

# 3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ

## Ενημερωτική επιστολή σχετικά με την υλοποίηση Προγράμματος Αγωγής Υγείας για το σχ. έτος 2017-18

Κατά τη φετινή σχολική χρονιά θα λειτουργήσει στο σχολείο μας Προγραμμα Αγωγής Υγείας με θέμα « Σωστή στάση σώματος-Στάση ζωής » με βασικούς θεματικούς άξονες:

- ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΟΥ
- ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΣΩΣΤΗΣ ΣΤΑΣΗΣ
- ΘΕΤΙΚΑ ΚΑΙ ΑΡΝΗΤΙΚΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ-ΣΤΑΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ
- ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΟΡΑΤΩΝ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΩΝ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ
- ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΚΑΙ ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ
- ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΓΙΑ ΕΝΑ ΥΓΙΕΣ ΚΑΙ ΔΥΝΑΤΟ ΣΩΜΑ

Ανάμεσα στους στόχους του προγράμματος είναι οι μαθητές :

1. Να εξερευνήσουν οι μαθητές την έννοια “υγεία” και τη συμβολή της σωστής στάσης σώματος σε αυτή
2. Να κατανοήσουν την επίδραση των ανθρωπίνων δραστηριοτήτων ή/και συμπεριφορών σε ένα υγιές σώμα.
3. Να κατανοήσουν την επίδραση των συναισθημάτων τους στην καλή σωματική υγεία.
4. Να μάθουν να αναζητούν πληροφορίες -Κατανόηση εννοιών & όρων
5. Να προβληματιστούν με τις συνέπειες μη υγιών επιλογών τους
6. Να αγαπήσουν και να φροντίσουν τον εαυτό τους
7. Να αναπτύξουν τη αυτοεκτίμηση τους
8. Ανάπτυξη καλής σχέσης με το σώμα- Ανάπτυξη κινητικού ελέγχου

Στα πλαίσια του προγράμματος θα χρησιμοποιηθούν στρατηγικές όπως:

1. Προβολές ταινιών
2. Διαλέξεις από Ειδικούς Επιστήμονες και Εκπροσώπους συνεργαζόμενων φορέων
3. Βιωματικές ασκήσεις
4. Συμπλήρωση ερωτηματολογίων- Καταγραφή απόψεων μαθητών γονέων εκπαιδευτικών.
5. Αξιοποίηση σύγχρονων μέσων επικοινωνίας και νέων τεχνολογιών

Παρακαλείστε να συμπληρώσετε την υπεύθυνη δήλωση που βρίσκεται στην πίσω σελίδα που αφορά στη συμμετοχή του μαθητή/της μαθήτριας στο πρόγραμμα.

Με εκτίμηση,

Ο Διευθυντής

Γεώργιος Βλάχος

Η υπεύθυνη καθηγήτρια

Νταλαχάνη Καλλιρρόη