

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ  
ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΟΥ  
(ΑΘΛΗΣΗ, ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ)



Σοφία Καλογεράκη  
Επιμορφωτής: Ιωάννης Ρεσ

Εργασία στα πλαίσια της επιμόρφωσης Β' επιπέδου «Επιμόρφωση των Εκπαιδευτικών για την Αξιοποίηση και Εφαρμογή των ΤΠΕ στη Διδακτική Πράξη»

ΧΙΟΣ 2012

## **1. ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΣΕΝΑΡΙΟΥ**

### **1.1. Τίτλος διδακτικού σεναρίου**

**Φροντίζω το σώμα μου (Άθληση, διατροφή, στοματική υγιεινή)**

### **1.2. Εμπλεκόμενες γνωστικές περιοχές**

Το σενάριο αφορά τις γνωστικές περιοχές της Μελέτης Περιβάλλοντος σε συνδυασμό με Ευέλικτη Ζώνη και επέκταση σε Γλώσσα, Αισθητική Αγωγή, Φυσική Αγωγή και Αγγλικά.

### **1.3. Τάξεις στις οποίες απευθύνεται**

Το σενάριο απευθύνεται στους μαθητές της Δ' τάξης

### **1.4. Συμβατότητα με το Α.Π.Σ. και το Δ.Ε.Π.Π.Σ.**

Το περιεχόμενο του διδακτικού σεναρίου είναι απόλυτα συμβατό με το Α.Π.Σ. και το Δ.Ε.Π.Π.Σ. του μαθήματος της Μελέτης Περιβάλλοντος και της Αγωγής Υγείας στο Δημοτικό Σχολείο. Σύμφωνα με τις οδηγίες του Α.Π.Σ. θα συνδυαστεί το μυοσκελετικό σύστημα του ανθρώπου με την καλή υγεία του σώματος, την καλή φυσική κατάσταση και τη σωστή διατροφή. Η φροντίδα του σώματος και η σωστή διατροφή έχουν άμεση σχέση και με τη στοματική υγιεινή, η οποία με τη σειρά της είναι πολύ σημαντική στη διατήρηση και προαγωγή της γενικής υγείας.

Συγκεκριμένα οι στόχοι που τίθενται φαίνονται τόσο στο βιβλίο δασκάλου για το Κεφάλαιο 2. Φροντίζω το σώμα μου, της Ενότητας 5 Γνωρίζουμε και προσέχουμε το σώμα μας, της Μελέτης Περιβάλλοντος Δ' τάξης, καθώς και στο εγχειρίδιο της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας με τίτλο «Γερά Δόντια-Καλύτερη

Υγεία», το οποίο είναι εκπαιδευτικό υλικό στοματικής υγείας για μαθητές ηλικίας 9-12 ετών.

### **1.5. Διάρκεια**

Το σενάριο σχεδιάστηκε για να υλοποιηθεί σε 12 διδακτικές ώρες. Από αυτές οι 8 ώρες θα γίνουν στη Μελέτη Περιβάλλοντος και οι 4 στην Ευέλικτη Ζώνη.

### **1.6. Γνώσεις και πρότερες ιδέες και αντιλήψεις των μαθητών**

Ως προς το γνωστικό αντικείμενο, οι μαθητές γνωρίζουν από τη Μελέτη Περιβάλλοντος της Γ΄ τάξης, κεφάλαιο 2, ενότητας 4 σχετικά με τα φυτά του τόπου μας (διατροφική αξία των φυτικών τροφών-λαχανικά, φρούτα, δημητριακά), καθώς και από τη Μελέτη Περιβάλλοντος της Δ΄ τάξης, στο κεφάλαιο 6 της ενότητας 2 που αναφέρεται στον Αθλητισμό και Πολιτισμό. Επίσης στο κεφάλαιο 3 της ενότητας 3 του ίδιου βιβλίου για τα σπονδυλωτά και ασπόνδυλα ζώα γίνεται σύγκριση δοντιών των ζώων.

Στην ενότητα 5 έχουν διδαχθεί το κεφάλαιο 1, οπότε γνωρίζουν τη χρησιμότητα των οστών για τη στήριξη του σώματος, γνωρίζουν τα κύρια μέρη του ανθρώπινου σκελετού, καθώς και τη συνεργασία αρθρώσεων και μυών στην κίνηση του σώματος.

Ως προς τις γνώσεις τους στις νέες τεχνολογίες, οι μαθητές έχουν εξοικειωθεί στην αναζήτηση πληροφοριών από το διαδίκτυο, στη χρήση κειμενογράφου, και έχουν μια σχετική επαφή με τις μηχανές πλοήγησης **Google**, **youtube** για αναζήτηση βίντεο, ψηφιακής εγκυκλοπαίδειας **Wikipedia**, με τη συμπλήρωση εννοιολογικού χάρτη **Mindomo**, με το πρόγραμμα ζωγραφικής **Revelation Natural Art** καθώς και με την δημιουργία και συμπλήρωση σταυρόλεξου από το πρόγραμμα **Hot Potatoes**.

Στο συγκεκριμέν εκπαιδευτικό σενάριο θα γίνει επίσης χρήση **εκπαιδευτικού λογισμικού του Π.Ι.**, για τη Μελέτη Περιβάλλοντος, καθώς και του **εκπαιδευτικού υλικού αγωγής της στοματικής υγείας της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας**. Τέλος θα έρθουν σε επαφή με το λογισμικό **storybird**, διαβάζοντας ένα παραμύθι που φτιάχτηκε από τους μαθητές της Στ΄ τάξης του σχολείου μας.

## 1.7. Στόχοι

### Γνωστικοί στόχοι

- Να ερευνήσουν και να αναγνωρίσουν συνήθειες που συμβάλλουν στη διατήρηση της καλής κατάστασης του μυοσκελετικού συστήματος.
- Να αναγνωρίσουν τη σημασία της διατροφής, της άθλησης, της προσοχής και της πρόληψης ατυχημάτων καθώς επίσης και των καθημερινών συνηθειών για τη διατήρηση υγιούς σώματος.
- Να γνωρίσουν τη διατροφική πυραμίδα σύμφωνα με τα πρότυπα της μεσογειακής διατροφής, που περιέχει τις έξι βασικές ομάδες τροφών.
- Να προβληματιστούν για διατροφικές συνήθειες και καθημερινές δραστηριότητες που επηρεάζουν την υγεία του σώματός τους.
- Να γνωρίσουν οι μαθητές την κατασκευή και λειτουργία των δοντιών.
- Να αναδειχθεί η σύνδεση του στόματος και των δοντιών με τις βασικές λειτουργίες του ανθρώπου (τροφή, αναπνοή, ομιλία).
- Να ευαισθητοποιηθούν ως προς τους κινδύνους που απειλούν την υγεία των δοντιών.
- Να εξοικειωθούν με σωστούς τρόπους βουρτσίσματος, καθώς και την αναγκαιότητα του βουρτσίσματος αμέσως μετά την κατανάλωση τροφών που καταστρέφουν τα δόντια.
- Να αντιληφθούν τη χρήση οδοντικού νήματος και στοματικού διαλύματος.
- Να αντιληφθούν τη σημασία της σωστής διατροφής στην υγεία των δοντιών.
- Να αντιληφθούν την άμεση συσχέτιση μεταξύ δοντιών και τροφών μέσα από τη μελέτη της ζωής των σαρκοφάγων και φυτοφάγων ζώων.

### Παιδαγωγικοί στόχοι

- Να αναπτύξουν αίσθημα προσωπικής και συλλογικής ευθύνης.
- Να αναπτύξουν την ικανότητα επικοινωνίας και συνεργασίας.
- Να δημιουργηθεί κλίμα εμπιστοσύνης και συνεργασίας μέσα στις ομάδες.

- Να ενθαρρυνθούν τα παιδιά να μιλήσουν για προσωπικές συνήθειες.
- Να αποκτήσουν οι μαθητές θετική στάση σε θέματα σωστής διατροφής, άθλησης και στοματικής υγιεινής, βελτιώνοντας πρότερες συνήθειές τους.
- Να αναπτύξουν σταδιακά κριτική σκέψη, αναζητώντας μέσα στην πληθώρα υλικού αυτό που ταιριάζει.
- Να καλλιεργήσουν την παρατηρητικότητα, τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους.
- Να συνδυάσουν την άμεση σχέση της συναισθηματικής διάστασης ανάμεσα στην καλή σωματική υγεία και την αυτοεκτίμηση.

### **Τεχνολογικοί στόχοι**

- Να αποκτήσουν μεγαλύτερη ευχέρεια στην αναζήτηση πληροφοριών, εικόνων, βίντεο και γενικά πολυμεσικού υλικού μέσω διαδικτύου.
- Να αξιοποιούν τους εννοιολογικούς χάρτες για την εμβάθυνση και κατανόηση πληροφοριακού υλικού.
- Να γνωρίσουν ή να εξοικειωθούν περισσότερο με ορισμένα λογισμικά, τα οποία θα τους βοηθήσουν να ανακαλύψουν, κατανοήσουν, εμπεδώσουν τη νέα γνώση.
- Να εξοικειώνονται με νέα λογισμικά με τρόπο ελκυστικό και ευχάριστο για τα παιδιά, ικανοποιώντας τα «θέλω» και τις γνωστικές τους ανησυχίες.
- Να γίνονται οι ίδιοι μικροί ερευνητές αναζητώντας τη γνώση και τις πηγές.
- Να βελτιώσουν την ικανότητα κριτικής επεξεργασίας της πληροφορίας και όχι απλής αναζήτησής της.

### **1.8. Οργάνωση διδασκαλίας**

Οι μαθητές θα εργαστούν σε τρεις ομάδες των τεσσάρων ατόμων όταν θα βρίσκονται στην αίθουσα διδασκαλίας.

Το σενάριο έχει προγραμματιστεί να γίνει τις περισσότερες ώρες στην αίθουσα διδασκαλίας με τη χρήση υπολογιστή, βιντεοπροβολέα, διαδραστικού πίνακα και εκτυπωτή, ενώ οι υπόλοιπες θα γίνουν στην αίθουσα πληροφορικής με τη χρήση έξι υπολογιστών (δυο παιδιά ανά υπολογιστή).

Ο δάσκαλος οφείλει να έχει οργανώσει πλήρως τους χώρους διεξαγωγής του σεναρίου, φροντίζοντας να έχει εγκαταστήσει τα προγράμματα που θα χρησιμοποιηθούν, να λειτουργούν όλα τα μηχανήματα, να υπάρχει μελάνι στον εκτυπωτή κι ό,τι άλλο μπορεί να βοηθήσει στην ομαλή διεξαγωγή του σεναρίου, ώστε να αποφευχθούν καθυστερήσεις και εκνευρισμοί.

## **1.9. Διδακτική προσέγγιση**

Το σενάριο «Φροντίζω το σώμα μου» βασίζεται στις αρχές του εποικοδομητισμού (constructivism), καθώς και στις αρχές της ανακαλυπτικής μάθησης. Οι μαθητές κατακτούν σταδιακά τη γνώση, εργαζόμενοι σε ομάδες, αναπτύσσοντας κριτική και συλλογική σκέψη. Μέσω της ομαδοσυνεργατικής διδασκαλίας επιτυγχάνουν συμμετοχική και συνεργατική μάθηση. Μέσω συζήτησης και πρωτότυπων δραστηριοτήτων επιδιώκεται η ενεργή συμμετοχή όλων. Συνειδητοποιούν πρότερες συνήθειές τους που με ανακαλυπτικό τρόπο μπορούν να βελτιώσουν ή και να αλλάξουν.

Πρωταρχικής σημασίας είναι το «συμβόλαιο» που γίνεται με τους μαθητές, όπου γίνεται συμφωνία και ξεκαθάρισμα ρόλων και το σενάριο σφυριλατείται πάνω στα «θέλω» και τις ανάγκες των μαθητών. Έτσι ο εκπαιδευτικός με ευελιξία προσαρμόζει το Α.Π.Σ. στις ανάγκες της τάξης τους.

Η χρήση των νέων τεχνολογιών είναι πλέον απαραίτητη σε κάθε ανθρώπινη δραστηριότητα. Ο υπολογιστής, εκτός από το εργαστήριο πληροφορικής, όταν υπάρχει στην αίθουσα διδασκαλίας σε συνδυασμό με βιντεοπροβολέα, δίνεται άλλες δυνατότητες στην εκπαιδευτική πράξη. Οι μαθητές μαθαίνουν από πολύ μικρή ηλικία να αναζητούν και να βρίσκουν πληροφορίες. Παίρνουν ενεργητικό ρόλο στην ανακάλυψη της γνώσης και παύουν να είναι οι παθητικοί δέκτες που δέχονταν έτοιμη γνώση από το δάσκαλο. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού έχει αλλάξει. Είναι πάντα δίπλα στο μαθητή, βοηθώντας, εμψυχώνοντας, ενθαρρύνοντας, παρακινώντας. Επισημαίνει τους κινδύνους του διαδικτύου, ενημερώνει όλη την οικογένεια, γιατί ο υπολογιστής μπορεί να αποτελεί ένα εξαιρετικό εργαλείο, όμως εξαρτάται τι χρήση θα γίνει. Σε καμία περίπτωση δε θέλουμε αυριανούς πολίτες εθισμένους στο διαδίκτυο.

## **2. ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟ ΣΕΝΑΡΙΟ**

## 2.1. Δραστηριότητες

(1<sup>η</sup> και 2<sup>η</sup> διδακτική ώρα)

Αρχικά η εκπαιδευτικός συζήτησε με τους μαθητές το θέμα του σεναρίου, τις δραστηριότητες που θα εκτελεστούν, τη διάρκεια και το χώρο, τον τρόπο που θα εργαστούν. Τα παιδιά πρότειναν, συμφωνήθηκαν οι ρόλοι κι έγινε ένα «συμβόλαιο», που έπρεπε να τηρηθεί απ' όλους.

Οι μαθητές μέσα στην αίθουσα διδασκαλίας συμπλήρωσαν τα τρία ερωτηματολόγια που φαίνονται παρακάτω. Το ένα αφορά στη διατροφή, το δεύτερο στα δόντια και το τρίτο στις αθλητικές δραστηριότητες. Ο λόγος που δόθηκαν είναι για να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές καθημερινές τους συνήθειες που σχετίζονται με τη φροντίδα και την υγιεινή του σώματός τους. Είναι μια μορφή αυτοαξιολόγησης.

## Ερωτηματολόγιο (σχετικά με τη διατροφή)

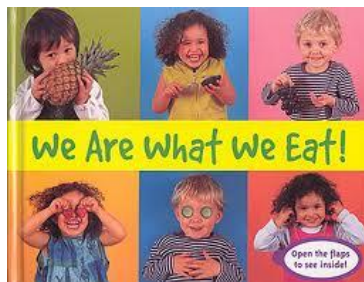


Συμπλήρωσε το παρακάτω ερωτηματολόγιο, κυκλώνοντας την απάντηση που σε εκφράζει περισσότερο

1. Πόσα γεύματα παίρνεις τη μέρα;

Α)δύο Β)τρία Γ)τέσσερα Δ)πέντε Ε)έξι Στ)περισσότερα

2. Παίρνεις πρωινό πριν έρθετε σχολείο;



Α)Ναι Β)Όχι

3. Τρως δεκατιανό στο σχολείο;



Α)Ναι Β)Όχι Γ)Μερικές φορές

4. Μαζί με τα γεύματα τρως και σαλάτα;

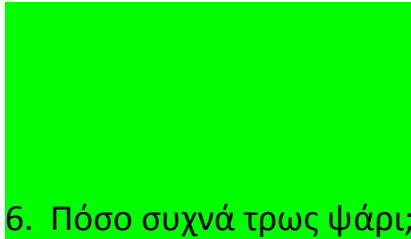




Α)Ναι Β)Όχι Γ)Μερικές φορές

5. Πόσες φορές την εβδομάδα τρως κόκκινο κρέας;

Α)κάθε μέρα Β)1-2 φορές Γ)3 φορές και πάνω Δ)καθόλου



6. Πόσο συχνά τρως ψάρι;

Α) μια φορά την εβδομάδα Β) 2 φορές και πάνω Γ) σπάνια Δ)ποτέ

7. Πόσο συχνά τρως έτοιμο γεύμα;

Α) μια φορά την εβδομάδα Β) 2 φορές και πάνω Γ) σπάνια Δ) ποτέ

8. Πόσο συχνά τρως γλυκά;

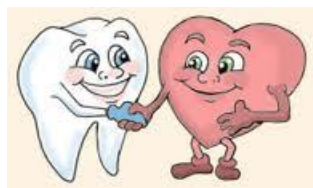
Α)κάθε μέρα Β)1 φορά την εβδομάδα Γ)2 φορές και πάνω Δ)ποτέ

9. Θεωρείς ότι τρως υγιεινά;

Α)Ναι Β)Όχι Γ)Μερικές φορές



## Ερωτηματολόγιο (σχετικά με τα δόντια)



Δόντια γερά –Καλύτερη υγεία

Συμπλήρωσε το παρακάτω ερωτηματολόγιο κυκλώνοντας αυτό που σε εκφράζει περισσότερο

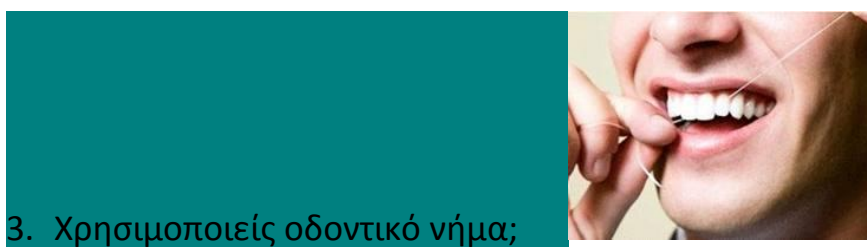


1. Πόσο συχνά πλένεις τα δόντια σου;

A)1 φορά τη μέρα B)2 φορές τη μέρα Γ)3φορές τη μέρα Δ)σπάνια

2. Πόσο συχνά πηγαίνεις στον οδοντίατρο;

A)1 φορά το χρόνο B)2φορές το χρόνο Γ)όταν έχω πονόδοντο  
Δ)ποτέ



3. Χρησιμοποιείς οδοντικό νήμα;

A)Ναι B)Όχι Γ)Σπάνια



4. Χρησιμοποιείς στοματικό διάλυμα;

A)Ναι B)Όχι Γ)Σπάνια

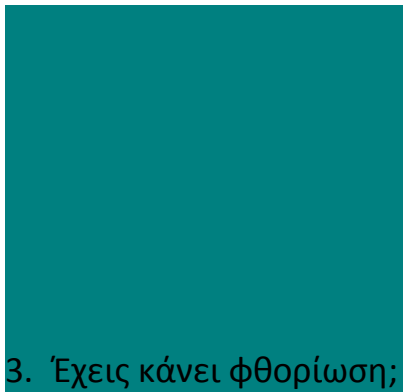
1. Γιατί νομίζεις ότι χαλάνε τα δόντια;

.....  
.....

2. Έχεις κάνει ποτέ καθαρισμό στον οδοντίατρο;



A)Ναι B)Όχι



3. Έχεις κάνει φθορίωση;

A)Ναι B)Όχι

4. Φοβάσαι τον οδοντίατρο;

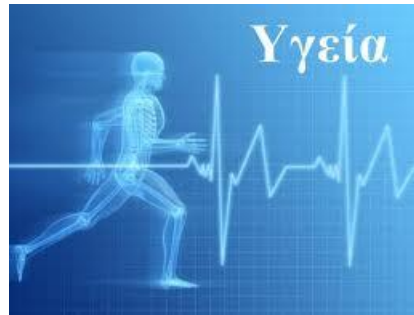


A)Ναι B)Όχι

5. Γιατί νομίζεις ότι στραβώνουν τα δόντια;

.....  
.....

## ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ (για σωματικές δραστηριότητες)



Συμπλήρωσε το παρακάτω ερωτηματολόγιο κυκλώνοντας την απάντηση που σε εκφράζει περισσότερο

### 1. Ασχολείσαι με κάποιο άθλημα;

A) ναι B) όχι

Αν απάντησες ναι, ποιο είναι το άθλημα;



### 2. Πόσες φορές την εβδομάδα ασχολείσαι με αυτό;

A) 1 φορά B) 2 φορές Γ) 3 φορές και πάνω



### 3. Πώς διάλεξες αυτό το άθλημα;

A) το ήθελα εγώ B) το ήθελαν οι γονείς Δ) όλα τα προηγούμενα μου Γ) έκαναν φίλοι μου



4. Πώς αισθάνεσαι όταν ασχολείσαι μ' αυτό;

.....

5. Πιστεύεις ότι το συγκεκριμένο άθλημα επηρεάζει στην ανάπτυξη του μυοσκελετικού σου συστήματος;

A) ναι B) όχι

6. Θα ήθελες να ασχοληθείς και με κάποιο άλλο άθλημα;

A) ναι B) όχι

Αν ναι, με ποιο;.....

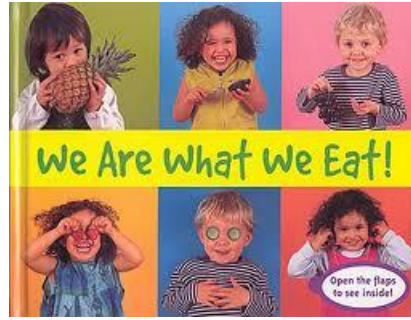


7. Ελέγχεις το ύψος και το βάρος σου;

A) ναι B) όχι

Αν ναι, πόσο συχνά;

8. Προσέχεις τη διατροφή σου;



A) ναι B) όχι Γ) κάποιες φορές

**9. Πώς έρχεσαι σχολείο;**

A) με τα πόδια B) με ποδήλατο Γ) με φέρνουν οι γονείς μου με αυτοκίνητο ή μηχανάκι Δ) άλλο



Μετά την ολοκλήρωση και των τριών ερωτηματολογίων, οι μαθητές τα συγκέντρωσαν ανά ομάδα, συγκρίνοντας τις απαντήσεις τους σε καθένα από αυτά. Όταν τελείωσε αυτή η διαδικασία, ένα παιδί από κάθε ομάδα ανακοίνωνε στις άλλες δυο. Άλλο παιδί ανακοίνωνε τα αποτελέσματα του δεύτερου ερωτηματολογίου και η ίδια διαδικασία έγινε και για το τρίτο ερωτηματολόγιο.

Έτσι όλοι οι μαθητές πήραν ενεργό ρόλο, πράγμα που τους ικανοποίησε ιδιαίτερα.

Ακολούθησε συζήτηση, έγινε σύγκριση ανάμεσα στα αποτελέσματα των ομάδων, και προτάθηκαν τρόποι βελτίωσης διατροφικών συνηθειών, φροντίδας σωματικής υγιεινής (συμπεριλαμβανομένης και της στοματικής) καθώς και αύξησης των αθλητικών δραστηριοτήτων.

( 3<sup>η</sup> και 4<sup>η</sup> διδακτική ώρα)

Η συζήτηση προκάλεσε έναν καταγισμό ιδεών όπου όλοι ήθελαν να πουν για τις προσωπικές τους συνήθειες με όλο και περισσότερες λεπτομέρειες. Ήταν η κατάλληλη στιγμή της συμπλήρωσης του εννοιολογικού χάρτη **mindomo**. Πρόκειται για ένα εποικοδομιστικό εργαλείο, που αξιοποιεί πρότερες γνώσεις μαθητών. Επίσης ως πολυμεσικό εργαλείο, βοηθάει στο να γίνονται συσχετισμοί και συγκρίσεις, αναπτύσσοντας την κριτική σκέψη. Τα παιδιά είχαν πρότερη εμπειρία συμπλήρωσης εννοιολογικού χάρτη και υπήρχε αρκετή άνεση στην αναζήτηση στην αναζήτηση σχετικών εικόνων από το Google, βίντεο από το Youtube, πληροφοριών από λεξικό Wikipedia κ.ά.

Για τη συμπλήρωση του εννοιολογικού χάρτη οι μαθητές εκ περιτροπής έγραφαν στα κενά, αναζητούσαν πληροφορίες, εικόνες ή βίντεο και τις πρόσθεταν στο χάρτη. Ήταν πολύ δημιουργική και ευχάριστη διαδικασία γιατί καθώς προβάλλονταν στον διαδραστικό πίνακα, είχαν όλοι άποψη στη συμπλήρωση του χάρτη.

Πιο κάτω απεικονίζεται ο εννοιολογικός χάρτης όπως τελικά διαμορφώθηκε. Ο ρόλος μου ως εκπαιδευτικού κατά τη διάρκεια της συμπλήρωσης ήταν κυρίως υποστηρικτικός και βοηθητικός όταν υπήρχαν «τεχνικά» κωλύματα.

Ο εννοιολογικός χάρτης βρίσκεται πατώντας στην παρακάτω διεύθυνση:

<http://www.mindomo.com/view.htm?m=885227a3b09a45e08b24aeda69998a74>



Τα παιδιά μπήκαν στη μηχανή αναζήτησης **Google** και βρήκαν περισσότερες πληροφορίες και εικόνες σχετικά με την υγιεινή διατροφή, τη μεσογειακή διατροφή, τις ομάδες τροφίμων και τη σχέση της διατροφής στην ανάπτυξη του σώματός μας και γενικά στην υγεία μας (σωματική και στοματική).

(5<sup>η</sup> διδακτική ώρα)

Οι μαθητές συμπλήρωσαν τις ομάδες τροφίμων από το **Εκπαιδευτικό Λογισμικό του ΠΙ «Μελέτη Περιβάλλοντος Α΄ έως Γ΄ Δημοτικού**.





Οι μαθητές αναζήτησαν πληροφορίες για τους γιατρούς που μπορούν να μας εξασφαλίσουν καλή υγεία, να βελτιώσουν ή να ιάσουν ασθένειες και κυρίως να μας συμβουλεύσουν. Μπήκαν λοιπόν στη **Wikipedia** και μέσω των παρακάτω ιστοτόπων βρήκαν πληροφορίες σχετικά με τον παιδίατρο, τον ορθοπεδικό, τον αθλίατρο, τον οδοντίατρο και τον ορθοδοντικό. Μέσω των ψηφιακών εγκυκλοπαιδιών και λεξικών επιτρέπεται στους μαθητές πλοήγηση και ευνοούνται δραστηριότητες διερεύνησης και ανακάλυψης.

<http://el.thefreedictionary.com/%CF%80%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%AF%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%82>

<http://el.wikipedia.org/w/index.php?title=%CE%95%CE%B9%CE%B4%CE%B9%CE%BA%CF%8C:%CE%91%CE%BD%CE%B1%CE%B6%CE%AE%CF%84%CE%B7%CF%83%CE%B7&search=%CE%BF%CF%81%CE%B8%CE%BF%CF%80%CE%B5%CE%B4%CE%B9%CE%BA%CF%8C%CF%82&fulltext=%CE%91%CE%BD%CE%B1%CE%B6%CE%AE%CF%84%CE%B7%CF%83%CE%B7&profile=images&redirs=1>

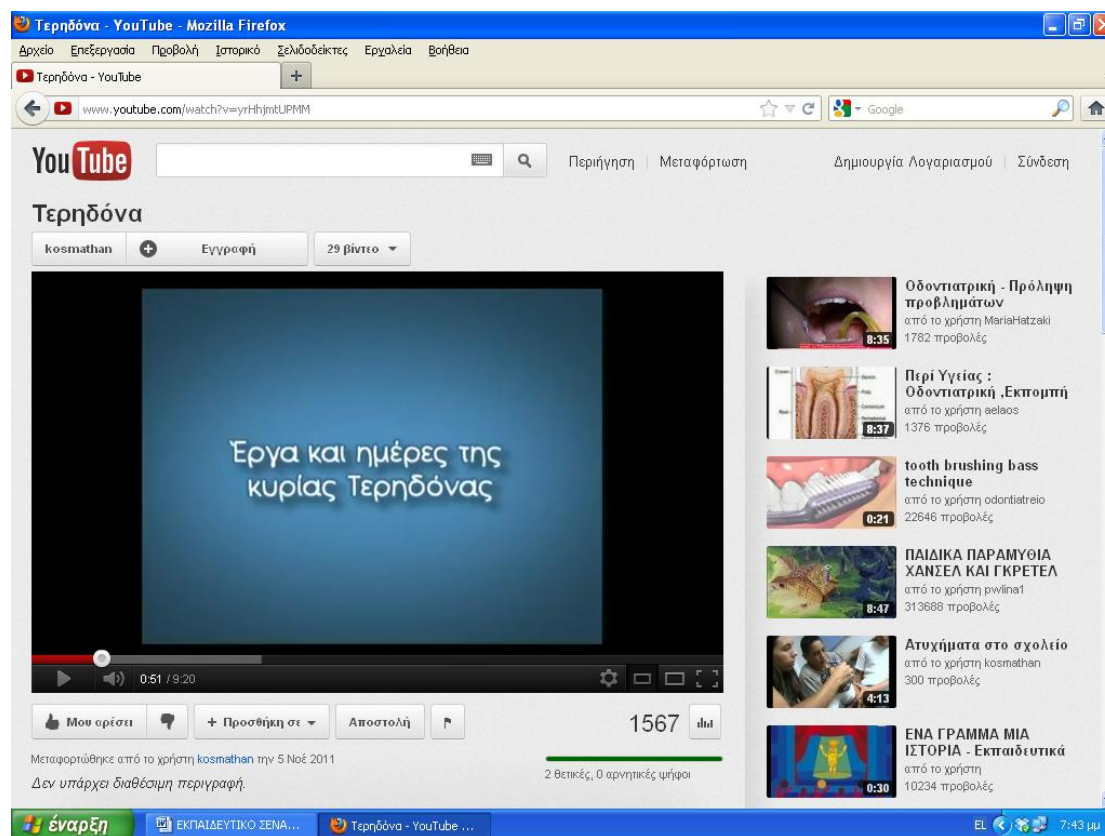
<http://el.wiktionary.org/wiki/%CE%B1%CE%B8%CE%BB%CE%AF%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%82>

<http://el.thefreedictionary.com/%CE%BF%CE%B4%CE%BF%CE%BD%CF%84%CE%AF%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%82>  
<http://www.orthoververidou.gr/>

Από τις πληροφορίες που βρήκαν άλλες εκτύπωσαν, ενώ σε άλλες κράτησαν σημειώσεις, έγραψαν απορίες και ακολούθησε συζήτηση κατά την οποία μοιράστηκαν με τους συμμαθητές τους προσωπικές εμπειρίες από γιατρούς.

(6<sup>η</sup> διδακτική ώρα)

Ακολούθησε από όλους η παρακολούθηση του βίντεο **Αγωγής Υγείας της Εκπαιδευτικής Τηλεόρασης** σχετικά με τα δόντια με τίτλο «Έργα και ημέρες της κυρίας Τερηδόνας», που εντάχθηκε και στον εννοιολογικό χάρτη και το βρήκαν από το **youtube** πατώντας <http://www.youtube.com/watch?v=yrHhjmUPMM>



The screenshot shows a Mozilla Firefox browser window displaying a YouTube video. The video player is the central focus, showing a blue screen with the text "Έργα και ημέρες της κυρίας Τερηδόνας". Below the video player, there are interaction buttons: "Μου αρέσει", "Προσθήκη σε", "Αποστολή", and "1567 likes". To the right of the video player, there is a list of recommended videos with thumbnails and titles. The browser's address bar shows the URL "www.youtube.com/watch?v=yrHhjmUPMM". The taskbar at the bottom shows the Windows Start button, a taskbar with "έναρξη", "ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑ...", and "Τερηδόνα - YouTube ...", and system tray icons including the clock showing "7:43 μμ".

Αφού το απόλαυσαν, έγινε συζήτηση για το πώς χαλάνε τα δόντια, ποιες τροφές τα καταστρέφουν αλλά και ποιες τα προστατεύουν, ποιος

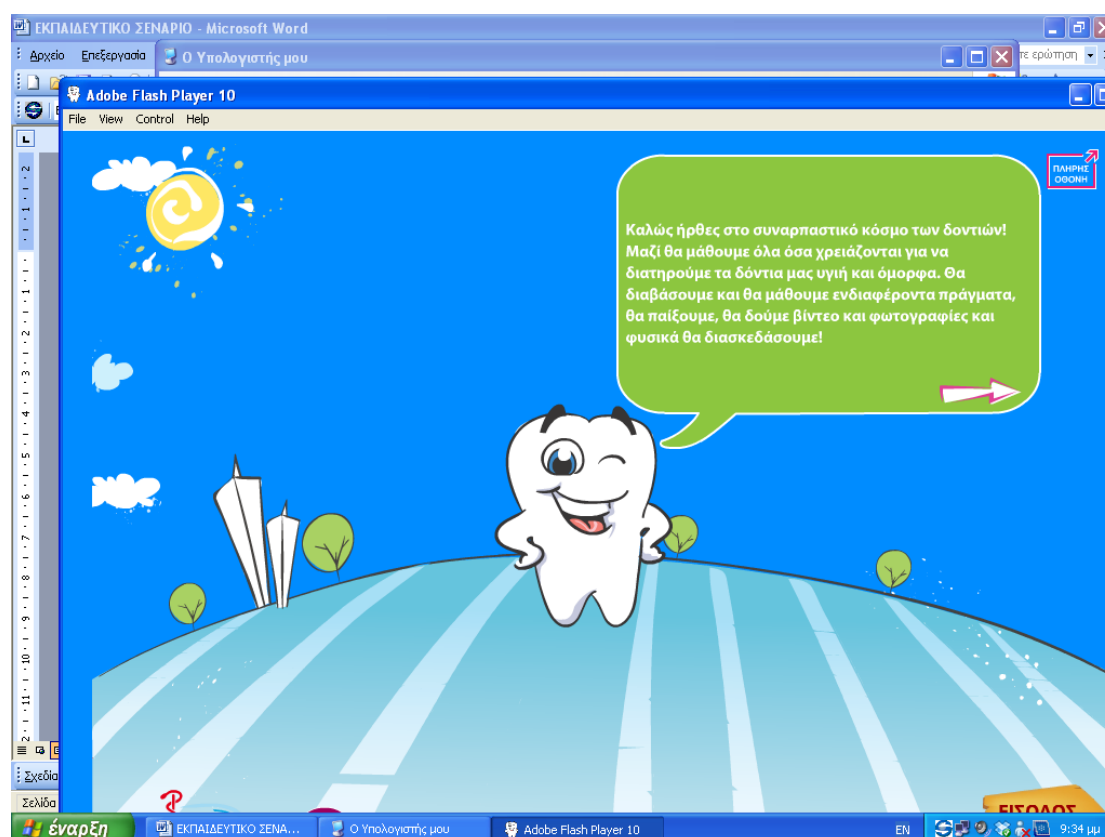
είναι ο σωστός τρόπος προστασίας των δοντιών, πώς γίνεται σωστό βούρτσισμα, χρήση οδοντικού νήματος και στοματικού διαλύματος.

Οι μαθητές ανέφεραν παραμύθια που γνώριζαν σχετικά με την υγιεινή των δοντιών όπως «Η Δόνα Τερηδόνα και το μυστικό της γαμήλιας τούρτας» του Ευγένιου Τριβιζά, το «Μια φορά ήταν η Κολοτούμπα που έδωσε τον πόνο της φλόγκο» της Σοφίας Μαντούβαλου, κι αυτό ήταν το ερέθισμα για να αναζητήσουν κι άλλα σχετικά παραμύθια τόσο μέσω διαδικτύου, όσο και στη βιβλιοθήκη του σχολείου.

Προτάθηκε μάλιστα να γίνει δραματοποίηση κάποιου απ' αυτά τα παραμύθια στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης.

(7<sup>η</sup> και 8<sup>η</sup> διδακτική ώρα)

Στη συνέχεια έγινε χρήση ένα μέρος του **εκπαιδευτικού υλικού αγωγής της στοματικής υγείας για μαθητές 9-12 ετών με τίτλο «Γερά Δόντια – Καλύτερη Υγεία»**, που έγινε με πρωτοβουλία της Ελληνικής Οδοντιατρικής Ομοσπονδίας. Πρόκειται για μια πολύ αξιόλογη προσπάθεια που με βιωματικό τρόπο θέλει να βελτιώσει τις συνήθειες στοματικής υγιεινής των μαθητών. Περιλαμβάνει βιβλίο και DVD.



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ - Microsoft Word

Adobe Flash Player 10

File View Control Help

ΓΙΑΤΙ Ο ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ ΕΙΝΑΙ ΦΙΛΟΣ ΜΟΥ

ΤΙ ΝΑ ΠΕΡΙΜΕΝΩ ΟΤΑΝ ΠΑΩ ΣΤΟΝ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ

Γιατί ο οδοντίατρος είναι φίλος μου

1. Φροντίζει να μην χαλάνε τα δόντια μου
  - Με μαθαίνει γιατί τα δόντια μου είναι σημαντικά για την υγεία μου
  - Με μαθαίνει πώς να φροντίζω τα δόντια μου
  - Ανακαλύπτει την τερηδόνα στην αρχή της και τη σταματάει πριν τρυσήσει τα δόντια μου (όταν τ'ον επισκέπτομαι τσκιτικά)
  - Με συμβουλεύει τι να τρώω για να μην χαλάνε τα δόντια μου
2. Φροντίζει να έχω ίσια δόντια
3. Με βοηθάει να έχω ωραίο χαμόγελο
4. Με βοηθάει να έχω ευχάριστη αναπνοή

ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ

Εναρξη

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑ... Ο Υπολογιστής μου Adobe Flash Player 10 EN 9:29 μμ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ - Microsoft Word

Adobe Flash Player 10

File View Control Help

ΓΙΑΤΙ Ο ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ ΕΙΝΑΙ ΦΙΛΟΣ ΜΟΥ

ΤΙ ΝΑ ΠΕΡΙΜΕΝΩ ΟΤΑΝ ΠΑΩ ΣΤΟΝ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟ

Τι να περιμένω όταν πάω στον οδοντίατρο



2. Να μου μάθει πώς να καθαρίζω τα δόντια μου



3. Να μου τα καθαρίσει με ηλεκτρικό βουρτσάκι

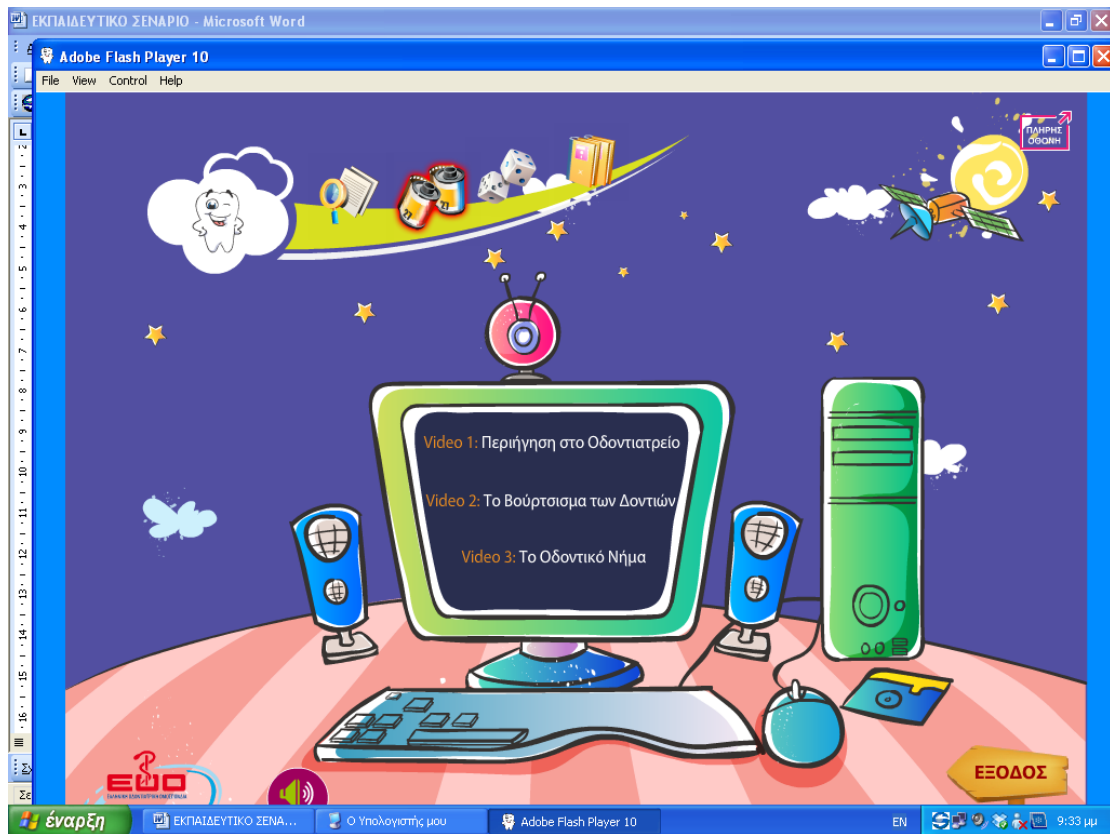


ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ

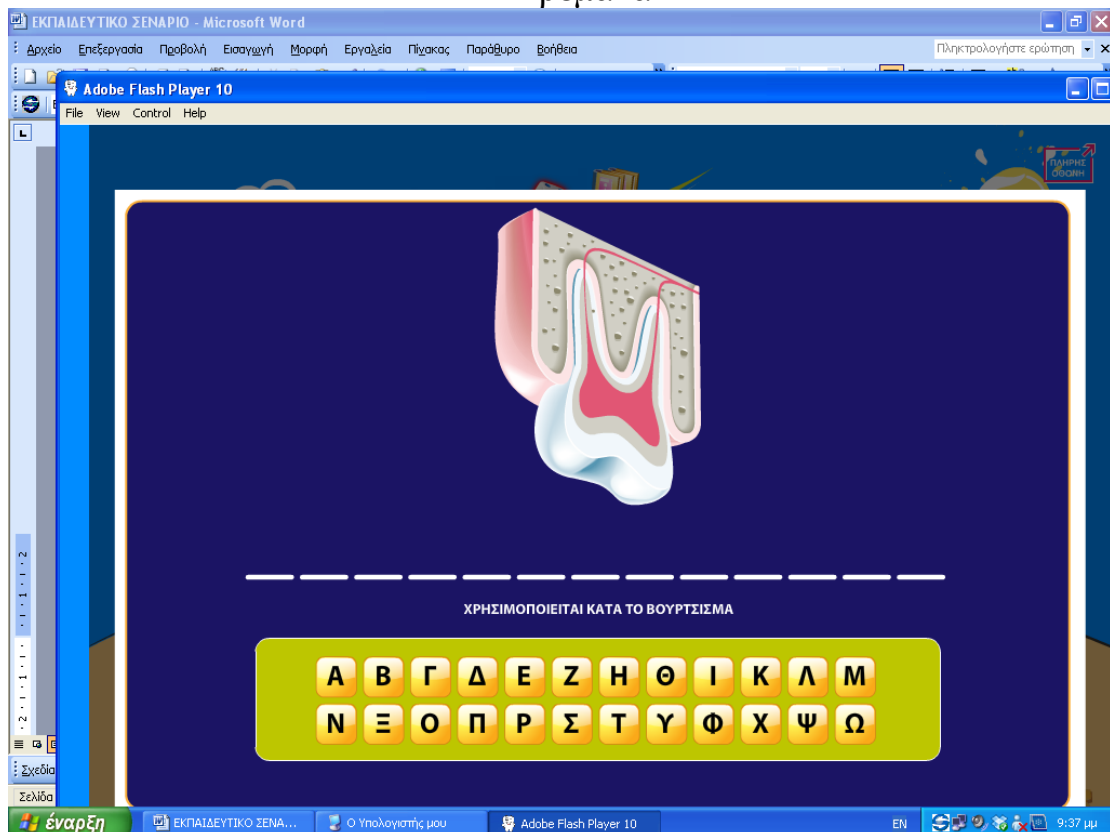
Εναρξη

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΣΕΝΑ... Ο Υπολογιστής μου Adobe Flash Player 10 EN 9:30 μμ

Είδαν σχετικά βίντεο:



Έπαιξαν παιχνίδια ως εμπεδωτικές ασκήσεις:  
Κρεμάλα





## Κρυμμένες λέξεις

Φ Θ Τ Ι Α Φ Ε Α Τ Ξ Ν Γ Ρ Η Υ Υ Ε  
Ο Θ Ο Δ Θ Π Δ Λ Τ Ο Σ Λ Τ Ν Ξ Ζ Ρ  
Δ Θ Ο Υ Ι Γ Ψ Ζ Κ Λ Γ Σ Θ Ρ Ρ Χ Υ  
Ο Σ Θ Ρ Ο Π Ο Ν Β Ε Ρ Ν Ι Κ Ι Δ Ζ  
Ν Α Ξ Κ Ι Σ Μ Μ Λ Ψ Μ Τ Υ Ψ Ρ Τ Ξ  
Τ Σ Θ Ρ Γ Ω Τ Τ Φ Ι Ξ Φ Ε Α Α Ξ Ε  
Ο Υ Α Ρ Σ Ε Σ Ε Ε Ι Κ Α Δ Η Ν Ψ Φ  
Β Π Μ Υ Ι Ρ Π Η Ι Ρ Ο Ι Χ Κ Δ Δ Ο  
Ο Ζ Ι Μ Τ Σ Χ Ρ Η Ν Η Ι Ψ Σ Ψ Γ Ε  
Υ Θ Ν Χ Κ Λ Ο Φ Π Ξ Η Δ Σ Κ Π Ε Δ  
Ρ Ν Ο Ξ Σ Α Γ Β Ο Ν Ξ Χ Ο Λ Λ Μ Ψ  
Τ Α Μ Γ Ξ Ε Ψ Ψ Φ Σ Γ Ο Τ Ν Π Σ Λ  
Σ Ψ Ε Λ Υ Ξ Ι Ρ Ψ Ν Ρ Ζ Ι Υ Α Μ Δ  
Α Σ Ε Κ Α Ρ Θ Ν Α Τ Α Δ Υ Ψ Τ Φ Λ  
Α Ο Α Λ Υ Κ Μ Ι Α Ο Ψ Σ Ο Ξ Υ Γ Η

ΦΘΟΡΙΩΣΗ  
ΤΕΡΗΔΟΝΑ  
ΟΣΤΕΙΝΗ  
ΓΟΜΦΙΟΙ  
ΟΠΗ  
ΟΞΥ  
ΜΟΝΙΜΑ  
ΒΕΡΝΙΚΙ  
ΟΔΟΝΤΟΒΟΥΡΤΣΑ  
ΥΔΑΤΑΝΘΡΑΚΕΣ

ΠΑΙΞΕ ΞΑΝΑ

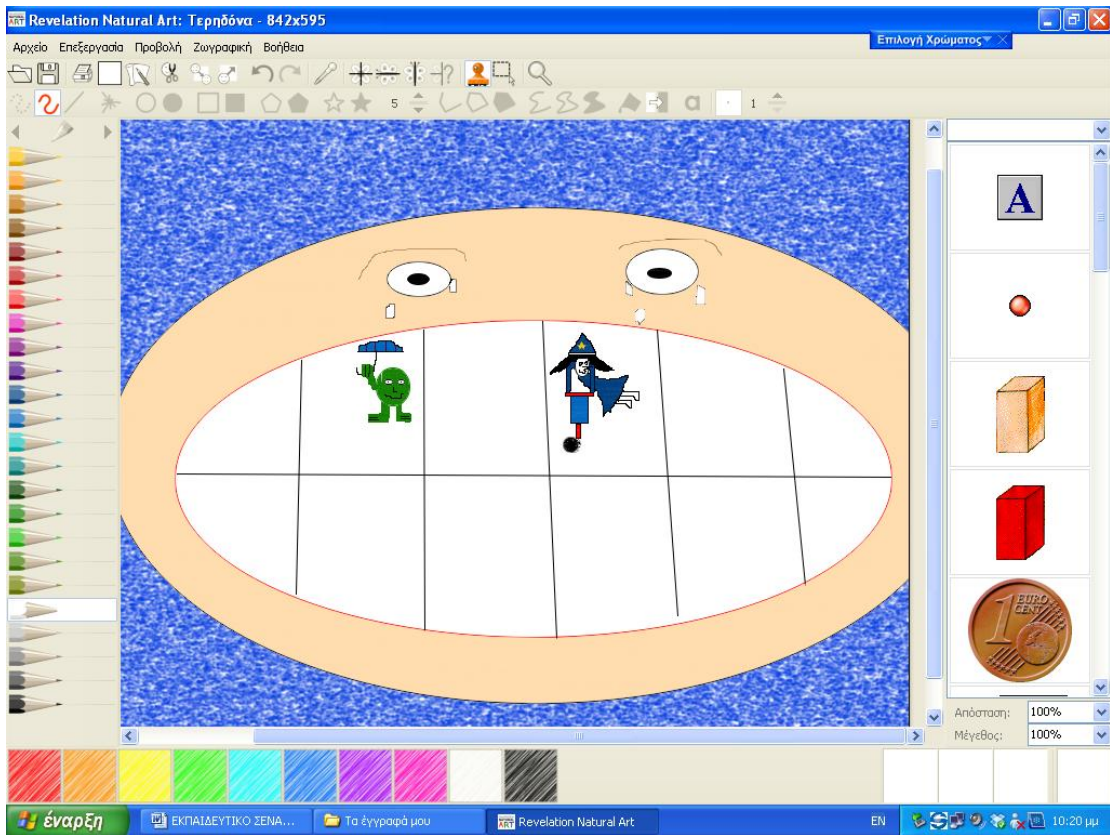
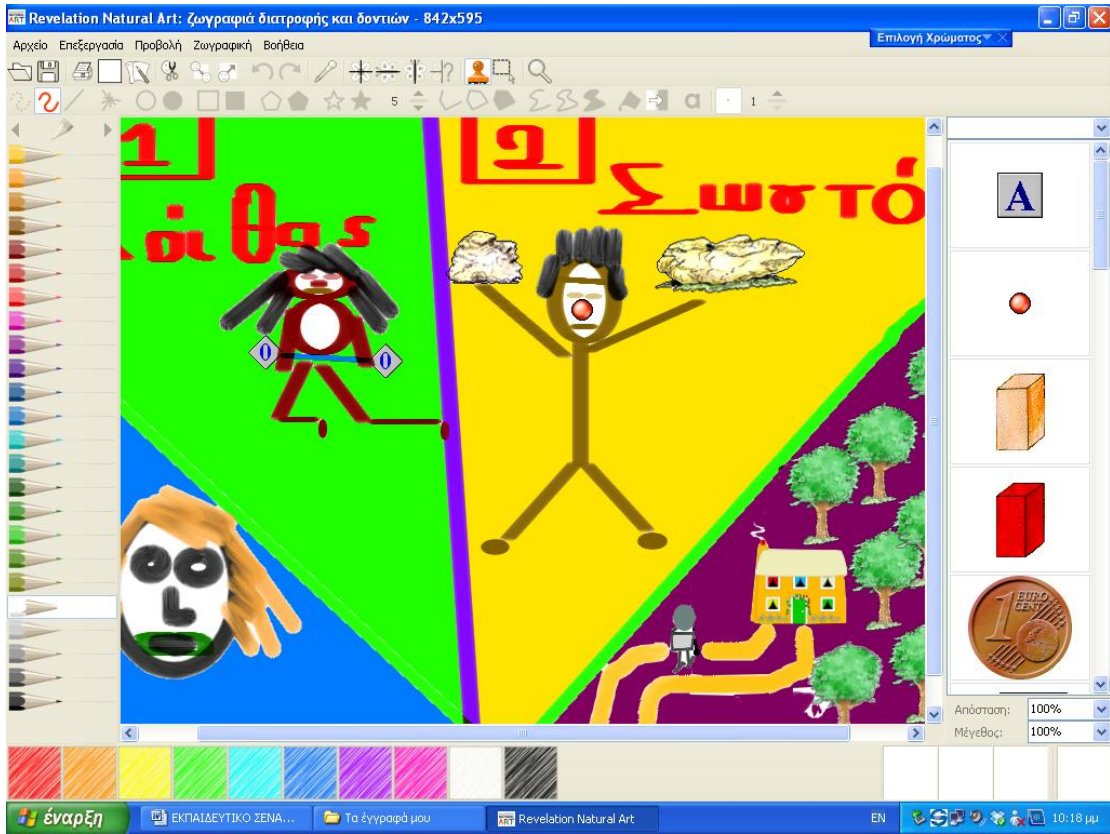
ΚΛΕΙΣΙΜΟ X

( 9<sup>η</sup> διδακτική ώρα)

Το επόμενο βήμα ήταν να φτιάξουν οι μαθητές κάθε ομάδας από ένα σταυρόλεξο σχετικά με τη φροντίδα του σώματος που θα συμπεριελάμβανε λέξεις για διατροφή, άσκηση και δόντια με χρήση του λογισμικού **hot potatoes**. Το συγκεκριμένο λογισμικό επιτρέπει τη δημιουργία αλληλεπιδραστικών τεστ πολλαπλών ερωτήσεων, σταυρόλεξων, αντιστοίχισης, ταξινόμησης και συμπλήρωσης κενών.

Οι μαθητές είχαν πρότερη γνώση σε επίλυση τέτοιου σταυρόλεξου, αλλά έφτιαχναν για πρώτη φορά. Για το λόγο αυτό συμφωνήθηκε να βρει κάθε ομάδα λέξεις και βοηθητικές προτάσεις και η κατασκευή να γίνει με υποστηρικτικό ρόλο δικό μου. Κάθε ομάδα έφτιαξε ένα σταυρόλεξο, το οποίο αφού εκτυπώθηκε, δόθηκε στις άλλες δύο προς επίλυση. Ένα από τα σταυρόλεξα είναι το παρακάτω:

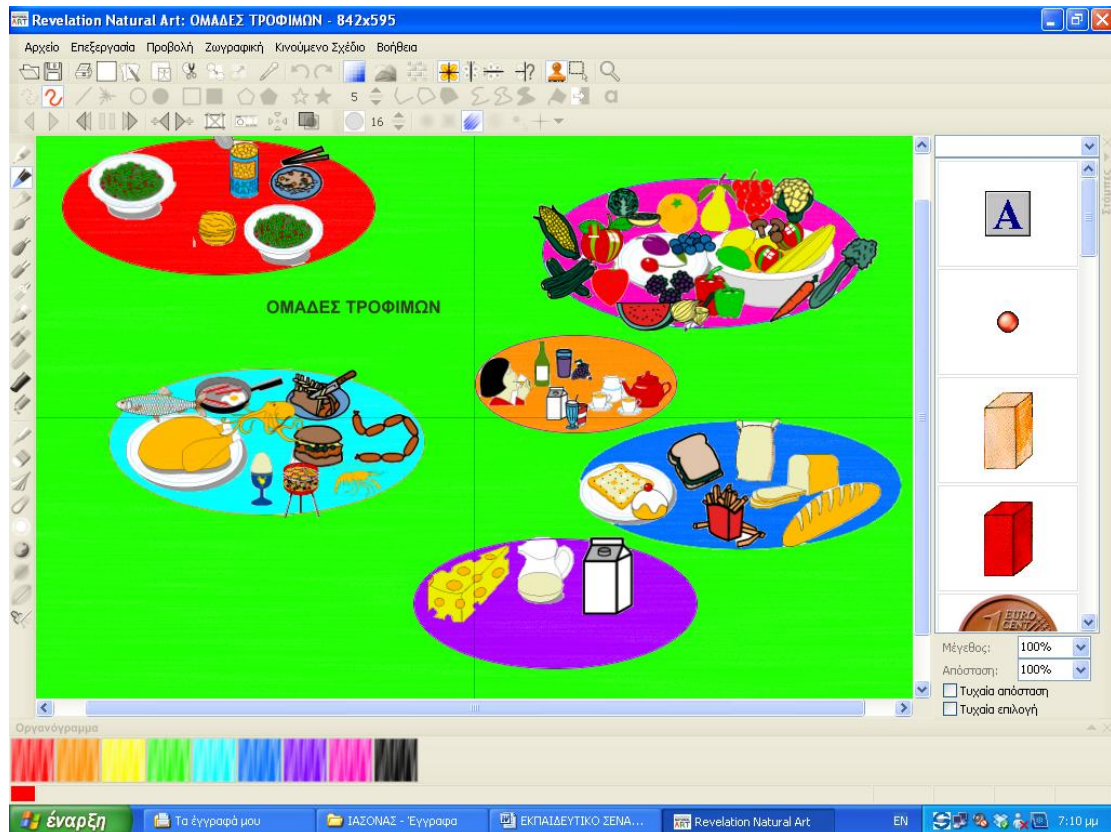




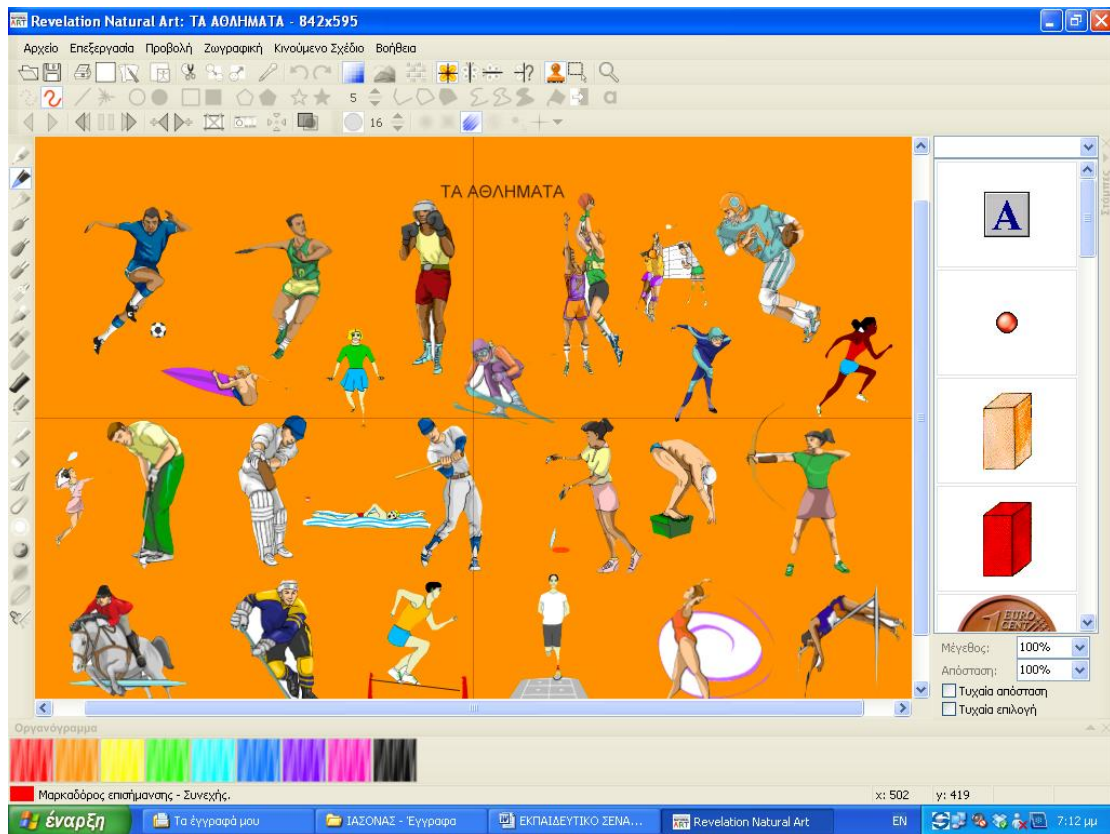


Στη συνέχεια τα παιδιά προχώρησαν με τη βοήθεια και καθοδήγηση της εκπαιδευτικού στο επόμενο στάδιο του λογισμικού **Revelation Natural Art**, για προχωρημένους και κάνοντας επιλογή σταμπών, έφτιαξαν τα παρακάτω :

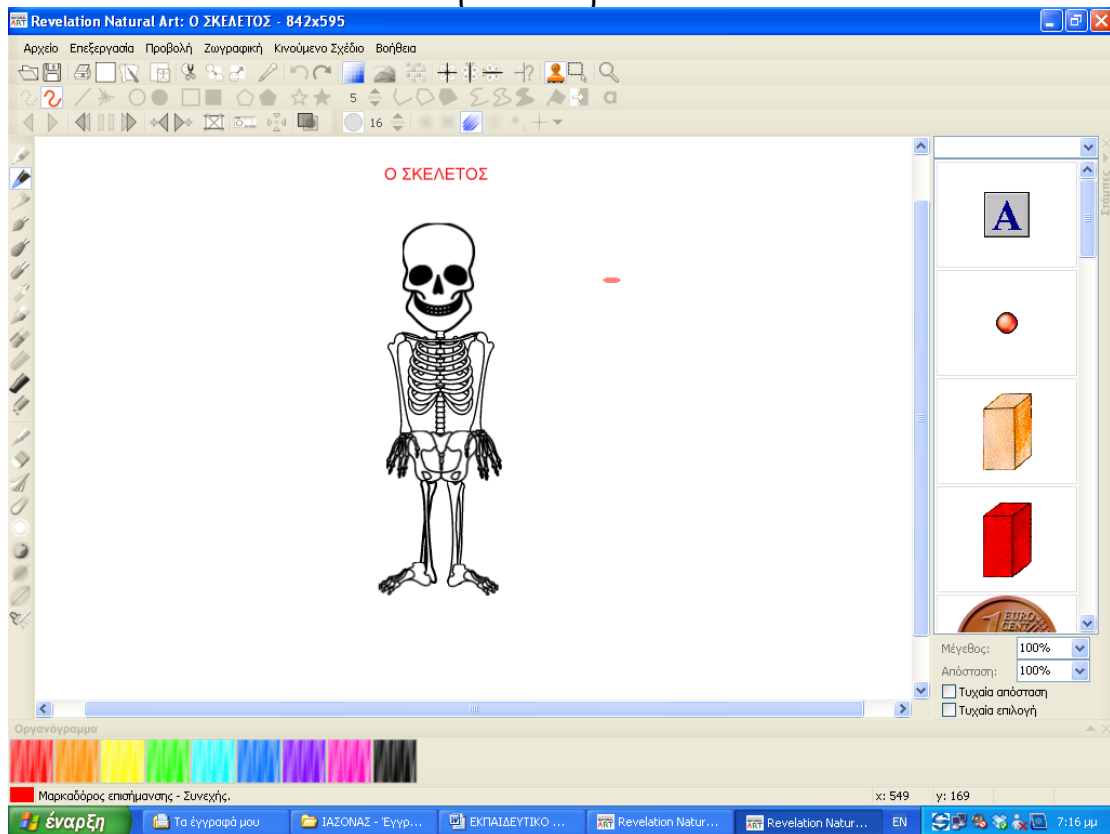
Η πρώτη ομάδα από την επιλογή σταμπών «φαγητά» και «φαγητά2» έφτιαξαν τις ομάδες των τροφών.



Η δεύτερη ομάδα με επιλογή σταμπών «αθλήματα», έφτιαξε

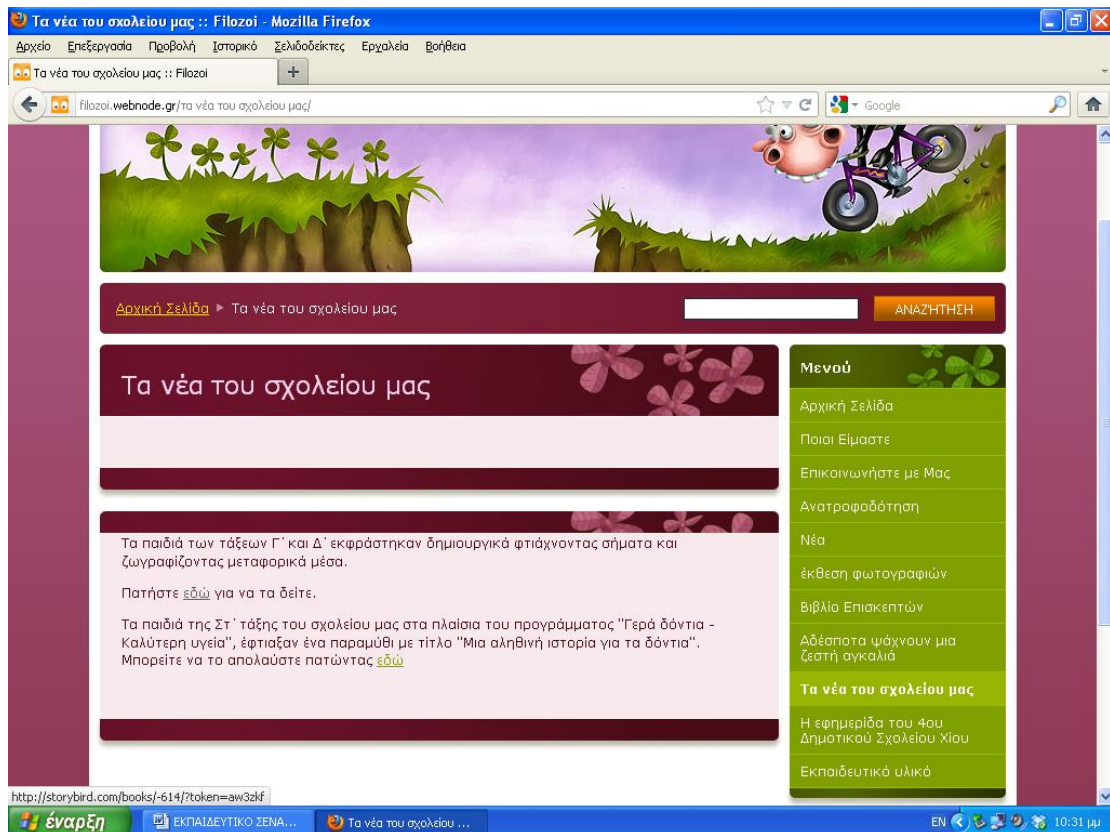


Η τρίτη ομάδα από την επιλογή «σκελετός», πήραν ένα τα κομμάτια του σκελετού έκαναν σύνθεση του ανθρώπινου σκελετού



( 12<sup>η</sup> διδακτική ώρα)

Οι μαθητές μπήκαν στην ιστοσελίδα του σχολείου στο: **filozoi.webnode.gr** και μπαίνοντας στα νέα του σχολείου μας διάβασαν το παραμύθι «Μια αληθινή ιστορία για τα δόντια», που φτιάχτηκε από τα παιδιά της Στ' τάξης και σε ώρες Ευέλικτης Ζώνης, στα πλαίσια του προγράμματος «Γερά Δόντια – Καλύτερη Υγεία». Χρησιμοποιήθηκε γι' αυτό το λογισμικό **storybird**. Πρόκειται για εργαλείο ανοιχτού τύπου, δημιουργικής έκφρασης γραπτού λόγου, όπου μέσω σωστής επιλογής εικόνων, συνθέτουν μια ιστορία.



Μπορείτε να απολαύσετε στο: <http://storybird.com/books/-614/?token=aw3z kf>

Βγήκε αβίαστα το συμπέρασμα από τα παιδιά ότι διατροφή και σωματική άσκηση είναι αλληλένδετα και η διατροφή μαζί με σωστή φροντίδα μας εξασφαλίζουν σωματική και ψυχική υγεία. Δεν είναι τυχαίο το ρητό των προγόνων μας: ΝΟΥΣ ΥΓΙΗΣ ΕΝ ΣΩΜΑΤΙ ΥΓΙΕΙ, που είχαν βρει τα παιδιά αναζητώντας γνωμικά.



## 2.2. Επεκτασιμότητα σεναρίου

Το σενάριο μπορεί να επεκταθεί στο μάθημα της Γλώσσας με ανάγνωση κι άλλων παραμυθιών σχετικά με τη φροντίδα του σώματος, τη διατροφή και τα δόντια. Μπορεί να γράψουν κάποιο παραμύθι ή να φτιάξουν αφίσα. Επίσης μπορούν να γράψουν κάποιο κείμενο χρησιμοποιώντας τις λέξεις που είχαν βρει από το λεξικό της Wikipedia, ή τις πληροφορίες από τις μηχανές αναζήτησης.

Στην Αισθητική Αγωγή μπορούν να φτιάξουν κι άλλες ζωγραφιές ή κατασκευές σχετικά με το θέμα.

Στη Φυσική Αγωγή μπορούν να παίξουν διάφορα παιχνίδια .

Στα Αγγλικά μπορούν να βρουν σχετικές λέξεις και κειμενάκια ή βίντεο στην Αγγλική γλώσσα.

## 2.3. Αξιολόγηση

Κατά τη διάρκεια του εκπαιδευτικού σεναρίου έγινε η **αρχική** ή **διαγνωστική** αξιολόγηση με τη συμπλήρωση των τριών ερωτηματολογίων. Εκεί διαπιστώθηκαν γνωστικές ελλείψεις και λανθασμένες συνήθειες.

Σε όλη τη διάρκεια του σεναρίου υπήρχε μεγάλο ενδιαφέρον με ενεργή συμμετοχή των παιδιών, πολύ καλή συνεργασία μεταξύ των μελών των ομάδων. Σε γενικές γραμμές υπήρχε συνοχή και τηρήθηκαν οι προκαθορισμένοι ρόλοι. Η εκπαιδευτικός ενήργησε καταλυτικά όταν χρειάστηκε.

Ως προς το χειρισμό των νέων τεχνολογιών δεν προέκυψαν ιδιαίτερα προβλήματα, γιατί τα παιδιά ήταν αρκετά εξοικειωμένα, αφού η χρήση υπολογιστή, βιντεοπροβολέα και διαδραστικού πίνακα είναι μέρος της καθημερινής τους σχολικής δραστηριότητας τα τελευταία χρόνια. Η **διαμορφωτική** αξιολόγηση ήταν πολύ ικανοποιητική.

Στην **απολογιστική** αξιολόγηση βελτιώθηκαν οι στάσεις των παιδιών σε ορισμένες καθημερινές συνήθειες, αναθεώρησαν σε ορισμένα πράγματα κι ανακοίνωναν στην τάξεις κάποιες αλλαγές. Για παράδειγμα ανακοίνωναν όταν ερχόταν με τα πόδια στο σχολείο ή όταν έφερναν κάτι πιο υγιεινό για δεκατιανό, ή τηρούσαν ημερολόγιο για το πλύσιμο των δοντιών. Βέβαια δεν τρέφουμε ψευδαισθήσεις ότι όλα μπορούν να διορθωθούν μέσα σε δυο βδομάδες. Συνήθως τα παιδιά βελτιώνουν τις συνήθειες κατά τη διάρκεια ενός προγράμματος και σταδιακά χαλαρώνουν. Εδώ είναι που χρειάζεται η συνεργασία σχολείου – οικογένειας κι αυτός είναι και ο λόγος που ορισμένες θεματικές ενότητες επαναλαμβάνονται σε όλες τις τάξεις και υπάρχουν σε περισσότερα από ένα μαθήματα, οπότε μπορεί να υπάρξει συνεργασία μεταξύ των εκπαιδευτικών και να γίνονται οι ενότητες διαθεματικά.

## Ενδεικτική βιβλιογραφία

- Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, (2002), *Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Σπουδών (ΔΕΠΠΣ) & Αναλυτικά Προγράμματα Σπουδών (ΑΠΣ) Υποχρεωτικής Εκπαίδευσης*, Αθήνα ΥΠΕΠΘ-ΠΙ
- ΥΠΕΠΘ, (2000) , *Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Προγραμμάτων Σπουδών Μελέτης Περιβάλλοντος*
- ΥΠΕΠΘ/ΠΙ, (2008), *Μέλετη Περιβάλλοντος Α΄, Β΄ και Γ΄ Δημοτικού*  
Βιβλίο Καθηγητή, Επιχειρησιακό Πρόγραμμα «Κοινωνία της Πληροφορίας»
- Ελληνική Οδοντιατρική Ομοσπονδία, (2002), *Γερά Δόντια – Καλύτερη Υγεία*
- Ματσαγγούρας Η, (1998) ,*Ομαδοσυνεργατική Διδασκαλία*, Αθήνα, Εκδόσεις Γρηγόρης
- Λαμπροπούλου Ν, (1998), *Ενσυναίσθηση και Αισθητική Εμπειρία*
- Ράπτης Α & Ράπτη Α (2006), *Μάθηση και Διδασκαλία στην εποχή της πληροφορίας, : Ολική προσέγγιση*, Τόμοι, Α & Β, Αθήνα
- Κολιάδης Ε. Α., (1997), *Θεωρίες Μάθησης και Εκπαιδευτική Πράξη*, Τ.Γ΄ Γνωστικές θεωρίες, Αθήνα
- Κόμης Β, & ά., (2008), *Επιμορφωτικό υλικό για την επιμόρφωση των εκπαιδευτικών*, Τεύχος 2:ΠΕ60-70
- Εγχειρίδιο χρήσης του λογισμικού “Revelation Natural Art”*  
[www.epafos.gr](http://www.epafos.gr) & στα περιεχόμενα του ίδιου λογισμικού