

Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Ν. Κυκλάδων
Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας

3ο Κ.Π.Σ

Προγράμματα ενίσχυσης πρωτοβουλιών
σε θέματα αγωγής υγείας.
Σύμπραξη σχολικών μονάδων νομού Κυκλάδων.

ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΌ ΜΟΥ



«Το σχολείο είναι ένας χώρος όπου οι μαθητές αριστεύουν ή αποτυγχάνουν, όπου συμβαίνουν αστεία και διασκεδαστικά πράγματα καθώς κατακτώνται δεξιότητες. Αλλά είναι και ένα μέρος όπου τα άτομα υποχρεούνται να κάθονται υπομονετικά, να ακούν, να περιμένουν, να σηκώνουν το χέρι τους, να στέκονται στην ουρά, να ξύνουν μοθύβια. Είναι ένας χώρος όπου δημιουργούνται φίλοι, εχθροί και παρεξηγήσεις...» (Philip Jackson).

Το δημοτικό σχολείο είναι ένας χώρος ιδιαίτερα σημαντικός για την πρόληψη ακριβώς επειδή συμβαίνουν τόσα πολλά πράγματα μέσα σ' αυτό. Αποκτιούνται γνώσεις και δεξιότητες, μαθαίνονται αρχές, στάσεις και συμπεριφορές, εκπαιδεύονται τα παιδιά στη συνεργασία, τη συνύπαρξη με συνομήλικους και ενήλικες εκτός της οικογένειας. Είναι ένας χώρος ζωντανός και γεμάτος αντιφάσεις, όπου δάσκαλοι και μαθητές ζουν μαζί, αλληλεπιδρούν, σχετίζονται, νοιάζονται, μεγαλώνουν, εξελίσσονται και αλληλάζουν.

Στο δύσκολο έργο της κοινωνικοποίησης των νέων ανθρώπων και της εκπαίδευσης σε καινούργιες δεξιότητες που είναι απαραίτητες για τη ζωή στη σύγχρονη πραγματικότητα τα προγράμματα πρόληψης μπορούν να λειτουργήσουν υποστηρικτικά και συμπληρωματικά στο ρόλο των δασκάλων. Παρέχουν εξειδικευμένη εκπαίδευση στους εκπαιδευτικούς, για να εκπαιδεύσουν αυτοί με τη σειρά τους τους μαθητές τους.

Τα προγράμματα πρόληψης που παρουσιάζονται σε αυτή την έκδοση είχαν στόχο να βοηθήσουν τα παιδιά να ανακαλύψουν τις προσωπικές τους ικανότητες και δυνατότητες, να εκφράσουν δημιουργικά τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τις δυσκολίες τους, να συνεργαστούν και να αισθανθούν αποδεκτά στο πλαίσιο της τάξης- ομάδας, να φανταστούν, να δράσουν και να δημιουργήσουν, να θέσουν όρια και κανόνες για τη λειτουργία της ομάδας και να αναλάβουν την ευθύνη για την τήρησή τους.

Όπως φάνηκε από την αξιολόγηση των προγραμμάτων όλοι κέρδισαν κάτι από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα. Οι μαθητές δεσμεύτηκαν με ενθουσιασμό στη λειτουργία της ομάδας και έντυσαν με προσωπικό νόημα τις δραστηριότητες του «μαγικού τους κύκλου» που ξεχειλίζουν δημιουργική έκφραση. Οι δάσκαλοι απόκτησαν την εμπειρία μιας βαθιάς και ανθρώπινης παιδαγωγικής σχέσης με τους μαθητές τους και εμείς αποκομίσαμε σημαντική γνώση και εμπειρία από την εφαρμογή των προγραμμάτων στα σχολεία της περιοχής μας.

Ελπίζουμε αυτή η έκδοση να ενθαρρύνει κι άλλους εκπαιδευτικούς να αναζητήσουν τρόπους προσέγγισης που να επιτρέπουν στα παιδιά να αποκτήσουν αυτονομία και να αποφασίζουν συνειδητά και υπεύθυνα για τη ζωή τους.

Λιάνα Τσαρουχά

Σύμβουλος Πρόληψης- Στέλεχος της επιστημονικής ομάδας του ΘΗΣΕΑ
ΚΥΚΛΑΔΩΝ

Πρόλογος

Υγεία σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας είναι η πλήρης σωματική, ψυχική και κοινωνική ευεξία του ατόμου καθώς επίσης και η ικανότητά του να μπορεί να αναγνωρίζει και να πραγματοποιεί οράματα και φιλοδοξίες, να ικανοποιεί ανάγκες και να αλληλάζει ή να αναπροσαρμόζεται σε σχέση με το περιβάλλον του.

Προαγωγή Υγείας είναι η διαδικασία που καθιστά τους ανθρώπους ικανούς να αυξήσουν τον αυτοέλεγχό τους σε θέματα υγείας και να βελτιώνουν την υγεία τους. (Π.Ο.Υ.)

Η Αγωγή Υγείας στο σχολείο και ιδιαίτερα στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση που ακόμα τα παιδιά είναι μικρά και δεν έχουν αποκτήσει καταστροφικές για τον εαυτό τους συνήθειες είναι αναγκαιότητα πρωταρχικής σημασίας.

Αν λάβουμε υπ' όψη μας την ελληνική κοινωνική πραγματικότητα, διαπιστώνουμε ότι φαινόμενα όπως η χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών, η βία, η παραβατικότητα, τα ατυχήματα, η παχυσαρκία, οι ψυχικές διαταραχές, η σεξουαλική εκμετάλλευση και άλλα χαρακτηρίζουν την εποχή μας.

Όλα αυτά έχουν σχέση σε υψηλό ποσοστό με τη σχολική αποτυχία, την πρόωρη εγκατάλειψη της υποχρεωτικής εκπαίδευσης και τον κοινωνικό αποκλεισμό από την αγορά εργασίας. Για όλους αυτούς τους λόγους η παρέμβαση πρωτογενούς πρόληψης στη σχολική κοινότητα της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης είναι αναγκαία.

Το σχολείο θεωρείται ο δεύτερος βασικός κοινωνικός θεσμός μετά την οικογένεια που συμβάλλει σημαντικά στη γνωστική, συναισθηματική και ηθική ανάπτυξη του παιδιού και διευκολύνει τη μετάβασή του από το στενό οικογενειακό περιβάλλον σε εκείνον των άλλων κοινωνικών ομάδων, των άλλων ενηλίκων και συνομηλίκων. Το ίδιο ως θεσμός δοκιμάζεται από τις κοινωνικό-πολιτισμικές αλλαγές που συμβαίνουν τις τελευταίες δεκαετίες σε όλα τα επίπεδα, τους θεσμούς και τα συστήματα της ζωής μας και καλείται να επανεξετάσει τη λειτουργία του και το ρόλο του. Καλείται ν' αλληλάξει, να μεταμορφωθεί σε ένα σχολείο δημιουργικό, λειτουργικό, ανθρώπινο, ανοικτό στην κοινωνία, το οποίο αναδεικνύει τη συνεργασία και την επικοινωνία όλων των μελών της σχολικής κοινότητας, έτσι ώστε να αναπτύσσονται δεξιότητες που διασφαλίζουν την ψυχική, συναισθηματική, κοινωνική και σωματική υγεία.

Το Σχολείο λοιπόν σ' αυτή τη φάση μπορεί και πρέπει να παίξει προληπτικό και υποστηρικτικό ρόλο, δημιουργώντας κλίμα εμπιστοσύνης, αποδοχής, συνεργασίας και δημοκρατίας τοποθετώντας το μαθητή στο επίκεντρο της εκπαιδευτικής διαδικασίας στην οποία είναι συμμετοχός. Αυτό επιτυγχάνεται με την εφαρμογή κατάλληλα σχεδιασμένων προγραμμάτων και δραστηριοτήτων που προάγουν την προσωπική και κοινωνική ανάπτυξη των μαθητών μέσα από έρευνα αξιών και ιδανικών που επηρεάζουν την ανάπτυξη του ατόμου και την ανάπτυξη των σχέσεων με τους άλλους.

Έτσι τα παιδιά εκπαιδεύονται ώστε να είναι σε θέση να γνωρίσουν και να κατανοήσουν τον εαυτό τους, τα συναισθήματά τους, να μπορούν να εκφράζονται και να αξιοποιούν τις ικανότητές τους για να δημιουργούν θετικές σχέσεις με τους άλλους, να αναπτύξουν κοινωνική συμπεριφορά και να διερευνήσουν στάσεις και αξίες ζωής.

Θεωρείται απαραίτητο όλη αυτά να συνδέονται με ειδικά θέματα που θα εκπαιδεύουν τα παιδιά σε καθημερινές πρακτικές φροντίδας και προστασίας εαυτού όπως η πρόληψη ατυχημάτων, η κυκλοφοριακή αγωγή, η υγιεινή διατροφή, η υγιεινή σώματος, η άσκηση, η στοματική υγιεινή κ.αλ.

Η συνολική προσέγγιση της προσωπικής και κοινωνικής εκπαίδευσης έχει σαν στόχο τα παιδιά να:

- σκέφτονται κριτικά και να εκφράζουν τις απόψεις τους με άνεση
- είναι αυτόνομα και να μην παρασύρονται
- επιβάλλονται στον εαυτό τους και να αναλαμβάνουν ευθύνες.
- κάνουν επιλογές με ηθικά κριτήρια και να έχουν ξεκάθαρες αξίες και συμπεριφορά

• συνεργάζονται με τους άλλους, να δημιουργούν και να διατηρούν καλές σχέσεις

- έχουν υγιεινό τρόπο ζωής και να είναι ασφαλή
- διαθέτουν αυτοεκτίμηση, αυτοπεποίθηση και αυτογνωσία. (Ιωάννα Κυρίτση, Υπεύθυνη Τομέα Πρόληψης ΚΕ.Θ.Ε.Α.)

Η Αγωγή Υγείας οραματίζεται ένα σχολείο που θα προάγει κατά τον καλύτερο τρόπο την ανάπτυξη ολοκληρωμένων, δημιουργικών και ευτυχισμένων ανθρώπων, ικανών να αντιμετωπίζουν τις προκλήσεις της σύγχρονης πραγματικότητας με τρόπο λειτουργικό για τον εαυτό τους και τους γύρω τους, προσδίδοντας στη ζωή τους προσωπικό νόημα.

Σκρέτα Σουητάνα

Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Π.Ε. Κυκλάδων

