφήγηση, παρουσιάζεται ο τρόπος παρασκευής και δράσης των εμβολίων. Το μαθησιακό αντικείμενο περιλαμβάνει σύντομη άσκηση συμπλήρωσης κενών, που στοχεύει στην απομνημόνευση σχετικών όρων (εμβόλιο, αντίσωμα, κύτταρο μνήμης, λευκό αιμοσφαίριο).»

[Η ιστορία των αντιβιοτικών](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Παρουσίαση της διαχρονικής εξέλιξης των αντιβιοτικών με την παράθεση σύντομων αναφορών σε σημαντικά επιστημονικά ευρήματα.»

[Καρδιά και υγεία](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Εκπαιδευτικό παιχνίδι με θέμα το κυκλοφορικό σύστημα του ανθρώπου και τις καθημερινές συνήθειες που συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του. Παρατηρώντας οχτώ διαφορετικές εικόνες, ο χρήστης του μαθησιακού αντικειμένου καλείται να ταξινομήσει τις συμπεριφορές που απεικονίζονται σε θετικές και αρνητικές, με κριτήριο την επίδρασή τους στη λειτουργία της καρδιάς. Με την ολοκλήρωση της ταξινόμησης, εμφανίζονται επεξηγηματικά κείμενα που αφορούν στην αξία και στα χαρακτηριστικά της ισορροπημένης διατροφής, στη σημασία της σωματικής άσκησης για την καλή λειτουργία του κυκλοφορικού συστήματος και στις αρνητικές συνέπειες του καπνίσματος.»

[Ισορροπημένη διατροφή \(κουίζ\)](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Παρουσίαση των βασικών συστατικών διαφορετικών τροφίμων (φρούτων, λαχανικών, ψωμιού, κρέατος, ελαιόλαδου, γαλακτοκομικών προϊόντων) και της θρεπτικής τους αξίας. Το μαθησιακό αντικείμενο περιλαμβάνει σύντομη άσκηση αξιολόγησης γνώσεων, έξι ερωτήματα κλειστού τύπου, που αφορούν στα χαρακτηριστικά της ισορροπημένης διατροφής και στην αναγνώριση των θρεπτικών συστατικών διαφορετικών τροφών.»

[Αναπνευστικό σύστημα και υγεία](#) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Εκπαιδευτική δραστηριότητα που αφορά στο αναπνευστικό σύστημα του ανθρώπου και στους παράγοντες με αρνητικές συνέπειες για τη λειτουργία του. Αρχικά ο χρήστης του μαθησιακού αντικειμένου καταγράφει σε ένα κενό πλαίσιο κειμένου πιθανές αιτίες αναπνευστικών προβλημάτων. Στη συνέχεια, ενώνοντας με γραμμές τα αριθμημένα σημεία μιας εικόνας, σχεδιάζει μία από τις συχνότερες αιτίες

των αναπνευστικών παθήσεων. Τέλος, διαβάζοντας σύντομα κείμενα για το κοινό κρυολόγημα, τις αλλεργίες και τις επιπτώσεις της ατμοσφαιρικής ρύπανσης στη υγεία του ανθρώπου, επιβεβαιώνει ή μετασχηματίζει τις απόψεις του και συμπληρώνει ή διορθώνει το αρχικό του κείμενο.»

#### Φροντίζω τα δόντια μου (παζλ) (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Εκπαιδευτικό παιχνίδι με θέμα τη στοματική υγιεινή. Με τη σύνθεση ενός παζλ, παρουσιάζονται καθημερινές συνήθειες που συμβάλλουν στην προστασία των δοντιών (κατάλληλη διατροφή, συχνό βούρτσισμα, χρήση οδοντικού νήματος και στοματικού διαλύματος). Ο βαθμός δυσκολίας του παζλ ορίζεται από τον χρήστη του μαθησιακού αντικειμένου.»

#### Όταν τρώμε, δεν μιλάμε! (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Με κινούμενα γραφικά, σύντομα κείμενα και αφήγηση, παρουσιάζεται η πορεία της τροφής από τη στοματική κοιλότητα προς τον οισοφάγο, περιγράφεται η μετατόπιση της επιγλωττίδας κατά την κατάποσή της και επισημαίνεται ο κίνδυνος εισόδου της τροφής μέσω του λάρυγγα στην τραχεία, όταν τρώμε και μιλάμε ταυτόχρονα.»

#### Τα βασικά συστατικά των τροφίμων (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Παρουσίαση των διαφορετικών συστατικών των τροφίμων (πρωτεϊνών, υδατανθράκων, λιπών, αλάτων, ιχνοστοιχείων, βιταμινών, φυτικών ινών), της αξίας τους για τη φυσιολογική ανάπτυξη του ανθρώπινου οργανισμού και των ενδεδειγμένων τροφών για την εξασφάλισή τους.»

#### Αναγνωρίζω τα συναισθήματα (ΦΩΤΟΔΕΝΤΡΟ)

«Εκπαιδευτική δραστηριότητα έχει στόχο την ανάπτυξη της ικανότητας αντίληψης και αναγνώρισης των βασικών συναισθημάτων (χαράς, λύπης, φόβου, θυμού, ηρεμίας), που μεταδίδονται μέσω των εκφράσεων του προσώπου και της μουσικής.»

### **ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΔΟΚΙΜΑΣΙΕΣ (ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ)**

- Υγιεινή διατροφή

[http://resources.hwb.wales.gov.uk/VTC/healthy\\_eating/eng/Introduction/MainSessionPart1.htm](http://resources.hwb.wales.gov.uk/VTC/healthy_eating/eng/Introduction/MainSessionPart1.htm)

[http://resources.hwb.wales.gov.uk/VTC/healthy\\_eating/eng/Introduction/Plenary.htm](http://resources.hwb.wales.gov.uk/VTC/healthy_eating/eng/Introduction/Plenary.htm)

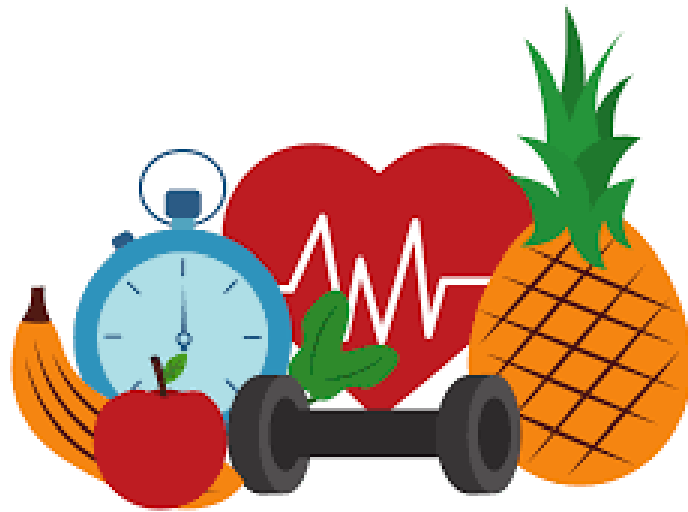
My plate match game – Μαθαίνουμε για τις ομάδες τροφών και τι ποσότητα χρειαζόμαστε από κάθε ομάδα)

- Διαδραστικός ιστότοπος με πληροφορίες και παιχνίδια για την υγεία (και πολλά άλλα γνωστικά αντικείμενα)

Π.χ. διατροφή, ομάδες τροφίμων, πέψη

- Ιστότοπος με παιχνίδια (puzzles, αντιστοιχίσεις, αναζήτηση λέξεων, κ.λπ.) για θέματα υγείας.

- Teen Beat: Basic Exercise & Activity Tracker - Γυμναζόμαστε αρκετά;



Πηγή: [ΣΧΟΛΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΤΗΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ Π.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ](#)