

## Γνωστικό αντικείμενο/ενότητα/μάθημα: ΟΙΚΙΑΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

Ενότητα	2. Ανάπτυξη Ασφαλούς και Υγιεινού Τρόπου Ζωής
Υποενότητα	2.2 Φαγητό και Υγεία – Παράγοντες επιλογής τροφής/Βελτίωση διατροφικών συνηθειών
Επίπεδο/Τάξη: Β' Γυμνασίου (4 διδακτικές περιόδους)	

## Ψηφιακά εργαλεία (δυνατότητες)

- Internet access
- My Learning (journals)
- Office 365
- Ms Office (word, powerpoint)
- Ηλεκτρονικό βιβλίο μαθήματος

## Μαθησιακοί στόχοι– αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα – Γνωσιολογικοί στόχοι (Αναλυτικό πρόγραμμα)

**Δείκτης επιτυχίας 2.2.2.**

Να αναλύουν και να επεξηγούν τους παράγοντες που επηρεάζουν τις διατροφικές επιλογές των ατόμων

**Δείκτες επάρκειας 2.2.2.**

Παράγοντες που επηρεάζουν τις διατροφικές επιλογές των ατόμων

**Δείκτης επιτυχίας 2.2.5.**

Να συμβάλλουν με ατομικές και συλλογικές δράσεις στην ενίσχυση των δυνατοτήτων υγιεινής διατροφής

**Δείκτης επάρκειας 2.2.3.**

- Τρόποι βελτίωσης των διατροφικών επιλογών των ατόμων

**Δείκτης επάρκειας 2.2.5.**

• Σχέδιο δράσης για τη βελτίωση των διατροφικών συνηθειών των εφήβων  
 Βήματα υλοποίησης σχεδίου δράσης: 1. Εντοπισμός του προβλήματος, 2. Ανάλυση του προβλήματος στις διαστάσεις του-συλλογή δεδομένων, 3. Εξεύρεση εναλλακτικών ιδεών/λύσεων, 4. Πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα της κάθε λύσης, 5. Επιλογή και εφαρμογή της προτεινόμενης λύσης, 6. Παρακολούθηση και αξιολόγηση.

**Δραστηριότητες για να αναπτύξουν τις δεξιότητες αυτές προς τα αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα**

- Ομαδική βιωματική δραστηριότητα για αφόρμηση (φύλλο εργασίας 2, σελ. 111 Τ.Ε. «Σχεδίασε τη λέξη»).
- Ακολούθως, ζητείται από τους/τις μαθητές/τριες να καταγράψουν τις τροφές που κατανάλωσαν την προηγούμενη μέρα (Φύλλο εργασίας 1 «Ποιοι παράγοντες επηρέασαν τις διατροφικές σας επιλογές;») και να εντοπίσουν τους παράγοντες που επηρεάζουν τις δικές τους επιλογές όσον αφορά στην κατανάλωση τροφών και ροφημάτων.
- *Στοχοθέτηση-Ανάπτυξη σχεδίου δράσης.*

Βάσει των πιο πάνω παραγόντων, οι μαθητές/τριες προχωρούν στη δημιουργία σχεδίου δράσης με στόχο τη βελτίωση των διατροφικών τους επιλογών ως εξής:

1. Οι μαθητές μέσα από συζήτηση καταλήγουν στην ανάγκη δημιουργίας σχεδίου δράσης με *στόχο* να βελτιώσουν τους παράγοντες που επηρεάζουν *αρνητικά* τις διατροφικές τους επιλογές
2. Στη συνέχεια, *ατομικά* ο κάθε μαθητής εντοπίζει τους κυριότερους παράγοντες που επηρεάζουν αρνητικά τις δικές του επιλογές σε τροφές και ροφήματα που συνήθως καταναλώνει.
3. *Ακολούθως*, οι μαθητές συζητούν στην *ομάδα τους* και αποφασίζουν από κοινού *τρεις* από τους παράγοντες που κατά τη γνώμη τους επηρεάζουν *πιο συχνά* αρνητικά τις καθημερινές τους επιλογές.
4. Τέλος, εισηγούνται για κάθε παράγοντα ξεχωριστά, **πρακτικούς τρόπους για αλλαγή του**, έτσι ώστε να βελτιωθούν οι δικές τους καθημερινές διατροφικές συνήθειες και του ευρύτερου τους περιβάλλοντος (πχ. οικογένεια, συνομήλικοι).

**Δεξιότητες για να επιτευχθούν τα αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα**

- Υπό έμφαση

Αυτόνομη Μάθηση

- Αναγνώριση βασικών αναγκών για μάθηση, με βάση την προϋπάρχουσα γνώση.
- Καθορισμός στόχων για κατάκτησή τους και ανάπτυξη στρατηγικής για την επίτευξή τους.
- Σχεδιασμός και οργάνωση δραστηριοτήτων για εφαρμογή των στρατηγικών.
- Αξιολόγηση της διαδικασίας και των αποτελεσμάτων και παροχή αποδεικτικών στοιχείων για τα επιτεύγματα.
- Αναστοχασμός και διερεύνηση εναλλακτικών προσεγγίσεων.

Δημιουργικότητα και Καινοτομία

- Εντοπισμός και αντιστοίχιση αναγκών με τις πιθανές λύσεις.

- **Αναδυόμενες**

Συνεργασία και Επικοινωνία

- Αλληλεπίδραση, συνεργασία και κοινοποίηση με τους/τις συμμαθητές/συμμαθήτριες, τους/τις εκπαιδευτικούς ή και άλλους, μέσω ποικιλίας εργαλείων και ηλεκτρονικών περιβαλλόντων.
- Συμμετοχή σε ομαδικές εργασίες (project) για την παραγωγή αυθεντικών έργων ή για την επίλυση προβλημάτων.

Δημιουργικότητα και Καινοτομία

- Αξιοποίηση εργαλείων και πηγών με καινοτόμο και δημιουργικό τρόπο.

Πληροφοριακός Γραμματισμός

- Επεξεργασία πληροφοριών και οικοδόμηση νέας γνώσης.

**Μαθησιακά προϊόντα – σε όλα τα στάδια (αξιολόγηση)**

- Βιωματική δραστηριότητα («Σχεδίασε τη λέξη»)
- Καταγραφή και Αυτοαξιολόγηση διατροφικών συνθηκών- επιλογών των μαθητών και παραγόντων που τις επηρεάζουν, στοχοθέτηση
- Καταρτισμός σχεδίου δράσης
- Δημιουργία ηλεκτρονικού ημερολογίου μάθησης
- Δημιουργία ePortfolio
- Αυτοαξιολόγηση δεξιοτήτων και ικανοτήτων των μαθητών