



Hall

Υγιεινός & Μαθησιακός Τρόπος Ζωής

Εργασία μαθητή

Χαρτοφυλάκιο



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται από πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+, Key
Action 2: Strategic Partnerships Call 2020 με αριθμό συμφωνίας: 2020-1-NL01-KA201-064672

ΠΙΝΑΚΑΣ-ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Είστε αυτό που τρώτε!.....	4
Τυπικό φαγητό!.....	10
Για τον αθλητισμό, πατήστε "Εκτέλεση!"	12
Στυλ Άσκησης.....	18
Μάσκες	
ON! - ΚΛΕΙΣ οι μάσκες!	20
Οι μάσκες των μέσων κοινωνικής δικτύωσης ενεργοποιούνται! - ΚΛΕΙΣ οι μάσκες!.....	27
Τα πάντα για την υγεία μας	30
Η σημασία του νερού για τον ανθρώπινο οργανισμό	36
Ενεργό μυαλό, υγιές σώμα: Εξερευνώντας τη σύνδεση εγκεφάλου-σώματος	40
Πρόκληση γυμναστικής για ενίσχυση του εγκεφάλου.....	45
Υγιή Οικοσυστήματα, Υγιείς Ζωές	47
Παγκόσμια Συνεργασία για Υγιή Οικοσυστήματα.....	52
Προσεκτική Διατροφή για Ολιστική Υγεία	54
Παγκόσμια ανταλλαγή ενσυνείδητης διατροφής.....	59
Υγιεινή	
αναμέτρηση μαγειρικής	61
Παγκόσμια ανταλλαγή συνταγών.....	66
Fit Math: Εξερευνώντας τα Μαθηματικά μέσω της Φυσικής Δραστηριότητας	68
Παγκόσμια πρόκληση για τα μαθηματικά: Ενεργή επίλυση προβλημάτων.....	73
CodeFit: Συνδυάζει την	
κωδικοποίηση και τη φυσική δραστηριότητα	75
Global Game Jam: Game	
Showcase	80
Περιοδικό Healthy Living: Προαγωγή	
της Υγείας στα Αγγλικά	82
International Health Campaign: Sharing Healthy	
Living Practices	87
Βιτρίνα υγιεινού τρόπου ζωής: Εκφράζοντας την υγεία μέσω της τέχνης και της παράστασης	89
Παγκόσμια Έκθεση	
Υγιεινού Τρόπου Ζωής: Γιορτάζοντας τις Καλλιτεχνικές Εκφράσεις	94
Έκθεση Υγιεινού Τρόπου Ζωής: Η	
υγεία της έκφρασης μέσω των εικαστικών τεχνών	96
International Art Dialogue: Celebrating Visual Expressions of Health	101
Πρόκληση υγιεινού τρόπου ζωής: Εξερευνώντας την Επιστήμη της Διατροφής και την Τέχνη των	
Μαγειρικών Απολαύσεων	103
International Recipe Exchange: Sharing Healthy Culinary Traditions	108
Εξερεύνηση υγιεινού τρόπου ζωής: Μια εκδρομή για υγεία και ευεξία	110
Διεθνής Εκστρατεία Υγιεινού Τρόπου Ζωής: Μοιραστείτε τις εμπειρίες μας στο πεδίο	115
Πρόκληση	
υγιεινού τρόπου ζωής: Δημιουργία Ολιστικού Προγράμματος Ευεξίας	117
Διεθνές Συμπόσιο	
Ευεξίας: Μοιραζόμαστε τις Ολιστικές Προσεγγίσεις μας	122
Κώδικας για την υγεία: Δημιουργία εφαρμογής υγιεινού τρόπου ζωής	124
Παγκόσμια Έκθεση Εφαρμογών: Προώθηση Υγιεινών Τρόπων Ζωής Παγκοσμίως	129





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Εργασία μαθητή:
Είστεαυτόπου τρώτε!



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



ΑΝΑΘΕΣΗ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει τα εξής θέματα:

- Θρέψη ✓
- Άσκηση
- Ψυχική υγεία
- Φυσική υγεία ✓
- Ο δικός σας (υγιεινός και μαθησιακός) τρόπος ζωής ✓
- Ο τρόπος ζωής των άλλων ✓
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σπίτι
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σχολείο
- Άλλο θέμα, είναι:

Αυτή η ανάθεση είναι:

- Με βάση την πρόκληση
- Προσανατολισμός ✓
- Με στόχο την προσωπική ανάπτυξη

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει αυτές τις δραστηριότητες των μαθητών:

- Διερεύνηση ή έρευνα Επικοινωνήστε με ✓
- ειδικούς και επαγγελματίες Παρουσιάστε και ✓
- συζητήστε τα ευρήματά τους Άλλη ✓
- δραστηριότητα, που είναι:

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει στοιχεία αυτών των σχολικών μαθημάτων:

- Μαθηματικά
- Αγγλικά ✓
- Φυσική αγωγή ✓
- Βιολογία ✓
- Γεωγραφία
- ΤΠΕ ✓
- Η φυσική
- Ιστορία
- Άλλα θέματα, είναι:

Λέξεις-κλειδιά ή hashtags για αυτήν την εργασία είναι:

Θρέψη

Διατροφικές συνήθειες

Ημερήσια πρόσληψη αναφοράς



Είστε αυτό που τρώτε!

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σε αυτήν την εργασία οι μαθητές θα διερευνήσουν τι θεωρείται υγιεινή διατροφή και ποια συστήματα και κατευθυντήριες γραμμές υπάρχουν για αυτό. Επιπλέον, οι μαθητές θα παρακολουθούν και θα εξετάζουν τις δικές τους διατροφικές συνήθειες και θα μάθουν για τα θρεπτικά συστατικά, τους υδατάνθρακες, τα λίπη, τις πρωτεΐνες, τα μέταλλα και τις βιταμίνες.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

14-16 ετών στο γυμνάσιο.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Περιγράψτε ποιες ικανότητες, δεξιότητες και γνώσεις χρειάζονται οι μαθητές εκ των προτέρων.

Οι μαθητές θα πρέπει να είναι σε θέση ήδη...

- Αναζητήστε πληροφορίες και ερμηνεύστε αυτό Χρησιμοποιήστε
- Διαδικτυακές εφαρμογές
- Αναλύστε (δικά) ερευνητικά δεδομένα
- Παρουσιάστε και συζητήστε τα αποτελέσματα

Οι μαθητές πρέπει να γνωρίζουν ήδη....

- Τα πιο βασικά στοιχεία φαγητού και ποτών, ως προς τα συστατικά και τη διατροφή.
- Τα βασικά της αγγλικής γλώσσας (για σύνδεση με μαθητές στο εξωτερικό)

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Αυτή είναι μια ατομική εργασία με στοιχεία κοινής χρήσης, συζήτησης και παρουσίασης μετά την ολοκλήρωση της εργασίας.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Παρασκευή: Απαιτείται πολύ λίγος χρόνος προετοιμασίας και προσπάθεια από τον δάσκαλο.

Αναμενόμενη συνολική διάρκεια της εργασίας: Ζητείται από τους μαθητές να παρακολουθούν τις διατροφικές και καταναλωτικές συνήθειές τους για μια αλόκληρη εβδομάδα και στη συνέχεια να τις αναλογιστούν. Συνολικά, περίπου 10 ημέρες σε διάρκεια με μικρή προσπάθεια κάθε μέρα.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

Η εργασία αποτελείται από τρία μέρη, είναι στο χέρι σας να επεξεργαστείτε αυτά τα τρία μέρη και να τα ενσωματώσετε ως ένα, πράγμα που σημαίνει ότι πρέπει να τα παραδώσετε ως σύνολο.

Είναι στο χέρι σας να αποφασίσετε ποια μορφή άσκησης θα επιλέξετε. Μπορείτε να επιλέξετε να εργαστείτε στο Word, αλλά το Prezί, το PowerPoint κ.λπ. είναι επίσης καλές επιλογές. Επιλέξτε κάτι που σας ταιριάζει και για το οποίο είστε σίγουροι ότι αντικατοπτρίζει όλο το ζητούμενο περιεχόμενο. Βεβαιωθείτε ότι δεν εκτελείτε μόνο τις εργασίες, αλλά ότι γράφετε επίσης έναν τίτλο / πίνακα περιεχομένων / εισαγωγή / κ.λπ. Εξαρτάται από τη μορφή επεξεργασίας σας πώς δίνετε μορφή σε αυτό!

Μέρος 1

Διερευνήστε τι θεωρείται υγιεινή διατροφή και ποια συστήματα και οδηγίες υπάρχουν για αυτό. Βρείτε μια οπτική αναπαράσταση αυτού και περιγράψτε το συνοπτικά.

Μέρος 2ο

Η οδηγία που βρήκατε πιθανώς αποτελείται από διαφορετικές ομάδες ή στοιχεία τροφίμων. Για κάθε μέρος του, γράψτε κάτι που τρώτε μερικές φορές. Μπορείτε επίσης να το κάνετε πιο οπτικό σαν ένα κολάζ, με εικόνες από κάτι που τρώτε που ταιριάζουν στις διάφορες κατηγορίες.

Μέρος 3

Κρατήστε ένα ημερολόγιο τροφίμων και ποτών για μια εβδομάδα. Υπάρχουν εύχρηστες εφαρμογές που έχουν αναπτυχθεί για να σας βοηθήσουν να το κάνετε αυτό, αναζητήστε τις.

Φροντίστε να είναι μια συνεχής εβδομάδα, για 7 συνεχόμενες ημέρες. Μόνο τότε θα δώσει μια αντιπροσωπευτική εικόνα της πρόσληψης τροφής σας και μπορείτε να βγάλετε ουσιαστικά συμπεράσματα.

Βεβαιωθείτε ότι έχετε ένα πλήρες αρχείο καταγραφής τροφίμων, επομένως όχι μόνο τι φάγατε και ήπιατε, αλλά και ποιες είναι οι διατροφικές αξίες.

Βεβαιωθείτε ότι είναι σαφές, λογικά διατυπωμένο και επομένως ευανάγνωστο.

Αξιολογήστε το διατροφικό σας ημερολόγιο και βγάλτε ένα συμπέρασμα. Τι μπορείτε να πείτε για αυτό; Ψάξτε τι σημαίνει ισορροπία ενέργειας ή θερμίδων (αυτό είναι διαφορετικό για κάθε άτομο) και προχωρήστε σε αυτό το θέμα.

Στο τέλος, κάντε μια σύντομη παρουσίαση σχετικά με τα ευρήματά σας και τις προτάσεις σας που θα παρουσιαστούν σε μαθητές της τάξης σας και σε μαθητές στο εξωτερικό σε άλλα σχολεία στην Ευρώπη. Φροντίστε να συμπεριλάβετε και τα τρία μέρη της εργασίας!

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΥΛΙΚΑ

Οι μαθητές θα μπορούσαν να αναζητήσουν και να χρησιμοποιήσουν υπάρχουσες εφαρμογές στο App Store / Google Play Store για την εργασία που σας επιτρέπει να παρακολουθείτε τι τρώτε και πίνετε. Αυτές οι εφαρμογές υποστηρίζουν τον χρήστη με εγγραφή στα τικτών και περιεχομένου τροφίμων για ανάλυση.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΠΟΧΟΙ

Με την ολοκλήρωση αυτής της εργασίας οι μαθητές θα γνωρίζουν:

- Ποιες οδηγίες υπάρχουν για μια υγιεινή διατροφή και από ποια στοιχεία αποτελείται;
- Ποιες ομάδες τροφίμων περιέχουν συνήθως ποιες θρεπτικές ιδιότητες

Οι μαθητές θα είναι σε θέση:

- Σκεφτείτε πώς συγκρίνεται η ημερήσια κατανάλωση φαγητού και ποτών με αυτό.
- Πάρτε πιο ενημερωμένες αποφάσεις για τον (υγιεινό) τρόπο ζωής τους

ΑΝΑΘΕΣΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΗΣ

Όνομα Χάρι Βέρχαρ και Φρανκ Χίντινκ **Οργάνωση:** Piter Jelles Impulse και Learning Hub Friesland

Στοιχεία επικοινωνίας frank@learninghubfriesland.nl και hverhaar@pj.nl





Hall

ONLINE INTERACTIVE & ΔΙΕΘΝΗΣ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ- ΑΝΩ ΕΡΓΑΣΙΑ

Τυπικό φαγητό!

**ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ
ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

Οι μαθητές συγκεντρώνονται σε ομάδες, 2 μαθητές ανά χώρα.

Οι μαθητές παρουσιάζουν και περιγράφουν ο ένας στον άλλο τυπικό και παραδοσιακό φαγητό από τη χώρα τους: 1 πιάτο/ ποτό που είναι παραδοσιακό και τυπικό από τη χώρα τους αλλά όχι (τόσο) υγιεινό και 1 πιάτο ή ποτό που είναι παραδοσιακά και από τη χώρα τους και ταυτόχρονα επίσης αρκετά υγιεινό! Οι μαθητές εξηγούν ο ένας στον άλλο γιατί αυτά είναι υγιή και όχι τόσο υγιή.

**ΟΡΓΑΝΩΣΗ
ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Οργάνωση

Σε ομάδες των 2 ανά χώρα

Τεχνικά

Μέσω του Microsoft Teams, πρώτη συνεδρία ολομέλειας, μετά αίθουσες επιμέρους ομάδων σε ομάδες και τέλος ολομέλειας.

Αναμενόμενη συνολική διάρκεια: 1 ώρα συνολικά.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

Με τη βοήθεια των εκπαιδευτικών ηλεκτρονικής εργασίας οι μαθητές θα γνωρίζουν:

- Ποια τυπικά και παραδοσιακά πιάτα και ποτά είναι στη χώρα τους και σε άλλες χώρες; Πώς σχετίζονται αυτά τα
- πιάτα με μια υγιεινή διατροφή

Οι μαθητές θα είναι σε θέση:

- Συμμετέχουν σε συνομιλίες σε διεθνές πλαίσιο με τους συνομηλίκους τους

ΑΝΑΘΕΣΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΗΣ

Όνομα: Frank Χίντινκ

Οργάνωση: Learning Hub Friesland Στοιχεία

επικοινωνίας: frank@learninghubfriesland.nl





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Εργασία μαθητή:
Για αθλητισμόπατήστε

"Τρέξιμέ"



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



ΑΝΑΘΕΣΗ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει τα εξής θέματα:

- Θρέψη ✓
- Άσκηση ✓
- Ψυχική υγεία ✓
- Φυσική υγεία ✓
- Ο δικός σας (υγιεινός και μαθησιακός) τρόπος ζωής ✓
- Ο τρόπος ζωής των άλλων ✓
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σπίτι
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σχολείο
- Άλλο θέμα, είναι:

Αυτή η ανάθεση είναι:

- Με βάση την πρόκληση
- Προσανατολισμός ✓
- Με στόχο την προσωπική ανάπτυξη

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει αυτές τις δραστηριότητες των μαθητών:

- Διερεύνηση ή έρευνα Επικοινωνήστε με ✓
- ειδικούς και επαγγελματίες Παρουσιάστε και ✓
- συζητήστε τα ευρήματά τους Άλλη ✓
- δραστηριότητα, που είναι:

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει στοιχεία αυτών των σχολικών μαθημάτων:

- Μαθηματικά
- Αγγλικά ✓
- Φυσική αγωγή ✓
- Βιολογία ✓
- Γεωγραφία
- ΤΠΕ ✓
- Η φυσική
- Ιστορία
- Άλλα θέματα, είναι:

Λέξεις-κλειδιά ή hashtags για αυτήν την εργασία είναι:

Άσκηση
Ρουτίνα προπόνησης
Τεχνολογία



Για τον αθλητισμό, πατήστε "Εκτέλεση!"

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σε αυτήν την εργασία οι μαθητές θα διερευνήσουν, θα σκεφτούν και θα δοκιμάσουν διάφορα στερεότυπα σχετικά με την τεχνολογία, τον αθλητισμό και τον υγιεινό τρόπο ζωής, ενώ ταυτόχρονα θα αναλογιστούν πώς η τεχνολογία βελτίωσε ή χειροτέρεψε τη σωματική τους υγεία. Επιπλέον, θα εξετάσουν και θα συζητήσουν τις δικές τους εμπειρίες, θα παρακολουθήσουν τις δικές τους καθημερινές συνήθειες και αθλητικά στατιστικά μέσω διαφόρων εφαρμογών και τέλος, θα εξοικειωθούν με τις νέες αθλητικές τεχνολογίες για να δοκιμάσουν πώς αυτές οι τελευταίες θα τους παρακινήσουν ή όχι.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

12-15 ετών στο γυμνάσιο.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Περιγράψτε ποιες ικανότητες, δεξιότητες και γνώσεις χρειάζονται οι μαθητές εκ των προτέρων.

Οι μαθητές θα πρέπει να είναι σε θέση ήδη...

- Αναζητήστε πληροφορίες και ερμηνεύστε αυτό Χρησιμοποιήστε
- διαδικτυακές εφαρμογές
- Αναλύστε (δικά) ερευνητικά δεδομένα
- Παρουσιάστε και συζητήστε τα αποτελέσματα

Οι μαθητές πρέπει να γνωρίζουν ήδη....

- Τα βασικά του αθλητισμού και της τεχνολογίας
- Τα βασικά της αγγλικής γλώσσας (για σύνδεση με μαθητές στο εξωτερικό)

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Αυτή είναι μια ατομική εργασία με στοιχεία κοινής χρήσης, συζήτησης και παρουσίασης μετά την ολοκλήρωση της εργασίας.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Παρασκευή: Απαιτείται πολύ λίγος χρόνος προετοιμασίας και προσπάθεια από τον δάσκαλο.

Αναμενόμενη συνολική διάρκεια της εργασίας: Ζητείται από τους μαθητές να παρακολουθούν τις καθημερινές συνήθειες άσκησης και τα στατιστικά τους για μια ολόκληρη εβδομάδα και στη συνέχεια να το σκεφτούν. Έτσι, συνολικά, περίπου 5-7 ημέρες σε διάρκεια (ανάλογα με τις συνήθειες άσκησης του κάθε μαθητή) με μικρή προσπάθεια κάθε μέρα



ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΠΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η εργασία αποτελείται από τρία μέρη, είναι στο χέρι σας να επεξεργαστείτε αυτά τα τρία μέρη και να τα ενσωματώσετε ως ένα, πράγμα που σημαίνει ότι πρέπει να τα παραδώσετε ως σύνολο.

Είναι στο χέρι σας να αποφασίσετε ποια μορφή άσκησης θα επιλέξετε. Μπορείτε να επιλέξετε να εργαστείτε στο Word, αλλά το Prezi, το PowerPoint κ.λπ. είναι επίσης καλές επιλογές. Επιλέξτε κάτι που σας ταιριάζει και για το οποίο είστε σίγουροι ότι αντικατοπτρίζει όλο το ζητούμενο περιεχόμενο. Βεβαιωθείτε ότι δεν εκτελείτε μόνο τις εργασίες, αλλά ότι γράφετε επίσης έναν τίτλο / πίνακα περιεχομένων / εισαγωγή / κ.λπ. Εξαρτάται από τη μορφή επεξεργασίας σας πώς δίνετε μορφή σε αυτό!

Μέρος 1

Διερευνήστε τι θεωρείται μια υγιεινή και ισορροπημένη ρουτίνα προπόνησης για τους εφήβους, ποια συστήματα, οδηγίες και νέες τεχνολογίες υπάρχουν για αυτό. Βρείτε μια οπτική αναπαράσταση αυτού και περιγράψτε το συνοπτικά.

Μέρος 2ο

Η οδηγία που βρήκατε πιθανώς αποτελείται από διαφορετικές συνήθειες προπόνησης και ρουτίνες. Για κάθε μέρος του, γράψτε μια άσκηση προπόνησης που κάνετε συχνά. Μπορείτε επίσης να το κάνετε πιο οπτικό σαν ένα κολλάζ, με εικόνες ή βίντεο από το πρόγραμμα προπόνησης που ακολουθήσατε.

Μέρος 3

Κρατήστε ένα ημερολόγιο προπόνησης για περίπου μια εβδομάδα. Υπάρχουν εύχρηστες εφαρμογές που έχουν αναπτυχθεί για να σας βοηθήσουν να το κάνετε αυτό (π.χ. Sworkit), αναζητήστε τις. Φροντίστε να είναι συνεχές τρέξιμο, για 5-7 συνεχόμενες ημέρες.

Μόνο τότε θα δώσει μια αντιπροσωπευτική εικόνα της ρουτίνας προπόνησής σας και μπορείτε να βγάλετε ουσιαστικά συμπεράσματα.

Φροντίστε να έχετε ένα πλήρες πλάνο προπόνησης, ώστε να παρουσιάζονται όλες οι ασκήσεις που ολοκληρώσατε.

Βεβαιωθείτε ότι είναι σαφές, λογικά διατυπωμένο και επομένως ευανάγνωστο.

Αξιολογήστε τον προγραμματιστή προπόνησής σας και βγάλτε ένα συμπέρασμα. Τι μπορείτε να πείτε για αυτό; Ψάξτε τι σημαίνει η σωστή ροή προπόνησης (αυτό είναι διαφορετικό για κάθε άτομο) και προχωρήστε σε αυτό το θέμα.

Στο τέλος, κάντε μια σύντομη παρουσίαση σχετικά με τα ευρήματά σας και τις προτάσεις σας που θα παρουσιαστούν σε μαθητές της τάξης σας και σε μαθητές στο εξωτερικό σε άλλα σχολεία στην Ευρώπη. Φροντίστε να συμπεριλάβετε και τα τρία μέρη της εργασίας!

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΛΙΚΑ

Οι μαθητές θα μπορούσαν να αναζητήσουν και να χρησιμοποιήσουν υπάρχουσες εφαρμογές στο App Store / Google Play Store για την εργασία που σας επιτρέπει να παρακολουθείτε όλους τους τύπους καθημερινής άσκησης (π.χ. Sworkit). Αυτές οι εφαρμογές υποστηρίζουν τον χρήστη με αναλυτικά στοιχεία και στατιστικά στοιχεία για κάθε τύπο άσκησης που επιλέγει, ενώ ο χρήστης θα μπορούσε ενδεχομένως να διατηρήσει άλλους χρήσιμους τύπους προσωπικών δεδομένων για την τελική του αξιολόγηση.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΠΟΧΟΙ

Με την ολοκλήρωση αυτής της εργασίας οι μαθητές θα γνωρίζουν:

- Πώς να ρυθμίσει έναν προγραμματιστή προπόνησης με τη βοήθεια της τεχνολογίας

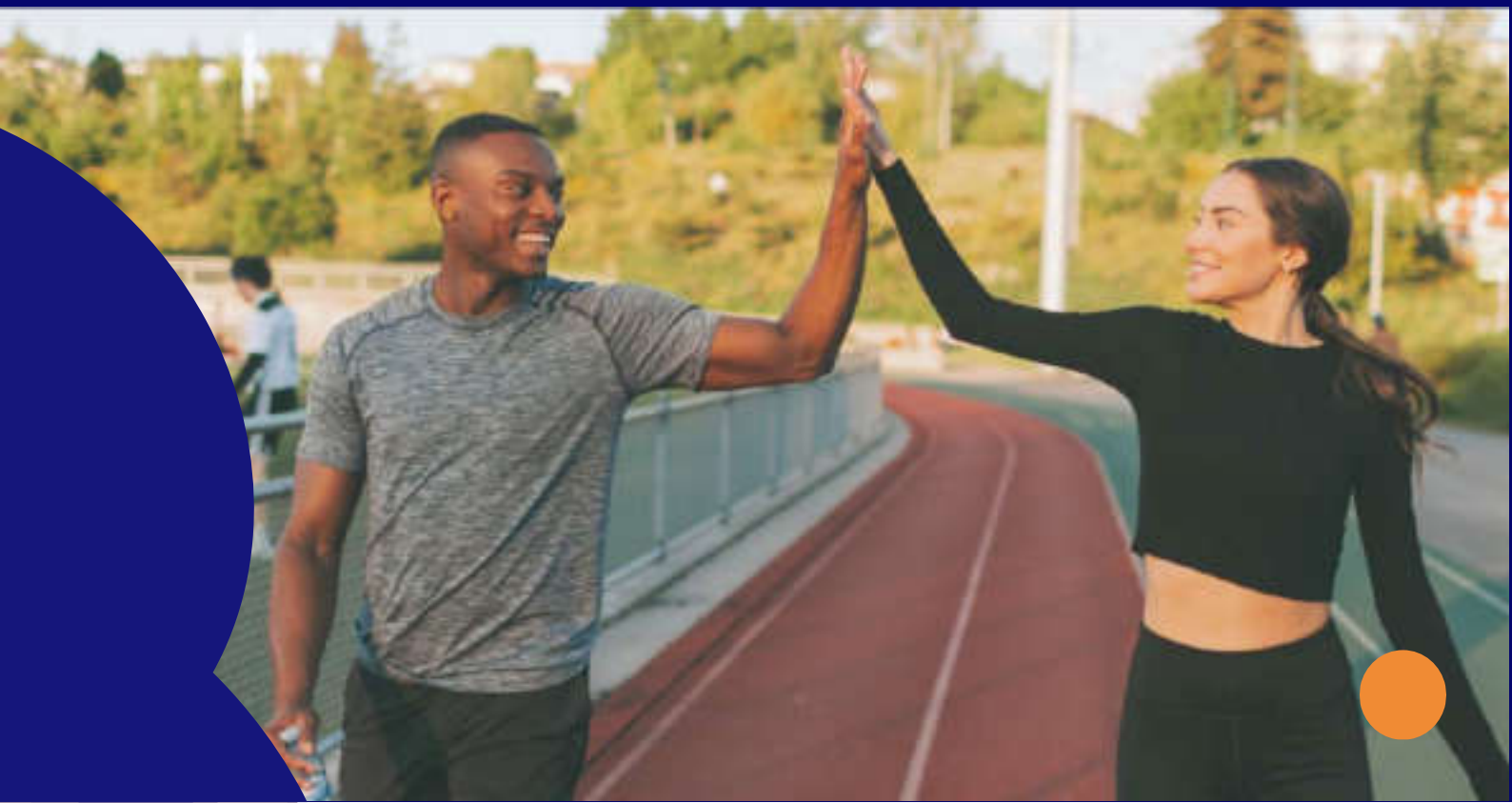
Οι μαθητές θα είναι σε θέση:

- Θέσει στόχους προπόνησης και κάνει μια λεπτομερή αυτοαξιολόγηση
- Λάβει πιο ενημερωμένες αποφάσεις σχετικά με τις προπονητικές τους συνήθειες

ΑΝΑΘΕΣΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΗΣ

Όνομα Αντρώνα Σταματία Χαλκίδη Άννα, Χρήστος Ζώτος, Ευρώπη Λώλου, Δημήτριος Βλαχοδημητρόπουλος
Οργάνωση Ήρσάκειο Γυμνάσιο Πατρών Στοιχεία επικοινωνίας: androna.s@earsakeio.gr, chalkidi.a@earsakeio.gr, zotos.ch@earsakeio.gr, lolou.e@earsakeio.gr, dimvla1966@gmail.com





Hall

ΣΥΝΤΟΜΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Στυλ Άσκησης

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Οι μαθητές συγκεντρώνονται σε ομάδες, 2 μαθητές ανά χώρα.

Οι μαθητές παρουσιάζουν και περιγράφουν ο ένας στον άλλο ένα δημοφιλές άθλημα/προπόνηση και ένα λιγότερο δημοφιλές προπόνηση/άθλημα στη χώρα τους: 1 άθλημα/προπόνηση από τη χώρα τους που θεωρείται το πιο δημοφιλές και 1 άθλημα/προπόνηση που είναι λιγότερο δημοφιλές αλλά αυτή τη στιγμή γίνεται μια νέα τάση. Οι μαθητές εξηγούν ο ένας στον άλλο τα οφέλη τους και γιατί αυτά είναι τόσο δημοφιλή ή όχι.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οργάνωση

Σε ομάδες των 2 ανά χώρα

Τεχνικά

Μέσω του Microsoft Teams, πρώτη συνεδρία ολομέλειας, μετά αίθουσες επιμέρους ομάδων σε ομάδες και τέλος ολομέλειας.

Αναμενόμενη συνολική διάρκεια: 1 ώρα συνολικά.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

ΑΝΑΘΕΣΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΗΣ

Με τη **τηνολοκλήρωση** **πυτήστης** **ηλεκτρονική** **εργασίας** **ρι** **μαθητές** **θα** **γνωρίζουν:**

- Ποια είναι τα τυπικά και παραδοσιακά αθλήματα/προπονήσεις στη χώρα τους και σε άλλες χώρες;
- Πώς αυτά τα αθλήματα/προπονήσεις σχετίζονται με μια ισορροπημένη προπόνηση και έναν υγιεινό τρόπο ζωής

Οι μαθητές θα είναι σε θέση:

- Συμμετέχουν σε συνομιλίες σε διεθνές πλαίσιο με τους συνομηλίκους τους

Όνομα Αντρώνα Σταματία Χαλκίδη Άννα, Χρήστος Ζώτος, Ευρώπη Λώλου, Δημήτριος Βλαχοδημητρόπουλος
Οργάνωση Ερσάκειο Γυμνάσιο Πατρών Στοιχεία επικοινωνίας: androna.s@earsakeio.gr , chalkidi.a@earsakeio.gr , zotos.ch@earsakeio.gr , lolou.e@earsakeio.gr , dimvla1966@gmail.com





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Εργασία μαθητή:
ΜάσκεςON!- ΚΛΕΙΣΟι μάσκες!



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



ΑΝΑΘΕΣΗ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει τα εξής θέματα:

- Θρέψη
- Άσκηση
- Ψυχική υγεία ✓
- Φυσική υγεία
- Ο δικός σας (υγιεινός και μαθησιακός) τρόπος ζωής
- Ο τρόπος ζωής των άλλων
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σπίτι
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σχολείο
- Άλλο θέμα, είναι:

Αυτή η ανάθεση είναι:

- Με βάση την πρόκληση
- Προσανατολισμός
- Με στόχο την προσωπική ανάπτυξη ✓

Λέξεις κλειδιά ή hashtags για αυτή η ανάθεση είναι:

Υγιεινός τρόπος ζωής
Ψυχική υγεία
Προσωπική ανάπτυξη

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει αυτές τις δραστηριότητες των μαθητών:

- Διερεύνηση ή έρευνα Επικοινωνήστε με
- ειδικούς και επαγγελματίες Παρουσιάστε και
- συζητήστε τα ευρήματά τους Άλλη ✓
- δραστηριότητα, που είναι: ✓

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει στοιχεία αυτών των σχολικών μαθημάτων:

- Ιστοματικά
- Αγγλικά ✓
- Φυσική αγωγή
- Βιολογία
- Γεωγραφία
- ΤΠΕ
- Η φυσική
- Ιστορία
- Άλλα θέματα, είναι: Προσωπική ανάπτυξη/ Διαπροσωπική Συναισθηματική Διαχείριση/ Ενδοπροσωπική Συναισθηματική Διαχείριση (το όνομα του θέματος μπορεί να διαφέρει από χώρα σε χώρα) ✓



Μάσκες ΟΝ! - ΚΛΕΙΣ οι μάσκες!

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σε αυτήν την εργασία οι μαθητές θα εργαστούν για να μεταδώσουν την αντίληψή τους για τον εαυτό τους και τον τρόπο που θεωρούν ότι τους βλέπουν οι άλλοι, χρησιμοποιώντας τεχνικές θεραπείας τέχνης

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

12-15 ετών στο γυμνάσιο.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Περιγράψτε ποιες ικανότητες, δεξιότητες και γνώσεις χρειάζονται οι μαθητές εκ των προτέρων.

Οι μαθητές θα πρέπει να είναι σε θέση ήδη...

- Χρησιμοποιήστε τις ομάδες Google meets/Zoom/Microsoft
- Χρησιμοποιήστε αγγλικά σε ελάχιστο επίπεδο Α2 (για αλληλεπίδραση με μαθητές στο εξωτερικό)
- Μιλήστε για τα συναισθήματά τους και ανοιχτείτε στους άλλους

ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αυτό ξεκινά ως ατομική εργασία και στη συνέχεια θα είναι ομαδική, με κοινή χρήση, συζήτηση και στοιχεία παρουσίασης μετά την ολοκλήρωση της εργασίας, σε ομάδες που δεν υπερβαίνουν τους 20 μαθητές (ή το πολύ 5/χώρα, εάν είναι online).

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Χρόνος προετοιμασίας που χρειάζεται ο δάσκαλος και οι μαθητές):
Μεταξύ 1-2 ωρών για να προμηθευτείτε τα απαραίτητα υλικά.

Αναμενόμενη συνολική διάρκεια της ανάθεσης για την εκτέλεση της εργασίας: 50 λεπτά (εκτός σύνδεσης ή online).



ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΠΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Μέρος 1 (πριν από την τάξη):

- Ζητήστε προηγουμένως από τα παιδιά να φέρουν για την εργασία στην τάξη τους τα ακόλουθα υλικά:
- Μαλύβια / μαρκαδόροι / στυλό /
- κραγιόνια Περιοδικά / Εφημερίδες
- Χαρτομάντηλο
- Ψαλίδι
- πούλιες
- Σπίθες
- Φτερά
- Κόλλα
- Τυπωμένη μάσκα (βλέπε συνημμένο μοντέλο- μπορούν να επιλέξουν ανάμεσα στα 2 μοντέλα).

Μέρος 2 (30 λεπτά):

Ζητήστε από τα παιδιά να χρησιμοποιήσουν το μπροστινό μέρος της μάσκας για να απεικονίσουν πώς πιστεύουν ότι τα αντιλαμβάνονται οι άλλοι χρησιμοποιώντας σχέδια, σύμβολα και λέξεις.

Ζητήστε τους να ζωγραφίσουν πώς βλέπουν τον εαυτό τους στο πίσω μέρος της μάσκας, ειδικά με τρόπους που κάνουν αντίθεση από μπροστά. Ο δάσκαλος θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει τις ακόλουθες απλές οδηγίες:

- Διακοσμήστε το εξωτερικό της μάσκας για να αντικατοπτρίζει το πώς πιστεύετε ότι σας βλέπουν οι άλλοι ή ο έξω κόσμος. Διακοσμήστε το
- εσωτερικό της μάσκας για να αντικατοπτρίζει την προσωπικότητά σας (το εσωτερικό σας)
- Δεν υπάρχει σωστός ή λάθος τρόπος να γίνει αυτό. Μπορείτε επίσης να επιλέξετε από μια μεγάλη γκάμα υλικών.

Μέρος 3 (20 λεπτά):

Ο δάσκαλος θα ζητήσει από τους μαθητές να παρουσιάσουν τις διακοσμημένες μάσκες τους βοηθώντας τους να επεξεργαστούν την περιγραφή τους με πρόσθετες ερωτήσεις, όπως:

- Περιγράψτε τις ομοιότητες και τις διαφορές μεταξύ του εσωτερικού και του εξωτερικού τμήματος της μάσκας.
- Γιατί πιστεύεις ότι σου αρέσει να σε βλέπουν οι άλλοι έτσι;
- Υπάρχει κάτι στον τρόπο ζωής σας που προτιμάτε να γνωρίζουν μόνο κάποιοι άνθρωποι (για παράδειγμα η οικογένειά σας, οι στενοί σας φίλοι κ.λπ.)
- Ποια είναι η σχέση μεταξύ του εξωτερικού και του εσωτερικού εαυτού σας;
- Έχετε κάποιον φίλο ή μέλος της οικογένειας που οι άλλοι τον/την θεωρούν με έναν συγκεκριμένο τρόπο, αλλά ξέρετε σίγουρα ότι δεν είναι αλήθεια; Εξηγώ.
- Τι έχετε ανακαλύψει για τον εαυτό σας ως αποτέλεσμα του έργου της μάσκας;

ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΠΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Εάν οι ερωτήσεις είναι δύσκολες, ο δάσκαλος θα μπορούσε να τις απλοποιήσει. Επιτρέψτε στα παιδιά να συζητήσουν και να μοιραστούν τις μάσκες τους. Μερικά παιδιά θα διστάζουν να μοιραστούν τα έργα τέχνης τους, αλλά μπορείτε πάντα να τα παροτρύνετε να μιλήσουν για το θέμα αντί να το εκθέσουν.

Ως συμπέρασμα, ο δάσκαλος θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει το ακόλουθο κείμενο για να συνοψίσει την τάξη: Οι μάσκες είναι θέμα επικοινωνία μέσω της φθαρμένης εικόνας ενός προσώπου. Έχετε δει ότι μερικές φορές υπάρχει διαφορά μεταξύ του τρόπου που βλέπουμε ο ένας τον άλλον, του τρόπου που μας βλέπουν οι άλλοι και του τρόπου που πραγματικά θέλουμε να είμαστε. Βάζουμε ακόμη και μια μάσκα στον λογαριασμό μας στο Instagram, στο Tik Tok ή στο Facebook, παρουσιάζοντας μια πιο «δρoσερή» εκδοχή του εαυτού μας.

Οι μάσκες έχουν την ικανότητα να φέρνουν στη συνείδηση πώς βλέπουμε τον εαυτό μας ή τι θέλουμε να είμαστε.

Αυτό το έργο υποθέτει ότι όλοι φοράμε μάσκες, αποκαλύπτοντας διαφορετικές πλευρές του εαυτού μας στον έξω κόσμο.

Είναι καλό να έχουμε αυτά τα συναισθήματα και αυτή η διαδικασία σπλώς μας βοηθά να κατανοήσουμε καλύτερα τον εαυτό μας και να αποδεχθούμε τις πολλές μας ιδιότητες και επίσης μας βοηθά να αρχίσουμε να κάνουμε σχέδια για να φτάσουμε στην καλύτερη εκδοχή μας (όπως θέλουμε να είμαστε) και να αφήσουμε τους άλλους να δουν αυτό επίσης.

Απλώς αυξάνουμε την επίγνωσή μας γι' αυτό και εξασκούμε να αγκαλιάζουμε όλες τις πτυχές του εαυτού μας.

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

- Μολύβια / μαρκαδόροι / στυλό / κραγιόνια • Περιοδικά / Εφημερίδες
- Χαρτομάντηλο
- Ψαλίδι
- πούλιες
- Σπίθες
- Φτερά
- Κόλλα
- Τυπωμένη μάσκα (δείτε το συνημμένο μοντέλο - μπορούν να επιλέξουν ανάμεσα στα 2 μοντέλα)

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

Με την ολοκλήρωση αυτής της εργασίας, οι μαθητές θα γνωρίζουν:

- Κάντε τη διαφορά στον τρόπο που βλέπουν ο ένας τον άλλον. όπως τους βλέπουν οι άλλοι και όπως πραγματικά θέλουν να είναι
- Αρχίστε να σκέφτεστε πώς να αυτοβελτιωθείτε, ώστε να φτάσουν στην καλύτερη εκδοχή του εαυτού τους
- Αρχίστε να σκέφτεστε καλύτερους τρόπους επικοινωνίας με το εξωτερικό για τον εαυτό τους, έτσι ώστε το χάσμα μεταξύ του τρόπου που είναι/ του τρόπου που θέλουν να είναι και του τρόπου με τον οποίο οι άλλοι βλέπουν τον εαυτό τους να είναι μικρότερο.

ΑΝΑΘΕΣΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΗΣ

Όνομα: Ρουξάντρα ΣΤΑΝΙΤΣΑ

Οργάνωση: GESEME, Ισπανία

Στοιχεία επικοινωνίας: ruxandra.stanica@geseme.com





ONLINE INTERACTIVE & ΔΙΕΘΝΗΣ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ- ΑΝΩ ΕΡΓΑΣΙΑ

Οι μάσκες των μέσων κοινωνικής δικτύωσης ενεργοποιούνται! - OFF οι μάσκες!

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτή την εργασία οι μαθητές θα εργαστούν για να μεταδώσουν την αντίληψή τους για τον εαυτό τους και τον τρόπο που θεωρούν ότι τους βλέπουν οι άλλοι.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οργάνωση Σε ομάδες (πόσο μεγάλος, πόσα, ανά χώρα, μικτή, μεμονωμένα;) κ.λπ.

- Μέγιστος αριθμός 20 μαθητών (ή 5 μαθητές/χώρα) **Τεχνικά Ποιο(α) διαδικτυακό(α) εργαλείο; ολομέλεια? αίθουσες επισκέψεων; και τα λοιπά.**
- Χρησιμοποιήστε τις ομάδες Google meets/Zoom/ Microsoft Αναμενόμενη συνολική διάρκεια: 50 λεπτά

ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΠΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Βάλτε τους μαθητές να καθίσουν μαζί σε μικρές διαδικτυακές αίθουσες 2 ή 4 ατόμων.

Στη συνέχεια θα ανταλλάσσουν και θα αναζητούν τα στοιχεία του λογαριασμού τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Facebook, Instagram ή κάτι τέτοιο) μεταξύ τους. Στη συνέχεια, αφιερώνουν λίγο χρόνο για να ερευνήσουν και στη συνέχεια να πουν μερικά πράγματα για τους άλλους, με βάση την παρουσία των συνομηλίκων τους στο διαδίκτυο: χόμπι, τον τρόπο που είναι/φαίνονται κ.λπ. Στη συνέχεια, ελέγξτε το μαζί τους στη μετατροπή τους και να το ξαναπιάσουμε από την αρχή. Με αυτόν τον τρόπο ανακαλύπτουν ποιος βρίσκεται πίσω από τη «μάσκα των μέσων κοινωνικής δικτύωσης» και πώς τους βλέπουν οι άλλοι και πώς βλέπουν τους άλλους.

Ο δάσκαλος θα καθοδηγήσει τους μαθητές να απαντήσουν με βάση ερωτήσεις όπως:

- Τι πιστεύετε για το προφίλ στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης που μόλις είδατε; (Είναι χαρούμενο, δρασερό, μυστηριώδες, δεν υπάρχουν πολλές πληροφορίες κ.λπ.)
- Τι σας άρεσε περισσότερο σε αυτό το προφίλ; - Τι χόμπι πιστεύεις ότι έχει το άτομο πίσω από αυτό το προφίλ;
- Πιστεύετε ότι έχετε κοινά πράγματα; Τι πράγματα?
- Αν ήταν τα γενέθλια αυτού του ατόμου, τι δώρο θα του/της έκανες;
- Θα θέλατε να προσθέσετε/κοινοποιήσετε παρόμοια πράγματα στο προφίλ σας (να δημιουργήσετε ξανά κάποιες φωτογραφίες, για παράδειγμα);
- Εάν το άτομο από αυτό το άτομο θα ήταν ζώο, ποιο ζώο θα ήταν; Γιατί;

Στο τέλος, κάθε μαθητής θα σχολιάσει τις περιγραφές που έλαβε από τα αχλάδια του (με τι συμφωνεί/ τι δεν συμφωνεί, πράγματα να προσθέσει, κ.λπ.).

Ως συμπέρασμα, ο δάσκαλος θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει το ακόλουθο κείμενο για να συνοψίσει την τάξη:

Στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης οι άνθρωποι παρουσιάζουν μερικές φορές μια διαφορετική εικόνα για τον εαυτό τους, μια πιο «ψυχρή» όπως θεωρούν ότι είναι. Είναι σαν να βάζεις μια μάσκα στο πρόσωπό σου. Έχετε δει ότι μερικές φορές υπάρχει διαφορά μεταξύ του τρόπου που βλέπουμε ο ένας τον άλλον, του τρόπου που μας βλέπουν οι άλλοι και του τρόπου που πραγματικά θέλουμε να είμαστε. Οι μάσκες έχουν την ικανότητα να φέρνουν στη συνείδηση πώς βλέπουμε τον εαυτό μας ή τι θέλουμε να είμαστε.

**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

Αυτό το έργο υποθέτει ότι όλοι φοράμε μάσκες, αποκαλύπτοντας διαφορετικές πλευρές του εαυτού μας στον έξω κόσμο. Είναι καλό να έχουμε αυτά τα συναισθήματα και αυτή η διαδικασία απλώς μας βοηθά να κατανοήσουμε καλύτερα τον εαυτό μας και να αποδεχθούμε τις πολλές μας ιδιότητες και επίσης μας βοηθά να αρχίσουμε να κάνουμε σχέδια για να φτάσουμε στην καλύτερη εκδοχή μας (όπως θέλουμε να είμαστε) και να αφήσουμε τους άλλους να δουν αυτό επίσης. Απλώς αυξάνουμε την επίγνωσή μας γι' αυτό και εξασκούμενα αγκαλιάζουμε όλες τις πτυχές του εαυτού μας.





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Εργασία μαθητή:
Τα πάντα για την υγεία μας



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



ΑΝΑΘΕΣΗ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει τα εξής θέματα:

- Θρέψη ✓
- Άσκηση ✓
- Ψυχική υγεία ✓
- Φυσική υγεία ✓
- Ο δικός σας (υγιεινός και μαθησιακός) τρόπος ζωής ✓
- Ο τρόπος ζωής των άλλων ✓
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σπίτι
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σχολείο
- Άλλο θέμα, είναι: η παχυσαρκία μεταξύ των μαθητών ✓

Αυτή η ανάθεση είναι:

- Με βάση την πρόκληση ✓
- Προσανατολισμός ✓
- Με στόχο την προσωπική ανάπτυξη ✓

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει αυτές τις δραστηριότητες των μαθητών:

- Διερεύνηση ή έρευνα Επικοινωνήστε με ✓
- ειδικούς και επαγγελματίες Παρουσιάστε και ✓
- συζητήστε τα ευρήματά τους Άλλη ✓
- δραστηριότητα, που είναι:

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει στοιχεία αυτών των σχολικών μαθημάτων:

- Μαθηματικά ✓
- Αγγλικά ✓
- Φυσική αγωγή ✓
- Βιολογία ✓
- Γεωγραφία ✓
- ΤΠΕ ✓
- Η φυσική
- Ιστορία
- Άλλα θέματα, είναι:

Λέξεις-κλειδιά ή hashtags για αυτήν την εργασία είναι:

Ευσαρκία
Κίνηση
Τεχνολογία



Τα πάντα για την υγεία μας

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σε αυτή τη δραστηριότητα, οι μαθητές θα αναζητήσουν πληροφορίες σχετικά με την παχυσαρκία και τον κίνδυνο αυτής της κατάστασης στη σωματική, ψυχική και συναισθηματική υγεία.

Οι μαθητές θα σκεφτούν και θα επεξεργαστούν ένα πρόγραμμα γυμναστικής για έναν έφηβο με μέτρια παχυσαρκία, θα παρακινήσουν την επιλογή τους. Επιπλέον, θα εξετάσουν και θα μιλήσουν για προσωπικές εμπειρίες, θα προσπαθήσουν να το κάνουν επικοινωνούν με υπέρβαρους εφήβους στο σχολείο τους μέσω ανώνυμων ερωτηματολογίων και θα συλλέγουν πληροφορίες σχετικά με τις καθημερινές τους συνήθειες.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

12-15 ετών στο γυμνάσιο.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Οι μαθητές πρέπει ήδη

- Γνωρίζετε βασικά στοιχεία αθλητισμού και τεχνολογίας Να έχετε βασικές δεξιότητες επικοινωνίας στα Αγγλικά (για να επικοινωνείτε με μαθητές από άλλες χώρες).

Οι μαθητές θα πρέπει ήδη να μπορούν

- Αναζητήστε πληροφορίες και ερμηνεύστε τις Χρησιμοποιήστε
- Διαδικτυακές εφαρμογές
- Αναλύουν δεδομένα που έχουν προκύψει από την έρευνά τους
- Παρουσιάζουν και συζητούν τα αποκτηθέντα αποτελέσματα

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Αυτή η δραστηριότητα πρέπει να διεξάγεται μεμονωμένα, συνεπάγεται κοινή χρήση, συζήτηση και παρουσίαση των αποτελεσμάτων στο τέλος της δραστηριότητας

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Χρόνος προετοιμασίας που χρειάζεται ο δάσκαλος: Απαιτείται πολύ λίγος χρόνος και προσπάθεια από τον δάσκαλο για την προετοιμασία αυτής της δραστηριότητας

Αναμενόμενη συνολική διάρκεια της ανάθεσης (για την εκτέλεση της εργασίας): Ζητείται από τους μαθητές να ενημερωθούν για την παχυσαρκία και τους κινδύνους αυτής της πάθησης στη σωματική, ψυχική και συναισθηματική υγεία. Θα μελετήσουν τις καθημερινές συνήθειες ενός υπέρβαρου εφήβου σχετικά με τις διατροφικές του συνήθειες και τις σωματικές του προσπάθειες και στη συνέχεια θα κάνουν μια ανάλυση swot που θα οδηγήσει σε ένα πρόγραμμα φυσικής κατάστασης για έναν έφηβο με μέτρια παχυσαρκία. Θα παρακινήσουν την επιλογή τους.



ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΠΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

Η εργασία αποτελείται από τρία μέρη, είναι στο χέρι σας να επεξεργαστείτε αυτά τα τρία μέρη και να τα ενσωματώσετε ως ένα, πράγμα που σημαίνει ότι πρέπει να τα παραδώσετε ως σύνολο.

Είναι στο χέρι σας να αποφασίσετε ποια μορφή άσκησης θα επιλέξετε. Μπορείτε να επιλέξετε να εργαστείτε στο Word, αλλά το Prezi, το PowerPoint κ.λπ. είναι επίσης καλές επιλογές. Επιλέξτε κάτι που σας ταιριάζει και για το οποίο είστε σίγουροι ότι αντικατοπτρίζει όλο το ζητούμενο περιεχόμενο. Βεβαιωθείτε ότι δεν εκτελείτε μόνο τις εργασίες, αλλά ότι γράφετε επίσης έναν τίτλο / πίνακα περιεχομένων / εισαγωγή / κ.λπ. Εξαρτάται από τη μορφή επεξεργασίας σας πώς δίνετε μορφή σε αυτό!

Μέρος 1

Διερευνήστε τι θεωρείται υπέρβαρο και τις επιπτώσεις αυτής της πάθησης σε ευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο. Δείτε πώς η σωματική προσπάθεια και ο υγιεινός τρόπος ζωής βοηθούν στην αντιμετώπιση και μείωση της παχυσαρκίας.

Μέρος 2ο

Οι μαθητές θα ζητήσουν από τους συναδέλφους τους να απαντήσουν στα διαδικτυακά ερωτηματολόγια για να συγκεντρώσουν πληροφορίες για το καθημερινό πρόγραμμα των συμμαθητών τους. Συγκεντρώστε τα αποτελέσματα σχετικά με τις κακές συνήθειες και τον (αν)υγιεινό τρόπο ζωής και κάντε μια σύντομη αναφορά.

Μέρος 3

Με βάση τις σπουδές σας, επεξεργαστείτε ένα πρόγραμμα γυμναστικής + διατροφή (για μια εβδομάδα) για έναν υπέρβαρο έφηβο και παρακινήστε την επιλογή σας. Στο τέλος, κάντε μια σύντομη παρουσίαση σχετικά με τα ευρήματά σας και συστάσεις που πρέπει να παρουσιαστούν σε μαθητές της τάξης σας και σε μαθητές στο εξωτερικό σε άλλα σχολεία στην Ευρώπη. Φροντίστε να συμπεριλάβετε και τα τρία μέρη της εργασίας!

Οι μαθητές μπορούν να αναζητήσουν και να χρησιμοποιήσουν εφαρμογές που υπάρχουν ήδη στο App Store/Google Play Store για αυτήν τη δραστηριότητα. Οι Φόρμες Google προτείνονται για τα ερωτηματολόγια, αλλά μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε μια εφαρμογή της επιλογής σας.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΠΟΧΟΙ

Με τη νοοκλήρωση η φυτική εργασία οι μαθητές θα γνωρίζουν:

- Σχετικά με την παχυσαρκία και τους κινδύνους της
- Πώς να αξιολογήσει τα αποτελέσματα και να επεξεργαστεί ένα πρόγραμμα

Οι μαθητές θα είναι σε θέση:

- Θέσει στόχους και κάνει μετρήσιμη αξιολόγηση Επεξεργαστείτε
- ένα ημερήσιο και εβδομαδιαίο πρόγραμμα δραστηριοτήτων για τον εαυτό του/της και για τους εφήβους που το χρειάζονται
- Δώστε παραδείγματα καλών/κακών πρακτικών σχετικά με έναν υγιεινό τρόπο ζωής

ΑΝΑΘΕΣΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΗΣ

Όνομα: Vieru Iolanda Daniela, Nacu Constantin Οργάνωση:

Πρόγραμμα Liceul cu Sportiv Botosani Στοιχεία

επικοινωνία: iolanda_40@yahoo.com profna

cu_30@yahoo.com carmensilva75@yahoo.com ,

oana_balauca@yahoo.com





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Η σημασία του νερού για
Το ανθρώπινο σώμα



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



ΑΝΑΘΕΣΗ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει τα εξής θέματα:

- Θρέψη ✓
- Άσκηση
- Ψυχική υγεία
- Φυσική υγεία ✓
- Ο δικός σας (υγιεινός και μαθησιακός) τρόπος ζωής ✓
- Ο τρόπος ζωής των άλλων
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σπίτι
- Οι συνθήκες υγιεινού και μαθησιακού τρόπου ζωής στο σχολείο
- Άλλο θέμα, είναι:

Αυτή η ανάθεση είναι:

- Με βάση την πρόκληση
- Προσανατολισμός ✓
- Με στόχο την προσωπική ανάπτυξη ✓

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει αυτές τις δραστηριότητες των μαθητών:

- Διερεύνηση ή έρευνα Επικοινωνήστε με ✓
- ειδικούς και επαγγελματίες Παρουσιάστε και ✓
- συζητήστε τα ευρήματά τους Άλλη ✓
- δραστηριότητα, που είναι:

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει στοιχεία αυτών των σχολικών μαθημάτων:

- Μαθηματικά
- Αγγλικά ✓
- Φυσική αγωγή
- Βιολογία ✓
- Γεωγραφία
- ΤΠΕ
- Η φυσική
- Ιστορία
- Άλλα θέματα, είναι:

Λέξεις-κλειδιά ή hashtags για αυτήν την εργασία είναι:

Θρέψη

Διατροφικές συνήθειες

Ημερήσια πρόσληψη αναφοράς



Η σημασία του νερού για τον ανθρώπινο οργανισμό

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σε αυτή τη δραστηριότητα, οι μαθητές θα λάβουν πληροφορίες σχετικά με την επαρκή κατανάλωση νερού καθώς και τη σημασία του νερού για τον ανθρώπινο οργανισμό. Επιπλέον, οι μαθητές θα παρακολουθήσουν και θα αναλύσουν τις δικές τους συνήθειες ενυδάτωσης.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

**7-16 ετών σε πρωτοβάθμια, δευτεροβάθμια και
βαθμοί γυμνασίου.**

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Περιγράψτε ποιες ικανότητες, δεξιότητες και γνώσεις χρειάζονται οι μαθητές εκ των προτέρων.

Οι μαθητές θα πρέπει ήδη να γνωρίζουν πώς να:

- Αναζητάτε πληροφορίες και εφαρμόζετε τις χρησιμοποιήστε
- εφαρμόζεις στο διαδίκτυο
- Αναλύστε δεδομένα ε (ιδικά) αποτελέσματα από έρευνες
- Παρουσιάστε και συζητήστε τα αποτελέσματα που προέκυψαν

Οι μαθητές θα πρέπει να είναι σε θέση ήδη:

- Γνωρίστε τρόπους ενυδάτωσης του ανθρώπινου σώματος Να έχετε
- βασικές γνώσεις αγγλικών (για να συνδεθείτε με φοιτητές στο εξωτερικό)

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Αυτή είναι μια ομαδική δραστηριότητα που περιλαμβάνει στοιχεία κοινής χρήσης, συζήτησης και παρουσίασης των αποτελεσμάτων με την ολοκλήρωση της δραστηριότητας.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Χρόνος προετοιμασίας που χρειάζεται ο δάσκαλος (και οι μαθητές):
Απαιτείται πολύ λίγος χρόνος προετοιμασίας και προσπάθεια από τον δάσκαλο.

Αναμενόμενη συνολική διάρκεια της ανάθεσης (για την εκτέλεση της εργασίας): Ζητείται από τους μαθητές να ακολουθήσουν τις ενυδατικές τους συνήθειες (πίνοντας για μια ολόκληρη εβδομάδα και στη συνέχεια διαλογισμό.) Έτσι, καλύπτοντας όλες τις πτυχές, διάρκειας περίπου 10 ημερών, με λίγη προσπάθεια κάθε μέρα.





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Ενεργό μυαλό, υγιές σώμα:

Εξερεύνηση εγκεφάλου- σώματος

Σύνδεση



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Ενεργό μυαλό, υγιές σώμα: Εξερευνώντας τη σύνδεση εγκεφάλου-σώματος

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει τη φυσική αγωγή και τη βιολογία για να διερευνήσει τη σύνδεση μεταξύ της φυσικής δραστηριότητας και της γνωστικής λειτουργίας. Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν το Lû Playground, ένα διαδραστικό σύστημα γυμναστικής και μάθησης, για να συμμετάσχουν σε διάφορες σωματικές δραστηριότητες που διεγείρουν την εγκεφαλική δραστηριότητα. Θα εξερευνήσουν τα αποτελέσματα της άσκησης στον εγκέφαλο και θα δημιουργήσουν μια παρουσίαση που θα παρουσιάζει τα ευρήματά τους.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασική κατανόηση του ανθρώπινου εγκεφάλου και των λειτουργιών του, εξοικείωση με το σύστημα Lû Playground και ενδιαφέρον για τη σχέση μεταξύ σωματικής δραστηριότητας και γνωστικής απόδοσης.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Μικρές ομάδες (3-4 μαθητές) Η εργασία εκτελείται μέσω σωματικών δραστηριοτήτων με χρήση της παιδικής χαράς LÜ, έρευνας, συλλογής δεδομένων, ανάλυσης και δημιουργίας παρουσίασης.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε την έννοια της σύνδεσης εγκεφάλου-σώματος και τα πιθανά οφέλη της σωματικής δραστηριότητας στη γνωστική λειτουργία.

β) Εξερεύνηση παιδικής χαράς Lū

Οι μαθητές συμμετέχουν σε διάφορες σωματικές δραστηριότητες χρησιμοποιώντας το σύστημα Lū Playground. Εξερευνούν διάφορα παιχνίδια και ασκήσεις που έχουν σχεδιαστεί για να διεγείρουν την εγκεφαλική δραστηριότητα και να ενισχύσουν τη γνωστική απόδοση.

γ) Έρευνα και Συλλογή Δεδομένων

Οι μαθητές διεξάγουν έρευνα σχετικά με τη σχέση μεταξύ σωματικής δραστηριότητας και εγκεφαλικής λειτουργίας. Συλλέγουν δεδομένα σχετικά με γνωστικά μέτρα όπως η μνήμη, η προσοχή και η επίλυση προβλημάτων πριν και μετά την ενασχόληση με τις δραστηριότητες Lū Playground.

δ) Ανάλυση Δεδομένων και Ευρήματα

Οι μαθητές αναλύουν τα δεδομένα που συλλέχθηκαν και εξαγωγή συμπεράσματα σχετικά με τις επιπτώσεις της σωματικής δραστηριότητας στη γνωστική λειτουργία. Εντοπίζουν μοτίβα, συσχετισμούς και πιθανούς μηχανισμούς που βρίσκονται κάτω από τη σύνδεση εγκεφάλου-σώματος.

ε) Δημιουργία Παρουσίασης

Οι μαθητές δημιουργούν μια οπτικά ελκυστική παρουσίαση που παρουσιάζουν τα ευρήματά τους. Παρουσιάζουν τα δεδομένα, την ανάλυση και τα συμπεράσματά τους στην τάξη, επισημαίνοντας τα πιθανά οφέλη της σωματικής δραστηριότητας για τη γνωστική υγεία.

Πρόσβαση στο σύστημα Lū Playground, ερευνητικό υλικό, εργαλεία συλλογής δεδομένων (π.χ. έρευνες, γνωστικά τεστ), λογισμικό παρουσίασης.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Κατανοήσιμη σύνδεση εγκεφάλου-σώματος και την επίδραση της σωματικής δραστηριότητας στη γνωστική λειτουργία.
- Αποκτήστε πρακτική εμπειρία με το σύστημα Lü Playground και εξερευνήστε τα πιθανά οφέλη του.
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων έρευνας και ανάλυσης δεδομένων.
- Ενίσχυση των δεξιοτήτων παρουσίασης και επικοινωνίας.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Φυσική Αγωγή, Βιολογία.

HASHTAGS

#BrainBodyConnection #ActiveMindHealthyBody
#Lü Παιδική χαρά





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

Πρόκληση γυμναστικής για ενίσχυση του εγκεφάλου

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήν τη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να σχεδιάσουν μια πρόκληση φυσικής κατάστασης που ενισχύει τον εγκέφαλο για τους συνομηλίκους τους. Βασιζόμενοι στην εργασία «Ένεργό μυαλό, υγιές σώμα: εξερευνώντας τη σύνδεση εγκεφάλου-σώματος», οι συμμετέχοντες θα μοιραστούν τα ευρήματά τους, θα ανταλλάξουν ιδέες και θα δημιουργήσουν μια συλλογική πρόκληση φυσικής κατάστασης που συνδυάζει τη σωματική δραστηριότητα και τη γνωστική διέγερση.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Χρησιμοποιώντας διαδικτυακά εργαλεία συνεργασίας, θα συζητήσουν τα ευρήματά τους, θα κάνουν καταγίγμο ιδεών για δραστηριότητες φυσικής κατάστασης που εμπλέκουν τον εγκέφαλο και θα αναπτύξουν ένα συλλογικό σχέδιο πρόκλησης φυσικής κατάστασης. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει την πρόκληση φυσικής κατάστασης σε όλη την ομάδα για σχόλια και προτάσεις.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και συνεργασίας σε δραστηριότητες φυσικής κατάστασης που ενισχύουν τον εγκέφαλο.
- Εφαρμοσμένα ευρήματα της έρευνας σχετικά με τη σύνδεση εγκεφάλου-σώματος σε πρακτικές προκλήσεις.
- Ενισχύση της δεξιότητας φεμαδικής εργασίας και επικοινωνίας σε ένα πολυπολιτισμικό περιβάλλον.
- Προώθηση της σωματικής δραστηριότητας και της γνωστικής διέγερσης





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Υγιή Οικοσυστήμα τα, Υγιή
Ζωές



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Υγιή Οικοσυστήματα, Υγιείς Ζωές

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει βιολογία και γεωγραφία για να διερευνήσει τις διασυνδέσεις μεταξύ των οικοσυστημάτων και της ανθρώπινης ευημερίας. Οι μαθητές θα διερευνήσουν τον αντίκτυπο των περιβαλλοντικών παραγόντων στην υγεία, θα αναλύσουν τη σχέση μεταξύ της βιοποικιλότητας και των υπηρεσιών οικοσυστήματος και θα προτείνουν στρατηγικές για την προώθηση τόσο της διατήρησης του οικοσυστήματος όσο και της ανθρώπινης υγείας.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασικές γνώσεις βιολογίας και γεωγραφίας, κατανόηση οικολογικών εννοιών και ερευνητικές δεξιότητες.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Ατομική ή μικρές ομάδες (3-4 μαθητές) Η εργασία μπορεί να ολοκληρωθεί είτε ως έρευνας ατομική ή ομαδικής εργασίας και παρουσιάσεων.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε τη σημασία των υγιών οικοσυστημάτων για την ανθρώπινη ευημερία και τις συνδέσεις μεταξύ της βιοποικιλότητας, των υπηρεσιών οικοσυστήματος και της ανθρώπινης υγείας.

β) Έρευνα και Ανάλυση

Οι μαθητές διεξάγουν έρευνα για συγκεκριμένα οικοσυστήματα και τις επιπτώσεις τους στην ανθρώπινη υγεία. Αναλύουν τη σχέση μεταξύ της βιοποικιλότητας και των υπηρεσιών οικοσυστήματος όπως το καθαρό νερό, η επισιτιστική ασφάλεια και η ρύθμιση του κλίματος.

γ) Ανάλυση Μελέτης Περίπτωσης

Οι μαθητές εξετάζουν περιπτωσιολογικές μελέτες που καταδεικνύουν τις θετικές ή αρνητικές επιπτώσεις της υγείας του οικοσυστήματος στις ανθρώπινες κοινότητες. Αναλύουν τους παράγοντες που συμβάλλουν σε αυτά τα αποτελέσματα και εντοπίζουν διδάγματα.

δ) Πρόταση για Διατήρηση και Υγεία Οικοσυστήματος Με βάση την έρευνά τους και την ανάλυση της μελέτης περίπτωσης, οι μαθητές αναπτύσσουν προτάσεις για την προώθηση της διατήρησης του οικοσυστήματος και της ανθρώπινης υγείας. Προτείνουν στρατηγικές για την ενίσχυση της ανθεκτικότητας του οικοσυστήματος και της ευημερίας της κοινότητας.

ε) Παρουσίαση και Συζήτηση

Οι μαθητές παρουσιάζουν τις προτάσεις τους και συμμετέχουν σε μια συζήτηση με τους συμμαθητές. Παρέχουν σχόλια, προτάσεις και πιθανές συνεργασίες για τη βελτίωση των προτάσεών τους.

Πρόσβαση στο διαδίκτυο για ερευνητικούς σκοπούς, συγγραφικό υλικό, πρόσβαση σε μελέτες περιπτώσεων και ερευνητικά άρθρα.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

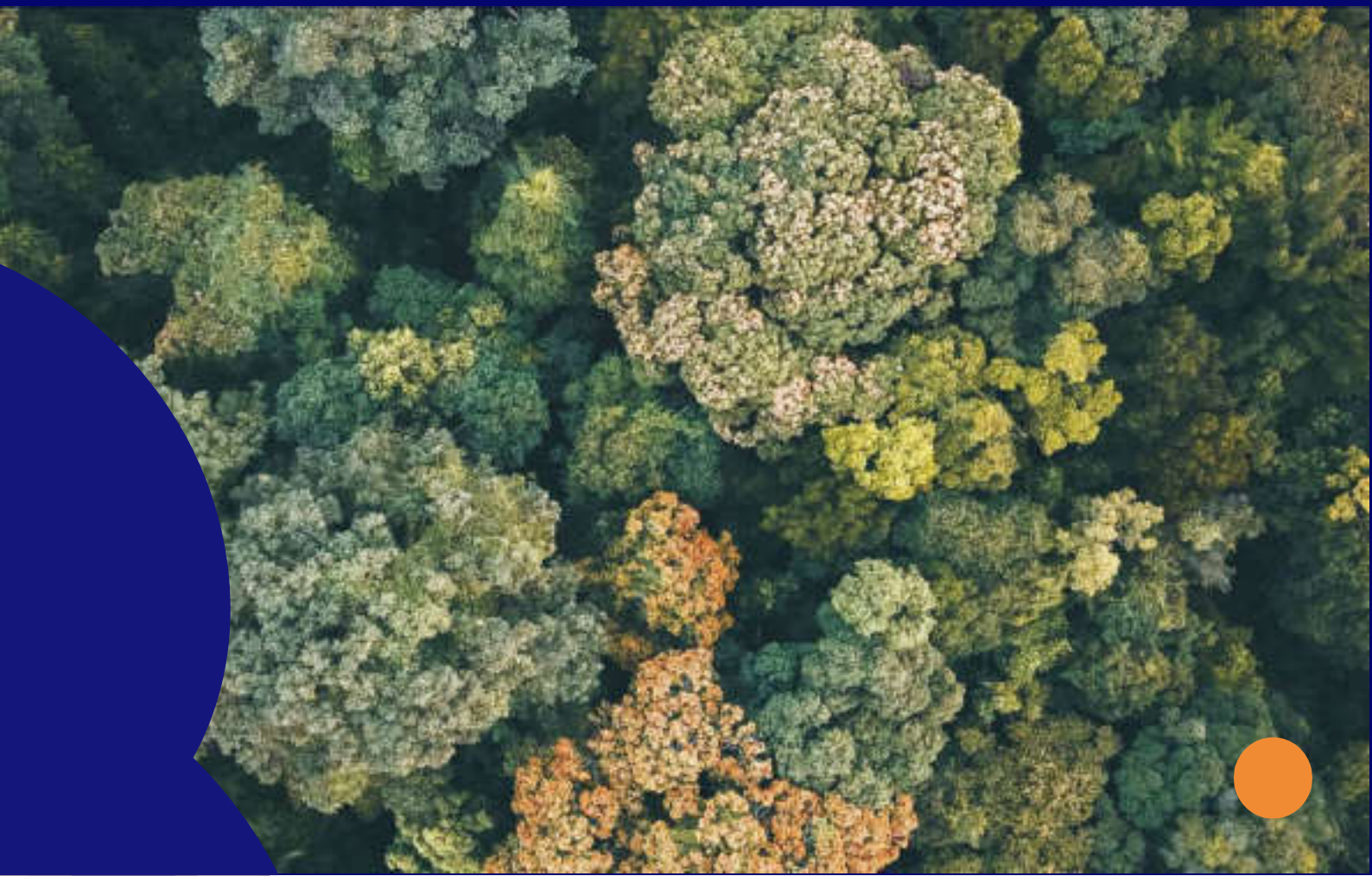
- Κατανόηση των διασυνδέσεων μεταξύ των οικοσυστημάτων και της ανθρώπινης ευημερίας.
- Αναλύστε τη σχέση μεταξύ βιοποικιλότητας, υπηρεσιών οικοσυστήματος και ανθρώπινης υγείας.
- Εφαρμόστε δεξιότητες έρευνας και ανάλυσης για να προτείνετε στρατηγικές για τη διατήρηση του οικοσυστήματος και την ευημερία της κοινότητας.
- Ενίσχυση των δεξιοτήτων παρουσίασης και επικοινωνίας.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Βιολογία, Γεωγραφία.

HASHTAGS

#ΥγιήΟικοσυστήματα#ΒιοποικιλότηταΚαΥγεία
#ΔιατήρησηΟικοσυστήματος





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

Παγκόσμια Συνεργασία για Υγιή Οικοσυστήματα

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτή τη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διάφορες χώρες θα συνεργαστούν για να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις και τις ευκαιρίες που σχετίζονται με τη διατήρηση του οικοσυστήματος και την ανθρώπινη υγεία. Βασιζόμενοι στην εργασία «Υγιή οικοσυστήματα, υγιείς ζωές», οι συμμετέχοντες θα συμμετάσχουν σε συζητήσεις, θα μοιραστούν τις προτάσεις τους και θα συνεργαστούν σε ένα σχέδιο δράσης για την προώθηση υγιών οικοσυστημάτων παγκοσμίως.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Χρησιμοποιώντας διαδικτυακά εργαλεία συνεργασίας, θα συζητήσουν τις ομοιότητες και τις διαφορές στις προτάσεις τους, θα εντοπίσουν κοινές προκλήσεις και θα συλλάβουν πιθανές συνεργατικές δράσεις. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει το σχέδιο δράσης της συνεργασίας σε όλη την ομάδα για σχόλια και προτάσεις.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και συνεργασίας σε παγκόσμια περιβαλλοντικά ζητήματα.
- Ενθάρρυνε τη κριτική σκέψη και τις δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων.
- Αναπτύξετε δεξιότητες φμαδικής εργασίας και επικοινωνίας σε ένα πολυπολιτισμικό περιβάλλον.
- Εντοπισμός ευκαιριών για συνεργατική δράση για την προώθηση υγιών οικοσυστημάτων και της ανθρώπινης ευημερίας.





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Ενσυνείδητη Διατροφή για Ολιστική
Υγεία



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό σύμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Προσεκτική Διατροφή για Ολιστική Υγεία

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει ψυχολογία και οικιακή οικονομία για να διερευνήσει την πρακτική της προσεκτικής διατροφής και τον αντίκτυπό της στη συνολική ευημερία. Οι μαθητές θα μάθουν για τις ψυχολογικές και φυσιολογικές πτυχές του φαγητού, θα αναπτύξουν τεχνικές προσεκτικής διατροφής και θα δημιουργήσουν ένα υγιεινό και ισορροπημένο πρόγραμμα γευμάτων που θα ενσωματώνει αρχές ενσυνειδητότητας.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασικές γνώσεις ψυχολογίας και διατροφής, κατανόηση υγιεινών διατροφικών συνηθειών και ανοιχτόμυαλο για εξάσκηση της ενσυνειδητότητας.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Ατομική μικρή ομάδα (3-4 μαθητές) Η εργασία μπορεί να ολοκληρωθεί μέσω έρευνας ατομικής ή ομαδικής εργασίας και παρουσιάσεων.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε την έννοια της προσεκτικής διατροφής και τα πιθανά οφέλη της για τη σωματική, ψυχική και συναισθηματική ευεξία.

β) Έρευνα και Ανάλυση

Οι μαθητές διεξάγουν έρευνα σχετικά με την ψυχολογία του φαγητού, τις τεχνικές συνειδητής διατροφής και τον αντίκτυπο της ενσυνειδητότητας στις υγιεινές επιλογές τροφίμων. Αναλύουν επιστημονικές μελέτες και προσωπικούς λογαριασμούς.

γ) Ενσυνείδητη Διατροφική Πρακτική

Οι μαθητές συμμετέχουν σε πρακτικές ασκήσεις για να βιώσουν το συνειδητό φαγητό. Εφαρμόζουν προσεκτικές τεχνικές διατροφής κατά τη διάρκεια των γευμάτων, εστιάζοντας σε αισθητηριακές εμπειρίες, μη επικριτική επίγνωση και ευγνωμοσύνη.

δ) Δημιουργία ενσυνείδητου σχεδίου γεύματος

Με βάση την έρευνά τους και την προσεκτική διατροφική πρακτική, οι μαθητές δημιουργούν ένα υγιεινό και ισορροπημένο πρόγραμμα γευμάτων που ενσωματώνει τις αρχές της ενσυνειδητότητας. Λαμβάνουν υπόψη τις διατροφικές ανάγκες, τις προσεκτικές επιλογές τροφίμων και τη σημασία του ελέγχου των μερίδων.

ε) Παρουσίαση και προβληματισμός

Οι μαθητές παρουσιάζουν τα σχέδιά τους για τα γεύματά τους και αναλογίζονται τις εμπειρίες τους με το προσεγμένο φαγητό. Μοιράζονται ιδέες, προκλήσεις και τον πιθανό αντίκτυπο στη συνολική ευημερία τους.

Πρόσβαση στο Διαδίκτυο για ερευνητικούς σκοπούς, συγγραφικό υλικό, πρόσβαση σε διατροφικούς πόρους, συστατικά για πρακτικές ασκήσεις (τρόφιμα για προσεκτική διατροφική πρακτική).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Κατανοήστε τις ψυχολογικές και φυσιολογικές πτυχές της διατροφής.

- Εφαρμόστε τεχνικές συνειδητότητας στις διατροφικές συνήθειες.

- Δημιουργήστε ένα υγιεινό και ισορροπημένο πρόγραμμα διατροφής.

- Ενίσχυση των δεξιοτήτων παρουσίασης και επικοινωνίας.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Ψυχολογία, Οικιακή Οικονομία.

HASHTAGS

#MindfulEating #ΟλιστικήΥγεία #ΔιατροφήΚαΕυεξία





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

Παγκόσμια ανταλλαγή ενσυνείδητης διατροφής

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτή τη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες θα συναντηθούν για να μοιραστούν τις εμπειρίες τους σχετικά με το προσεχτικό φαγητό και να ανταλλάξουν πολιτιστικές προοπτικές για το φαγητό και την ευεξία. Βασιζόμενοι στην εργασία «Mindful Eating for Holistic Health», οι συμμετέχοντες θα συζητήσουν τις προκλήσεις και τα οφέλη της ενσυνείδητης διατροφής στις αντίστοιχες κουλτούρες τους, θα μοιραστούν προσεκτικές συνταγές και θα εξερευνήσουν τον ρόλο του φαγητού στην προώθηση της συνολικής ευεξίας.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Θα συμμετάσχουν σε συζητήσεις, θα μοιραστούν προσωπικές εμπειρίες σχετικά με το προσεχτικό φαγητό και θα ανταλλάξουν συνταγές που ενσωματώνουν ενσυνείδητες αρχές. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει μια περίληψη των συζητήσεών της σε ολόκληρη την ομάδα για περαιτέρω γνώσεις και διαπολιτισμική μάθηση.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και εκτίμησης για διαφορετικούς πολιτισμούς τροφίμων.
- Ενθαρρύνετε την ανταλλαγή προσωπικών εμπειριών με το προσεχτικό φαγητό.
- Ανταλλάξτε προσεκτικές συνταγές και γαστρονομικές παραδόσεις.
- Αναλογιστείτε τη σχέση μεταξύ τροφής, πολιτισμού και ευεξίας.





HaLL

Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Υγιεινή αναμέτρηση μαγειρικής



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Υγιεινή αναμέτρηση μαγειρικής

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει οικιακή οικονομία και χημεία για να εμπλέξει τους μαθητές σε μια πρακτική γαστρονομική εμπειρία. Οι μαθητές θα συμμετάσχουν σε έναν διαγωνισμό υγιεινής μαγειρικής όπου θα εφαρμόσουν τις γνώσεις τους για τη διατροφή και τις χημικές αντιδράσεις για να δημιουργήσουν νόστιμα και θρεπτικά πιάτα.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασικές γνώσεις διατροφής, τεχνικές μαγειρέματος και κατανόηση των χημικών αντιδράσεων στη μαγειρική.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Μικρές ομάδες (3-4 μαθητές) Η εργασία εκτελείται μέσω πρακτικών συνεδριών μαγειρικής όπου οι μαθητές συνεργάζονται για να ετοιμάσουν και να παρουσιάσουν τα πιάτα τους.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε τη σημασία του υγιεινού μαγειρέματος, της διατροφής και του ρόλου των χημικών αντιδράσεων στην προετοιμασία των τροφίμων.

β) Έρευνα και Επιλογή Συνταγών

Οι μαθητές ερευνούν και εξερευνούν διάφορες υγιεινές συνταγές που ενσωματώνουν συγκεκριμένα συστατικά και τεχνικές μαγειρέματος. Λαμβάνουν υπόψη τη θρεπτική αξία, τα προφίλ γεύσης και την παρουσίαση.

γ) Συνεδρία Μαγειρικής

Οι μαθητές συνεργάζονται για να προετοιμάσουν τις επιλεγμένες υγιεινές συνταγές τους. Εφαρμόζουν τις γνώσεις τους στις τεχνικές μαγειρέματος, τη διατροφή και τις χημικές αντιδράσεις για να εξασφαλίσουν βέλτιστες γεύσεις και υφές.

δ) Παρουσίαση και Αξιολόγηση

Κάθε ομάδα παρουσιάζει το πιάτο της στην τάξη. Εξηγούν τα διατροφικά οφέλη, τις μεθόδους μαγειρέματος που χρησιμοποιούνται και τις χημικές αντιδράσεις που συμβαίνουν κατά τη διαδικασία μαγειρέματος. Οι συνομήλικοι και ο δάσκαλος αξιολογούν την παρουσίαση, γεύονται τα πιάτα και παρέχουν ανατροφοδότηση.

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

Υλικά για μαγείρεμα, μαγειρικά σκεύη και εξοπλισμός, πρόσβαση σε κουζίνα ή εγκαταστάσεις μαγειρέματος, φόρμες αξιολόγησης για παρουσίαση και αξιολόγηση γεύσης.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Εφαρμόστε τις διατροφικές γνώσεις για να δημιουργήσετε γεύματα και ισορροπημένα γεύματα.
- Κατανοήστε το ρόλο των χημικών αντιδράσεων στο μαγείρεμα και πώς επηρεάζουν τη γεύση και την υφή.
- Ενισχύστε τις δεξιότητες φμαδικής εργασίας και συνεργασίας μέσω ομαδικών δραστηριοτήτων μαγειρικής.
- Βελτιώστε τις δεξιότητες παρουσίασης και επικοινωνίας.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Οικιακή Οικονομία, Χημεία.

HASHTAGS

#HealthyCooking #NutritionInAction
#ΜαγειρικήΧημεία





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

Παγκόσμια ανταλλαγή υγιεινών συνταγών

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήτη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες θα συναντηθούν για να μοιραστούν τις αγαπημένες τους υγιεινές συνταγές. Βασιζόμενοι στην εργασία "Healthy Cooking Showdown", οι συμμετέχοντες θα συζητήσουν την πολιτιστική σημασία των συνταγών τους, θα ανταλλάξουν συμβουλές μαγειρικής και θα δημιουργήσουν μια συλλογική συλλογή συνταγών που θα αντιπροσωπεύει διαφορετικές κουζίνες από όλο τον κόσμο.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Θα συμμετάσχουν σε συζητήσεις και θα μοιραστούν τις αγαπημένες τους υγιεινές συνταγές και θα τις συγκεντρώσουν σε μια συλλογική συλλογή συνταγών χρησιμοποιώντας διαδικτυακά εργαλεία συνεργασίας. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει την αγαπημένη της συνταγή και θα εξηγήσει την πολιτιστική της σημασία σε όλη την ομάδα.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και εκτίμησης για διαφορετικές κουζίνες.
- Ανταλλάξεις συμβουλές και τεχνικές υγιεινής μαγειρικής.
- Δημιουργήστε μια συλλογική συλλογή συνταγών που αντιπροσωπεύει την παγκόσμια γαστρονομική ποικιλομορφία.
- Σκεφτείτε τη σχέση μεταξύ τροφής, πολιτισμού και υγείας.



The background is a green chalkboard filled with white chalk drawings. At the top left, there is a drawing of two children playing with a ball. Below them is a tablet displaying the 'HaLL' logo in white text on an orange background. The chalkboard is also covered with various mathematical symbols and letters drawn in chalk, including a plus sign, a minus sign, the Greek letter alpha, the Greek letter delta, the letter beta, the letter gamma, and a simple stick figure. A large blue semi-circle is positioned in the lower right, containing the main title.

HaLL

Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

**Fit Math: Εξερευνώντας τα Μαθηματικά
μέσω της Φυσικής Δραστηριότητας**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Fit Math:

Εξερευνώντας τα Μαθηματικά μέσω της Φυσικής Δραστηριότητας

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει μαθηματικά και φυσική αγωγή για να εμπλέξει τους μαθητές σε μια διασκεδαστική και ενεργή μαθησιακή εμπειρία. Χρησιμοποιώντας την παιδική χαρά Lú, οι μαθητές θα συμμετέχουν σε σωματικές δραστηριότητες βασισμένες στα μαθηματικά που απαιτούν επίλυση προβλημάτων, υπολογισμούς και δεξιότητες κριτικής σκέψης. Θα εφαρμόσουν μαθηματικές έννοιες σε πραγματικό πλαίσιο, βελτιώνοντας παράλληλα τη φυσική τους κατάσταση.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

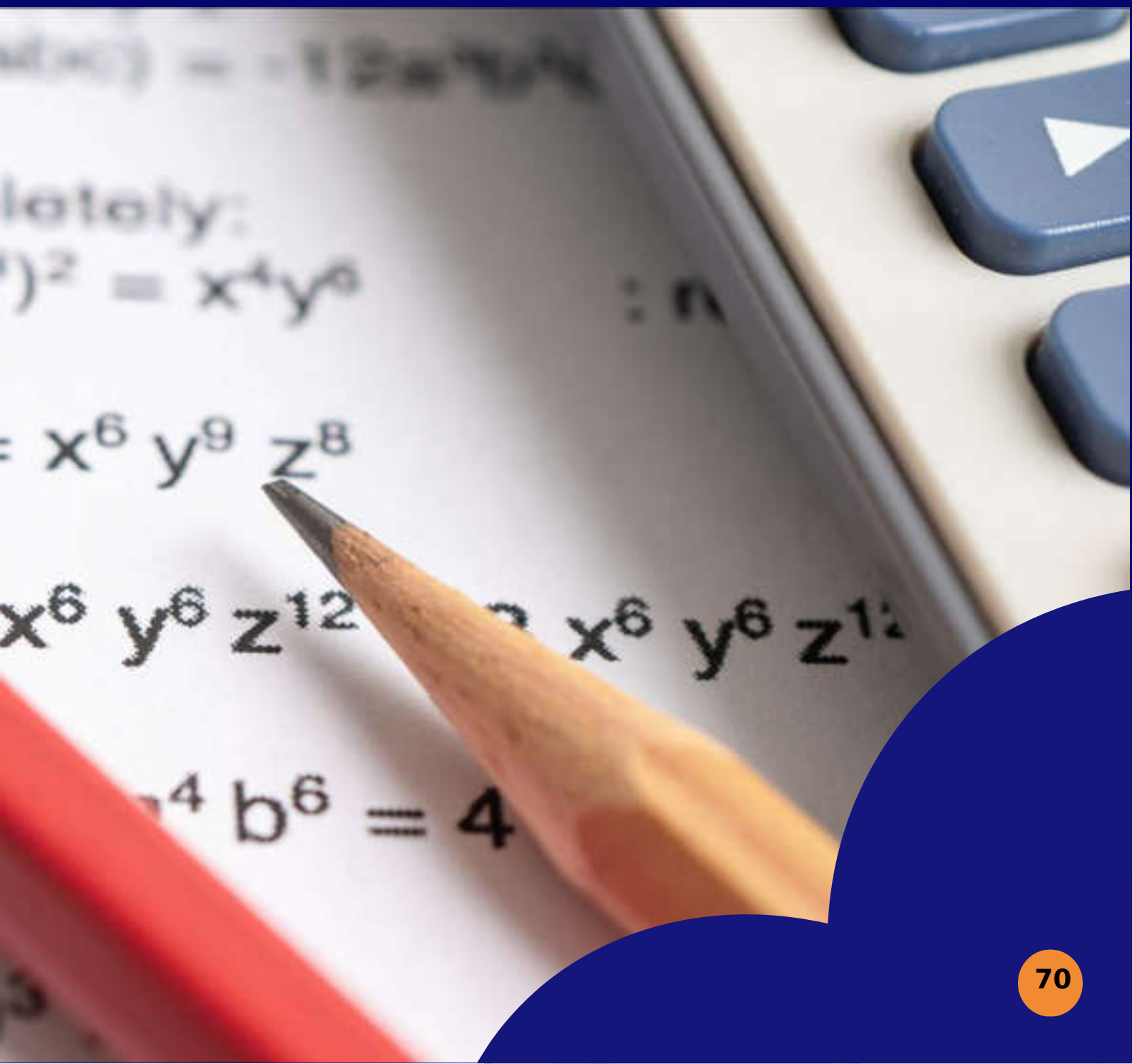
Βασικές μαθηματικές δεξιότητες, συμπεριλαμβανομένων των αριθμητικών πράξεων, των αλγεβρικών εννοιών και των ικανοτήτων επίλυσης προβλημάτων. Εξοικείωση με το σύστημα Lú Playground και ενδιαφέρον για το συνδυασμό μαθηματικών και φυσικής δραστηριότητας.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Μικρές ομάδες (3-4 μαθητές) Η εργασία εκτελείται μέσω σωματικών δραστηριοτήτων με χρήση της παιδικής χαράς Lü, συλλογικής επίλυσης προβλημάτων και συζητήσεων.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε τα οφέλη του συνδυασμού μαθηματικών και σωματικής δραστηριότητας και πώς θα χρησιμοποιηθεί η παιδική χαρά Lû ως εργαλείο ενεργητικής μάθησης.

β) Φυσικές Δραστηριότητες με βάση τα Μαθηματικά

Οι μαθητές συμμετέχουν σε μια ποικιλία σωματικών δραστηριοτήτων χρησιμοποιώντας το σύστημα Lû Playground. Κάθε δραστηριότητα ενσωματώνει μαθηματικές έννοιες όπως απόσταση, γωνίες, ταχύτητα ή χρόνος. Οι μαθητές εφαρμόζουν τις μαθηματικές τους δεξιότητες για να ολοκληρώσουν προκλήσεις και να λύσουν προβλήματα ενώ είναι σωματικά δραστήριοι.

γ) Συνεργατική Επίλυση Προβλημάτων

Οι μαθητές εργάζονται σε μικρές ομάδες για να λύσουν μαθηματικά προβλήματα που σχετίζονται με τις σωματικές δραστηριότητες που έκαναν. Συζητούν στρατηγικές, κάνουν υπολογισμούς και αναλύουν τα αποτελέσματα μαζί. Η έμφαση δίνεται στην εφαρμογή των μαθηματικών δεξιοτήτων σε πραγματικό πλαίσιο.

δ) Προβληματισμός και Συζήτηση

Οι μαθητές συλλογίζονται τις εμπειρίες τους με τις σωματικές δραστηριότητες που βασίζονται στα μαθηματικά και τη συνεργατική επίλυση προβλημάτων. Συζητούν τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν, τις συνδέσεις μεταξύ μαθηματικών και σωματικής δραστηριότητας και τα οφέλη της ενεργητικής μάθησης.

ε) Παρουσίαση και Βιτρίνα

Κάθε ομάδα ετοιμάζει μια παρουσίαση που παρουσιάζει την αγαπημένη της φυσική δραστηριότητα με βάση τα μαθηματικά και τις μαθηματικές έννοιες που εμπλέκονται. Παρουσιάζουν τα ευρήματά τους στην τάξη, δείχνοντας πώς τα μαθηματικά μπορούν να ενσωματωθούν στη φυσική δραστηριότητα.

Σύστημα Lû Playground, πόροι επίλυσης μαθηματικών προβλημάτων, υλικό παρουσίασης.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΠΟΧΟΙ

- Εφαρμόστε μαθηματικές ξέννοιες σε πραγματικό πλαίσιο.

- Βελτίωση της φυσικής κατάστασης και των κινητικών δεξιοτήτων μέσω της ενασχόλησης με σωματικές δραστηριότητες.

- Ενισχύστε τις ικανότητες επίλυσης προβλημάτων και κριτικής σκέψης.

- Ενισχύστε τις δεξιότητες φμαδικής εργασίας και συνεργασίας.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Μαθηματικά, Φυσική Αγωγή.

HASHTAGS

#FitMath #ActiveLearning #MathInMotion



ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

Παγκόσμια πρόκληση για τα μαθηματικά: Ενεργή επίλυση προβλημάτων

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήν τη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να συμμετάσχουν σε μια μαθηματική πρόκληση που συνδυάζει επίλυση προβλημάτων και σωματική δραστηριότητα. Με βάση την εργασία "Fit Math: Exploring Math through Physical Activity", οι συμμετέχοντες θα εμπλακούν σε σωματικές προκλήσεις που σχετίζονται με τα μαθηματικά, θα μοιραστούν τις λύσεις τους και θα συνεργαστούν σε παγκόσμιες δραστηριότητες επίλυσης προβλημάτων.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Χρησιμοποιώντας διαδικτυακά εργαλεία συνεργασίας, θα συζητήσουν τις μαθηματικές προκλήσεις που αντιμετώπισαν κατά τη διάρκεια της εργασίας "Fit Math" και θα μοιραστούν τις στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων τους. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει την αγαπημένη της μαθηματική πρόκληση και τη λύση της σε όλη την ομάδα για περαιτέρω συζητήσεις και συγκρίσεις.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και συνεργασίας σε δραστηριότητες επίλυσης μαθηματικών προβλημάτων.
- Εφαρμοστέ μαθηματικές δεξιότητες σε σωματικές προκλήσεις.
- Ενισχύστε τις δεξιότητες φμαδικής εργασίας και επικοινωνίας σε ένα πολυπολιτισμικό περιβάλλον.
- Αναλογιστείτε τη σημασία των μαθηματικών στην καθημερινή ζωή και τις σωματικές δραστηριότητες.





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

CodeFit: Συνδυασμός κωδικοποίησης
και Φυσική Δραστηριότητα



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



header1.css('padding-top', '1.5em');
header1.css('padding-top', '1.5em');
if (\$(window).scrollTop() > header2_initialDistance) {
if (parseInt(header2.css('padding-top'), 10) > header2_initialDistance) {
header2.css('padding-top', '1.5em');
header2_initialDistance = header2_initialDistance + 10;
}}

HaLL

CodeFit:

Συνδυασμός κωδικοποίησης και φυσικής δραστηριότητας

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει την κωδικοποίηση και τη φυσική αγωγή για να ενθαρρύνει τους μαθητές να δημιουργήσουν διαδραστικά παιχνίδια φυσικής κατάστασης χρησιμοποιώντας αρχές κωδικοποίησης. Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν πλατφόρμες κωδικοποίησης και την παιδική χαρά Lû για να αναπτύξουν παιχνίδια που προωθούν τη σωματική δραστηριότητα και τον υγιεινό τρόπο ζωής. Θα εφαρμόσουν έννοιες κωδικοποίησης, δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων και γνώσεις φυσικής δραστηριότητας για να σχεδιάσουν και να εφαρμόσουν τα παιχνίδια τους.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασική κατανόηση των εννοιών κωδικοποίησης (όπως μεταβλητές, βρόχοι και προϋποθέσεις), εξοικείωση με πλατφόρμες κωδικοποίησης, βασική γνώση της φυσικής δραστηριότητας και των πλεονεκτημάτων της, δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων και λογικής σκέψης.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Μικρές ομάδες (3-4 μαθητές) Η εργασία εκτελείται μέσω συνεργατικών συνεδριών κωδικοποίησης, σχεδιασμού φυσικής δραστηριότητας δοκιμών και παρουσίασης.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε τη σημασία του συνδυασμού κωδικοποίησης και σωματικής δραστηριότητας για την προώθηση υγιεινών τρόπων ζωής και την ενεργό μάθηση.

β) Αρχές Κωδικοποίησης

Οι μαθητές εξετάζουν έννοιες κωδικοποίησης και πλατφόρμες κατάλληλες για ανάπτυξη παιχνιδιών. Εξερευνούν πλατφόρμες κωδικοποίησης που επιτρέπουν την ενσωμάτωση αισθητήρων φυσικής δραστηριότητας, όπως το σύστημα Lú Playground, και μαθαίνουν πώς να δημιουργούν διαδραστικά παιχνίδια χρησιμοποιώντας κώδικα.

γ) Σχεδιασμός και Ανάπτυξη Παιχνιδιού

Οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες για να κάνουν καταγισμό ιδεών και να σχεδιάσουν τα δικά τους διαδραστικά παιχνίδια γυμναστικής. Προσδιορίζουν τους στόχους του παιχνιδιού, δημιουργούν μηχανικούς παιχνιδιού χρησιμοποιώντας αρχές κωδικοποίησης και ενσωματώνουν σωματικές δραστηριότητες που ευθυγραμμίζονται με τους στόχους υγείας και φυσικής κατάστασης.

δ) Δοκιμή και επανάληψη

Οι μαθητές δοκιμάζουν τα πρωτότυπα του παιχνιδιού τους χρησιμοποιώντας το σύστημα Lú Playground. Συλλέγουν σχόλια, εντοπίζουν ταμείς προς βελτίωση και επαναλαμβάνουν τη σχεδίαση του παιχνιδιού και την εφαρμογή κωδικοποίησης για να βελτιώσουν την εμπειρία του χρήστη και να μεγιστοποιήσουν τη δέσμευση της σωματικής δραστηριότητας.

ε) Παρουσίαση και Βιτρίνα

Κάθε ομάδα παρουσιάζει το ολοκληρωμένο διαδραστικό παιχνίδι γυμναστικής της στην τάξη. Εξηγούν τις έννοιες κωδικοποίησης που εφαρμόζονται, τη μηχανική του παιχνιδιού και τις σωματικές δραστηριότητες που ενσωματώνονται. Μοιράζονται επίσης τις γνώσεις τους σχετικά με τις συνδέσεις μεταξύ κωδικοποίησης, σωματικής δραστηριότητας και υγιεινού τρόπου ζωής.

Σύστημα Lú Playground, πλατφόρμες κωδικοποίησης (όπως το Scratch ή Python), πρόσβαση σε πόρους κωδικοποίησης και σεμινάρια, υλικό γραφής για τεκμηρίωση σχεδιασμού παιχνιδιών.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Εφαρμόστε έννοιες και αρχές κωδικοποίησης σε πραγματικό πλαίσιο.

- Σχεδιάστε και αναπτύξτε διαδραστικά παιχνίδια γυμναστικής που προάγουν τη σωματική δραστηριότητα.

- Βελτιώστε τις δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων και λογικής σκέψης μέσω της ανάπτυξης παιχνιδιών.

- Βελτιώστε τις ικανότητες συνεργασίας και ομαδικής εργασίας.

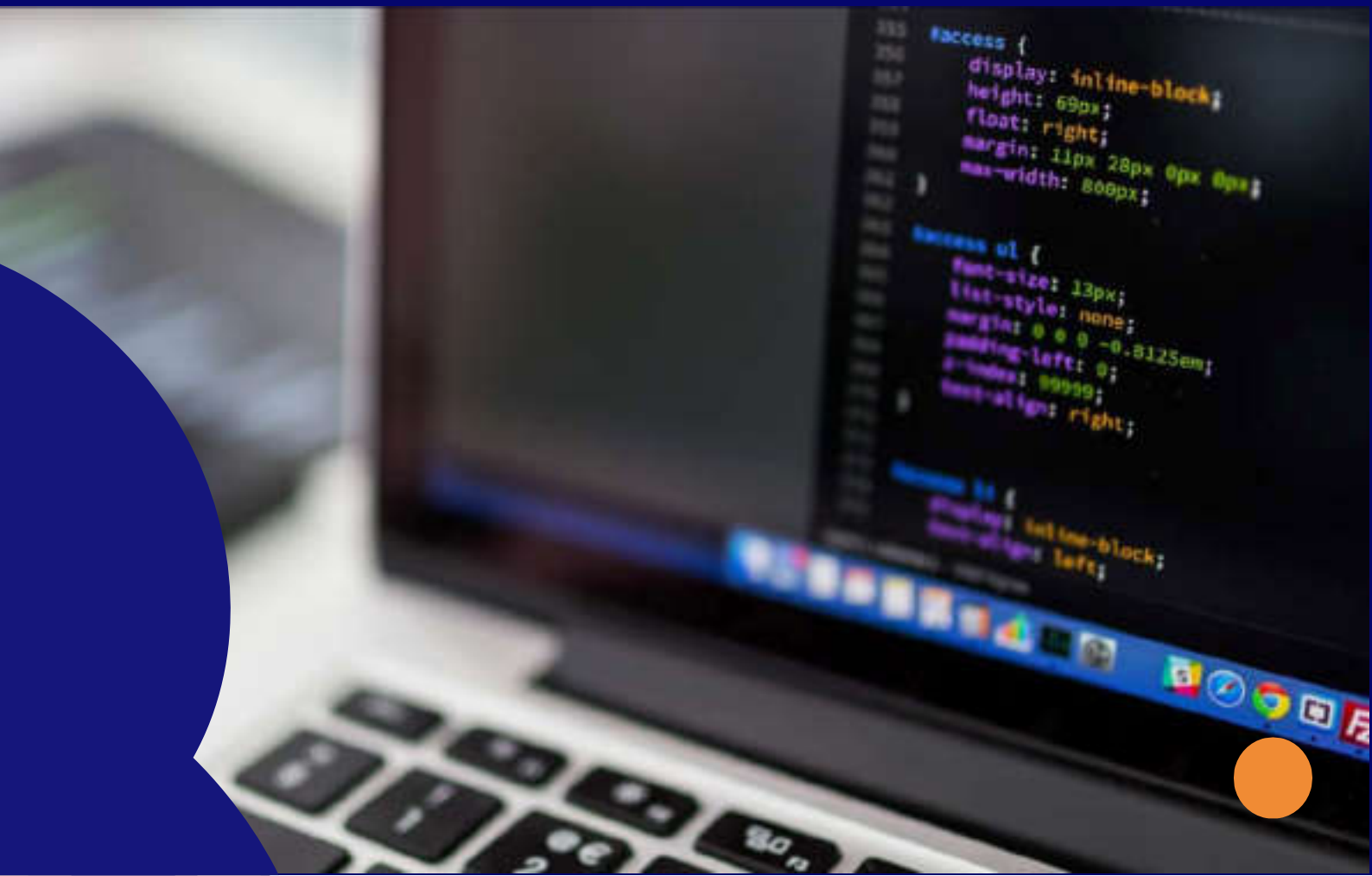
ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

ΤΠΕ, Φυσική Αγωγή.

HASHTAGS

#CodeFit #InteractiveFitness

#ΚωδικοποίησηΚαιΦυσικήΔραστηριότητα





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

```
<div>  
  <ProductConsumer>  
    console.log(  
  </ProductConsumer>  
</div>
```

Global Game Jam: Active Game Showcase

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήν τη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να μοιραστούν και να παρουσιάσουν τα διαδραστικά παιχνίδια γυμναστικής τους που αναπτύχθηκαν στην εργασία "CodeFit". Βασιζόμενοι στις γνώσεις τους σχετικά με την κωδικοποίηση και τη σωματική δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες θα παρουσιάσουν τα παιχνίδια τους, θα συμμετάσχουν σε φιλικό ανταγωνισμό και θα παρέχουν ανατροφοδότηση στους συνομηλίκους τους.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Χρησιμοποιώντας εργαλεία διαδικτυακής συνεργασίας, θα μοιραστούν τα σχέδια παιχνιδιών, τις επιδείξεις βίντεο και τις οδηγίες παιχνιδιού τους. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει το παιχνίδι της σε όλη την ομάδα και οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να δοκιμάσουν και να δώσουν σχόλια ο ένας για τα παιχνίδια του άλλου.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και συνεργασίας στην ανάπτυξη παιχνιδιών.
- Προβάλεται και γιορτάζεται δραστηκά παιχνίδια γυμναστικής που συνδυάζουν κωδικοποίηση και σωματική δραστηριότητα.
- Ενίσχυση των δεξιοτήτων παρουσίασης και επικοινωνίας.
- Παρέχεται ποικιλομορφικά σχόλια και γνώσεις σχετικά με το σχεδιασμό και την υλοποίηση του παιχνιδιού.





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Περιοδικό Healthy Living:
Προαγωγή της Υγείας στα Αγγλικά



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Περιοδικό Healthy Living: Προαγωγή της Υγείας στα Αγγλικά

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει τα αγγλικά ως ξένη γλώσσα και την αγωγή υγείας για να εμπλέξει τους μαθητές στη δημιουργία ενός περιοδικού που προωθεί την υγιεινή ζωή. Οι μαθητές θα βελτιώσουν τις δεξιότητές τους στην αγγλική γλώσσα ενώ ερευνούν, γράφουν και σχεδιάζουν άρθρα σχετικά με διάφορες πτυχές ενός υγιεινού τρόπου ζωής, όπως διατροφή, άσκηση, ψυχική ευεξία και υγιεινές συνήθειες.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

**Μαθητές Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης 14-16 ετών, Αγγλικά
ως μαθητές ξένων γλωσσών.**

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασικές γνώσεις αγγλικής γραμματικής, λεξιλογίου και δεξιοτήτων γραφής. Εξοικείωση με θέματα που σχετίζονται με την υγεία και προθυμία για έρευνα και μάθηση για πρακτικές υγιεινής διαβίωσης.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Ατομικές ή μικρές ομάδες (2-4 μαθητές) Η εργασία εκτελείται μέσω έρευνας, συγγραφής, σχεδίασης και σύνταξης του περιοδικού.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

3-4 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε τη σημασία της προαγωγής της υγείας μέσω της αποτελεσματικής επικοινωνίας στα αγγλικά.

β) Έρευνα και Επιλογή Θεμάτων

Οι μαθητές ερευνούν διάφορες πτυχές της υγιεινής ζωής, όπως η διατροφή, η άσκηση, η ψυχική ευεξία και οι υγιεινές συνήθειες. Επιλέγουν συγκεκριμένα θέματα ενδιαφέροντος για να αναπτύξουν άρθρα για το περιοδικό.

γ) Συγγραφή και επιμέλεια άρθρου

Οι μαθητές γράφουν ενημερωτικά και ελκυστικά άρθρα για τα θέματα που έχουν επιλέξει. Επικεντρώνονται στη χρήση κατάλληλων δομών λεξιλογίου, γραμματικής και προτάσεων στα αγγλικά. Η επεξεργασία από ομοτίμους και τα σχόλια των εκπαιδευτικών ενσωματώνονται για αναθεώρηση.

δ) Σχεδιασμός και διάταξη περιοδικού

Οι μαθητές δημιουργούν τη διάταξη και το σχέδιο του περιοδικού χρησιμοποιώντας ψηφιακά εργαλεία ή παραδοσιακές μεθόδους. Θεωρούν οπτικά στοιχεία, γραμματοσειρές και εικόνες για να βελτιώσουν την αναγνωσιμότητα και την αισθητική ελκυστικότητα του περιοδικού.

ε) Σύνταξη και Παρουσίαση

Οι μαθητές συγκεντρώνουν τα άρθρα τους και σχεδιάζουν σε ένα τελικό περιοδικό. Παρουσιάζουν τα περιοδικά τους στην τάξη, επισημαίνοντας τα βασικά χαρακτηριστικά και μοιράζονται τις γνώσεις τους σχετικά με τις πρακτικές υγιεινής διαβίωσης.

Πρόσβαση σε ερευνητικό υλικό (βιβλία, άρθρα, ιστότοποι), υλικό γραφής, εργαλεία ψηφιακής σχεδίασης ή υλικά φυσικής τέχνης για διάταξη περιοδικών, πρόσβαση σε εκτυπωτές για παραγωγή περιοδικών.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΠΟΧΟΙ

- Βελτιώστε τις δεξιότητες της αγγλικής γλώσσας, συμπεριλαμβανομένης της ικανότητας αξιολογίου, γραμματικής και γραφής.

- Ανάπτυξη ερευνητικών δεξιοτήτων και γνώσεων σχετικά με πρακτικές υγιεινής διαβίωσης.

- Βελτιώστε τις δεξιότητες ψηφιακής ή καλλιτεχνικής σχεδίασης για διάταξη περιοδικού.

- Ανάπτυξη δεξιοτήτων παρουσίασης και επικοινωνίας.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Αγγλικά ως Ξένη Γλώσσα, Αγωγή Υγείας.

HASHTAGS

#EnglishLanguageLearning #PromotingHealth





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

**Διεθνής εκστρατεία για την υγεία: Κοινή χρήση πρακτικών
υγιεινής διαβίωσης**

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήν τη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να μοιραστούν και να συζητήσουν τα άρθρα τους σε περιοδικά σχετικά με την υγιεινή ζωή. Βασιζόμενοι στην εργασία «Περιοδικό Υγιεινής Ζωής», οι συμμετέχοντες θα παρουσιάσουν τα άρθρα τους, θα ανταλλάξουν ιδέες και θα συνεργαστούν για τη δημιουργία μιας διεθνούς εκστρατείας για την υγεία που προωθεί πρακτικές υγιεινής διαβίωσης παγκοσμίως.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Χρησιμοποιώντας διαδικτυακά εργαλεία συνεργασίας, θα μοιραστούν τα άρθρα τους σε περιοδικά, θα συζητήσουν τις πρακτικές υγείας που επισημαίνονται στα άρθρα τους και θα εξερευνήσουν πολιτισμικές διαφορές και ομοιότητες στην προώθηση της υγείας. Κάθε ομάδα θα συνεργαστεί για τη δημιουργία ενός ψηφιακού ή φυσικού υλικού εκστρατείας που προωθεί πρακτικές υγιεινής διαβίωσης και μπορεί να κοινοποιηθεί παγκοσμίως.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και συνεργασίας για την προώθηση πρακτικών υγιεινής διαβίωσης.

- Μοιραστείτε γνώσεις και εμπειρίες που σχετίζονται με την υγιεινή ζωή από διαφορετικές πολιτιστικές προοπτικές.

- Αναπτύξτε τη δημιουργικότητα και τις δεξιότητες κριτικής σκέψης στο σχεδιασμό μιας εκστρατείας για την υγεία.

- Βελτίωση δεξιοτήτων επικοινωνίας και παρουσίασης σε διεθνές πλαίσιο.





Υγιή & Μάθηση τρόπου ζωής

Βιτρίνα υγιεινού τρόπου ζωής:
Εκφράζοντας την υγεία μέσω
Τέχνη και Παράσταση



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό σύμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Βιτρίνα υγιεινού τρόπου ζωής: Εκφράζοντας την υγεία μέσω της τέχνης και της παράστασης

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει τα αγγλικά ως ξένη γλώσσα και τις παραστατικές τέχνες για να εμπλέξει τους μαθητές στην έκφραση της έννοιας ενός υγιεινού τρόπου ζωής μέσω μορφών τέχνης όπως το δράμα, ο χορός και οι εικαστικές τέχνες. Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν τη δημιουργικότητα και τις καλλιτεχνικές τους δεξιότητες για να δημιουργήσουν παραστάσεις και εικαστικές επιδείξεις που μεταδίδουν τη σημασία ενός υγιεινού τρόπου ζωής χωρίς να περιλαμβάνουν έρευνα ή γραφή.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης 14-16 ετών, Αγγλικά ως μαθητές ξένων γλωσσών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασική κατανόηση της αγγλικής γλώσσας και του λεξιλογίου που σχετίζονται με την υγεία και τον υγιεινό τρόπο ζωής. Εξοικείωση με μορφές τέχνης όπως το δράμα, ο χορός ή οι εικαστικές τέχνες και η διάθεση έκφρασης ιδεών με δημιουργικά μέσα.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Ατομική ή μικρές ομάδες (2-4 μαθητές) Η εργασία εκτελείται με καλλιτεχνική δημιουργία, πρόβες και παρουσιάσεις.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε τη σημασία της προώθησης ενός υγιεινού τρόπου ζωής μέσω της καλλιτεχνικής έκφρασης και της δημιουργικότητας.

β) Καλλιτεχνική Εξερεύνηση

Οι μαθητές εξερευνούν διάφορες μορφές τέχνης όπως το δράμα, ο χορός και οι εικαστικές τέχνες ως εργαλεία έκφρασης ιδεών. Μαθαίνουν για διάφορες τεχνικές και στοιχεία που χρησιμοποιούνται σε κάθε μορφή τέχνης και πώς μπορούν να εφαρμοστούν για να μεταφέρουν μηνύματα που σχετίζονται με έναν υγιεινό τρόπο ζωής.

γ) Καλλιτεχνική Δημιουργία

Οι μαθητές επιλέγουν μια μορφή τέχνης της επιλογής τους και δημιουργούν μια παράσταση ή οπτική απεικόνιση που αντιπροσωπεύει διαφορετικές πτυχές ενός υγιεινού τρόπου ζωής. Χρησιμοποιούν τη δημιουργικότητά τους και τις καλλιτεχνικές τους δεξιότητες για να μεταφέρουν μηνύματα διατροφής, σωματικής δραστηριότητας, ψυχικής ευεξίας ή οποιοδήποτε άλλο σχετικό θέμα.

δ) Πρόβα και τελειοποίηση

Οι μαθητές κάνουν πρόβες και τελειοποιούν τις καλλιτεχνικές τους δημιουργίες, εστιάζοντας στη βελτίωση των επιδόσεων, των κινήσεων ή της οπτικής αισθητικής τους. Παρέχουν επικοινωνιακή ανατροφοδότηση μεταξύ τους και κάνουν τις απαραίτητες προσαρμογές για να ενισχύσουν τη συνολική επίδραση των παρουσιάσεών τους.

ε) Προθήκη και Αναστοχασμός

Οι μαθητές παρουσιάζουν τις καλλιτεχνικές τους δημιουργίες στην τάξη. Εξηγούν τα μηνύματα που μεταφέρονται μέσω των παραστάσεων ή των εικαστικών τους εμφανίσεων και στοχάζονται στις καλλιτεχνικές επιλογές που έκαναν για να αντιπροσωπεύσουν έναν υγιεινό τρόπο ζωής.

Είδη τέχνης που βασίζονται σε επιλεγμένες μορφές τέχνης (π.χ. χρώματα, πινέλα, κοστούμια, στηρίγματα), κατάλληλο χώρο παράστασης (π.χ. τάξη, αμφιθέατρο), οπτικοακουστικό εξοπλισμό (εάν απαιτείται), πρόσβαση σε μουσική ή ηχητικά εφέ.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Βελτιώστε τις δεξιότητες της αγγλικής γλώσσας, ιδιαίτερα το λεξιλόγιο που σχετίζεται με την υγεία και τον υγιεινό τρόπο ζωής.

- Αναπτύξτε τη δημιουργικότητα, την καλλιτεχνική έκφραση και τις δεξιότητες απόδοσης.

- Ενίσχυση των δεξιοτήτων επικοινωνίας και παρουσίασης μη λεκτικής γλώσσας.

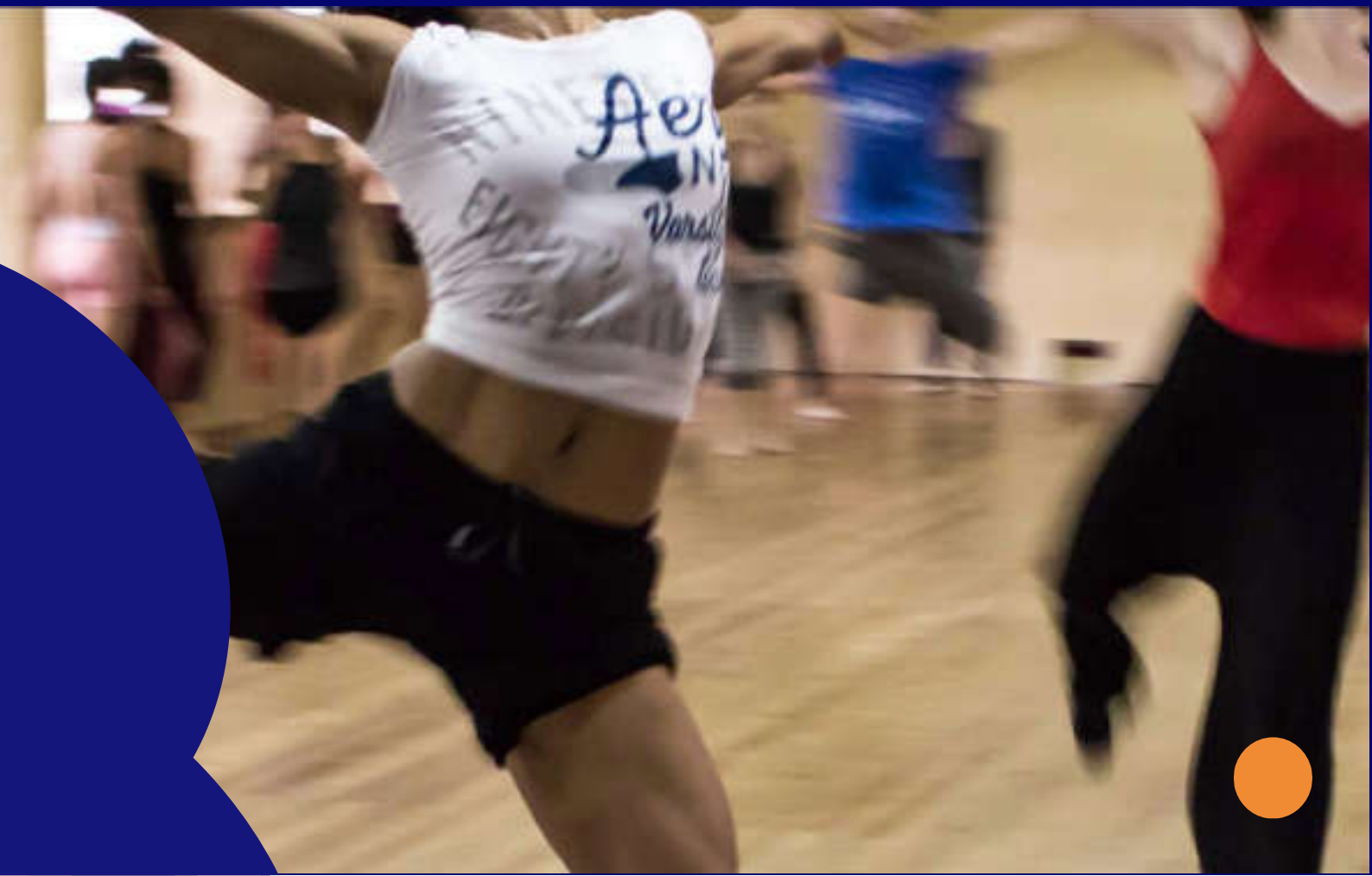
- Αναλογιστείτε τις συνδέσεις μεταξύ της τέχνης και της προώθησης ενός υγιεινού τρόπου ζωής.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Αγγλικά ως Ξένη Γλώσσα, Παραστατικές Τέχνες (π.χ. Δράμα, Χορός) Εικαστικές Τέχνες.

HASHTAGS

#HealthyLifestyleShowcase #ArtisticExpression
#ΠροαγωγήτηςΥγείας





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ



Παγκόσμια Έκθεση Healthy Lifestyle: Celebrating Artistic Expressions

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήν τη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να μοιραστούν και να γιορτάσουν τις καλλιτεχνικές τους δημιουργίες σχετικά με έναν υγιεινό τρόπο ζωής. Βασιζόμενοι στην εργασία «Υγιεινή βιτρίνα τρόπου ζωής», οι συμμετέχοντες θα παρουσιάσουν τα δικά τους παραστάσεις ή εικαστικές επιδείξεις, ανταλλάσσουν σχόλια και συνεργάζονται για τη δημιουργία μιας παγκόσμιας διαδικτυακής έκθεσης που προβάλλει καλλιτεχνικές εκφράσεις που σχετίζονται με την προαγωγή της υγείας.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Χρησιμοποιώντας διαδικτυακά εργαλεία συνεργασίας, θα μοιραστούν βίντεο, φωτογραφίες ή ηχογραφήσεις των καλλιτεχνικών τους δημιουργιών. Κάθε ομάδα θα επιμεληθεί έναν εικονικό εκθεσιακό χώρο όπου θα εκθέτει τα έργα της και θα παρέχει περιγραφές και προβληματισμούς σχετικά με τις καλλιτεχνικές επιλογές που έγιναν. Οι συμμετέχοντες θα εξερευνήσουν τις εκθέσεις, θα συμμετάσχουν σε συζητήσεις και θα παρέχουν ανατροφοδότηση για τις καλλιτεχνικές εκφράσεις του άλλου.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και εκτίμησης για τις καλλιτεχνικές εκφράσεις για την προώθηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής.
- Προβάλεται και γιορτάζεται η ποικιλομορφία των δημιουργικών ερμηνειών και των μορφών τέχνης.
- Παροχή εποικοδομητικών σχολίων και γνώσεων σχετικά με καλλιτεχνικές επιλογές και παρουσιάσεις.
- Βελτιώστε τις δεξιότητες ψηφιακής συνεργασίας και την πολιτιστική ευαισθησία.





Υγιή & Μάθηση τρόπου ζωής

Έκθεση Healthy Lifestyle:
Εκφράζοντας την υγεία μέσω

Εικαστικές τέχνες



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Έκθεση Υγιεινού Τρόπου Ζωής: Εκφράζοντας την Υγεία μέσα από τις Εικαστικές Τέχνες

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η εργασία συνδυάζει τη γλώσσα και τις εικαστικές τέχνες για να εμπλέξει τους μαθητές στην έκφραση της έννοιας ενός υγιεινού τρόπου ζωής μέσω δημιουργικών εικαστικών έργων. Οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν τις καλλιτεχνικές τους δεξιότητες και τη φαντασία τους για να δημιουργήσουν οπτικές αναπαραστάσεις που μεταδίδουν τη σημασία ενός υγιεινού τρόπου ζωής χωρίς να περιλαμβάνουν έρευνα ή γραφή.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασική κατανόηση των γλωσσικών εννοιών και του λεξιλογίου που σχετίζονται με την υγεία και τον υγιεινό τρόπο ζωής. Εξοικείωση με τεχνικές εικαστικών τεχνών και διάθεση έκφρασης ιδεών με οπτικά μέσα.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ**

Ατομική ή μικρές ομάδες (2-4 μαθητές) Η εργασία εκτελείται μέσω καλλιτεχνικής δημιουργίας και έκθεσης.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

α) Εισαγωγή

Παρέχετε μια επισκόπηση της εργασίας και των στόχων της. Εξηγήστε τη σημασία της προώθησης ενός υγιεινού τρόπου ζωής μέσω των εικαστικών τεχνών και τη δύναμη της μη λεκτικής επικοινωνίας.

β) Καλλιτεχνική Εξερεύνηση

Οι μαθητές εξερευνούν διαφορετικές τεχνικές και στυλ εικαστικών τεχνών ως εργαλεία έκφρασης ιδεών. Μαθαίνουν για στοιχεία της τέχνης όπως γραμμή, σχήμα, χρώμα και σύνθεση και πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη μετάδοση μηνυμάτων που σχετίζονται με έναν υγιεινό τρόπο ζωής.

γ) Καλλιτεχνική Δημιουργία

Οι μαθητές επιλέγουν μια συγκεκριμένη πτυχή ενός υγιεινού τρόπου ζωής (π.χ. σωματική δραστηριότητα, ισορροπημένη διατροφή, ψυχική ευεξία) και δημιουργούν ένα εικαστικό έργο τέχνης που αντιπροσωπεύει το θέμα που έχουν επιλέξει. Χρησιμοποιούν τη δημιουργικότητά τους, τις καλλιτεχνικές τους δεξιότητες και τα στοιχεία της τέχνης για να μεταφέρουν το μήνυμά αποτελεσματικά.

δ) Κριτική και προβληματισμός

Οι μαθητές συμμετέχουν σε συνεδρίες κριτικής από ομοτίμους όπου παρέχουν ανατροφοδότηση για τα έργα τέχνης του άλλου. Συζητούν τον οπτικό αντίκτυπο, τη σαφήνεια του μηνύματος και την αποτελεσματικότητα των καλλιτεχνικών επιλογών. Οι μαθητές αναλογίζονται τα δικά τους έργα τέχνης και εξετάζουν πώς εξέφρασαν με επιτυχία την έννοια του υγιεινού τρόπου ζωής.

ε) Έκθεση και Παρουσίαση

Οι μαθητές επιμελούνται μια φυσική ή εικονική έκθεση των έργων τέχνης τους. Παρουσιάζουν τα έργα τους στην τάξη, εξηγώντας τις καλλιτεχνικές επιλογές που έγιναν, τα μηνύματα που μεταφέρθηκαν και τα συναισθήματα που προκαλούν οι δημιουργίες τους.

Είδη τέχνης που βασίζονται σε επιλεγμένο μέσο (π.χ. χαρτί, καμβάς, χρώματα, υλικά σχεδίασης), εκθεσιακό χώρο (φυσικό ή εικονικό), οπτικοακουστικό εξοπλισμό για παρουσίαση εάν χρειάζεται.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση των γλωσσικών δεξιοτήτων μέσω οπτικής επικοινωνίας και έκφρασης.
- Αναπτύξτε τη δημιουργικότητα, τις καλλιτεχνικές δεξιότητες και την αισθητική εκτίμηση.
- Ενθάρρυνση της κριτικής σκέψης και του προβληματισμού σχετικά με τις καλλιτεχνικές επιλογές και τη μετάδοση μηνυμάτων.
- Δημιουργήστε δεξιότητες παρουσίασης και επικοινωνίας μέσω της εκτίμησης και της επεξήγησης της τέχνης.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Γλώσσα, Εικαστικά.

HASHTAGS

#HealthyLifestyleExhibition #VisualArtExpression
#ΠροαγωγήτηςΥγείας





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

International Art Dialogue: Celebrating Visual Expressions of Health

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήν τη διαδικτυακή συλλογική συνεδρία, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να μοιραστούν και να γιορτάσουν τα εικαστικά τους έργα που δημιουργήθηκαν στο πλαίσιο της εργασίας "Έκθεση Υγιεινού Τρόπου Ζωής". Βασιζόμενοι στις καλλιτεχνικές τους εκφράσεις, οι συμμετέχοντες συμμετέχουν σε έναν εικονικό διάλογο τέχνης, ανταλλάσσουν πολιτιστικές προοπτικές και συνεργάζονται για τη δημιουργία μιας ψηφιακής γκαλερί που προβάλλει οπτικές εκφράσεις υγείας από όλο τον κόσμο.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Χρησιμοποιώντας διαδικτυακά εργαλεία συνεργασίας, θα μοιραστούν εικόνες ή βίντεο των έργων τέχνης τους. Κάθε ομάδα θα επιμεληθεί μια ψηφιακή γκαλερί όπου θα εμφανίσει τα έργα της μαζί με περιγραφές και προβληματισμούς. Οι συμμετέχοντες θα εξερευνήσουν τις γκαλερί, θα συμμετάσχουν σε συζητήσεις και θα παρέχουν ανατροφοδότηση για τις οπτικές εκφράσεις του άλλου.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και εκτίμησης για τις οπτικές εκφράσεις της υγείας.
- Προβάλεται και γιορτάζεται η ποικιλομορφία των καλλιτεχνικών ερμηνειών και των πολιτιστικών προοπτικών.
- Παροχή εποικοδομητικών σχολίων και γνώσεων σχετικά με τις καλλιτεχνικές επιλογές και τη μετάδοση μηνυμάτων.
- Βελτιώστε τις δεξιότητες διαδικτυακής συνεργασίας και την πολιτιστική ευαισθησία.





Υγιή & Μάθηση τρόπου ζωής

Πρόκληση υγιεινού τρόπου ζωής:

Εξερευνώντας την Επιστήμη της

Διατροφής και την Τέχνη του

Γαστρονομικές Απολαύσεις



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Πρόκληση υγιεινού τρόπου ζωής: Εξερευνώντας την Επιστήμη της Διατροφής και την Τέχνη των Μαγειρικών Απολαύσεων

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η διεπιστημονική εργασία συνδυάζει την επιστήμη και τις μαγειρικές τέχνες για να εμπλέξει μαθητές γυμνασίου ηλικίας 14-16 ετών σε μια πρακτική εξερεύνηση υγιεινών διατροφικών συνηθειών και γαστρονομικών δεξιοτήτων. Η εργασία ενθαρρύνει τους μαθητές να προετοιμάσουν θρεπτικά γεύματα και να κατανοήσουν τις επιστημονικές αρχές πίσω από τις υγιεινές επιλογές τροφίμων, χωρίς να περιλαμβάνει έρευνα ή γράψιμο για τους μαθητές.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασική κατανόηση επιστημονικών εννοιών που σχετίζονται με τη διατροφή, βασικές μαγειρικές δεξιότητες ή προθυμία για μάθηση και ικανότητα συνεργασίας σε μια ομάδα.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Μικρές ομάδες (3-4 μαθητές) Η εργασία εκτελείται μέσα από πρακτικές μαγειρικές δραστηριότητες και επιστημονικές συζητήσεις.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2-3 εβδομάδες.



ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΠΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήν την εργασία, οι μαθητές θα εξερευνήσουν την επιστήμη πίσω από τις υγιεινές διατροφικές συνήθειες και θα αναπτύξουν μαγειρικές δεξιότητες για τη δημιουργία θρεπτικών γευμάτων. Η εργασία αποτελείται από τις ακόλουθες εργασίες:

α) Εργασία 1 - Διατροφική Ανάλυση

Οι μαθητές αναλύουν το θρεπτικό περιεχόμενο κοινών τροφίμων, συγκρίνοντας τα μακροθρεπτικά συστατικά τους και μικροθρεπτικές συνθέσεις. Συζητούν τη σημασία μιας ισορροπημένης διατροφής και εντοπίζουν τα πλούσια σε θρεπτικά συστατικά τρόφιμα.

β) Εργασία 2 - Ανάπτυξη Συνταγής

Οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες για να αναπτύξουν μια συνταγή για ένα υγιεινό, ισορροπημένο γεύμα. Λαμβάνουν υπόψη τη γεύση, την υφή και το θρεπτικό περιεχόμενο όταν δημιουργούν τη συνταγή τους.

γ) Εργασία 3 - Εργαστήριο Μαγειρικών Δεξιοτήτων

Οι μαθητές συμμετέχουν σε ένα εργαστήριο μαγειρικών δεξιοτήτων όπου μαθαίνουν τεχνικές όπως δεξιότητες με μαχαίρι, μεθόδους μαγειρέματος και παρουσίαση γευμάτων. Εξασκούν αυτές τις δεξιότητες ενώ προετοιμάζουν τη συνταγή που έχουν επιλέξει.

δ) Εργασία 4 - Προετοιμασία Γεύματος

Οι μαθητές προετοιμάζουν τις επιλεγμένες συνταγές τους, εστιάζοντας στη σωστή μέτρηση των συστατικών, στις τεχνικές μαγειρέματος και στις πρακτικές ασφάλειας των τροφίμων.

ε) Εργασία 5 - Επιστημονική Παρουσίαση

Οι μαθητές παρουσιάζουν τα έτοιμα γεύματά τους στην τάξη, συζητώντας τα διατροφικά οφέλη και τις επιστημονικές αρχές πίσω από τις επιλογές συνταγών τους.

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

Συστατικά για την προετοιμασία συνταγών, εξοπλισμός και σκεύη κουζίνας, πρόσβαση σε βάσεις δεδομένων ή πόρους διατροφής, υλικό παρουσίασης.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Αναπτύξετε την κατανόηση της επιστήμης πίσω από τις υγιεινές διατροφικές συνήθειες και τη διατροφή.
- Βελτιώστε τις μαγειρικές δεξιότητες και τη γνώση των τεχνικών μαγειρικής.
- Ενίσχυση της ομαδικής εργασίας και της συνεργασίας στην ανάπτυξη συνταγών και την προετοιμασία γευμάτων.
- Βελτίωση των δεξιοτήτων παρουσίασης και επικοινωνίας μέσω επιστημονικών συζητήσεων.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Επιστήμη, Μαγειρικές Τέχνες.

HASHTAGS

#HealthyLifestyleChallenge #NutritionScience
#ΜαγειρικέςΑπολαύσεις





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

International Recipe Exchange: Sharing Healthy Culinary Traditions

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτή τη διαδικτυακή συνεδρία συνεργασίας, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να μοιραστούν τις παραδοσιακές υγιεινές συνταγές τους. Βασιζόμενοι στην εργασία «Πρόκληση υγιεινού τρόπου ζωής», οι συμμετέχοντες συμμετέχουν σε μια πολιτιστική ανταλλαγή συνταγών, εξερευνώντας διαφορετικές γαστρονομικές παραδόσεις και προωθώντας την παγκόσμια κατανόηση και εκτίμηση για την υγιεινή διατροφή.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα ενταχθούν σε μια διαδικτυακή πλατφόρμα συναντήσεων όπου θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Κάθε ομάδα θα μοιραστεί μια παραδοσιακή υγιεινή συνταγή από τον πολιτισμό της, συζητώντας τη διατροφική της αξία, την πολιτιστική σημασία και τις μεθόδους παρασκευής της. Οι συμμετέχοντες θα ανταλλάξουν ιδέες, θα κάνουν ερωτήσεις και θα εκτιμήσουν την ποικιλομορφία των γαστρονομικών παραδόσεων.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της πολιτιστικής κατανόησης και εκτίμησης για διαφορετικές γαστρονομικές παραδόσεις.
- Προώθηση παγκόσμιων συνδέσεων και συνεργασίας μέσω κοινών συνταγών και πολιτιστικών εμπειριών.





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Υγιεινός τρόπος ζωής
Εξερεύνηση: Μια εκδρομή για
Υγεία και ευεξία



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Εξερεύνηση υγιεινού τρόπου ζωής: Μια εκδρομή για υγεία και ευεξία

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η διεπιστημονική εργασία συνδυάζει την υπαίθρια εξερεύνηση και την επιστημονική έρευνα για να εμπλέξει μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ηλικίας 14-16 ετών σε ένα βιωματικό ταξίδι μάθησης επικεντρωμένο σε επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής. Η εργασία περιλαμβάνει μια εκδρομή έξω από τις εγκαταστάσεις του σχολείου, όπου οι μαθητές θα συμμετέχουν ενεργά σε πρακτικές δραστηριότητες, έρευνες και συζητήσεις που σχετίζονται με την υγεία και την ευεξία.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης 14-16 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασική κατανόηση των εννοιών υγείας, των δεξιοτήτων παρατήρησης, των δεξιοτήτων κριτικής σκέψης και της ικανότητας συνεργασίας σε μια ομάδα.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ**

Μικρές ομάδες (4-6 μαθητές) Η εργασία εκτελείται μέσω εκδρομής και επακόλουθων μαδικών συζητήσεων.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

1-2 ημέρες για την εκδρομή και 1-2 εβδομάδες για δραστηριότητες παρακολούθησης.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

Η εργασία περιλαμβάνει τις ακόλουθες εργασίες:

α) Εργασία 1 - Προετοιμασία εκδρομής

Οι μαθητές ερευνούν και εξοικειώνονται με την επιλεγμένη τοποθεσία για την εκδρομή, το φυσικό της περιβάλλον και σχετικά θέματα που σχετίζονται με την υγεία.

β) Εργασία 2 - Εκδρομή

Οι μαθητές επισκέπτονται ένα τοπικό πάρκο, ένα φυσικό καταφύγιο ή άλλη κατάλληλη υπαίθρια τοποθεσία που είναι γνωστή για την προώθηση υγιεινών τρόπων ζωής. Κατά τη διάρκεια της εκδρομής, οι μαθητές συμμετέχουν σε διάφορες δραστηριότητες, όπως πεζοπορία, ποδηλασία ή ενασχόληση με προκλήσεις φυσικής κατάστασης. Εξερευνούν επίσης το φυσικό περιβάλλον και συζητούν τις επιπτώσεις του στην ευημερία. Οι μαθητές καταγράφουν τις εμπειρίες τους μέσω φωτογραφιών ή βίντεο.

γ) Εργασία 3 - Συλλογή και Ανάλυση Δεδομένων

Οι μαθητές συγκεντρώνουν και αναλύουν τα δεδομένα που συλλέχθηκαν κατά τη διάρκεια της εκδρομής. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει παρατηρήσεις, μετρήσεις ή καταγραφές που σχετίζονται με τα επίπεδα φυσικής δραστηριότητας, το φυσικό περιβάλλον και την επίδρασή τους στην ψυχική και σωματική ευεξία.

δ) Εργασία 4 - Αναστοχασμός και ομαδική συζήτηση

Οι μαθητές μοιράζονται τις εμπειρίες, τις παρατηρήσεις και τις αναλύσεις τους σε μια ομαδική συζήτηση. Αντικατοπτρίζουν τις συνδέσεις μεταξύ της φυσικής δραστηριότητας, της φύσης και της συνολικής υγείας και ευεξίας.

ε) Εργασία 5 - Σχέδιο Δράσης

Οι μαθητές αναπτύσσουν από κοινού ένα σχέδιο δράσης για να προωθήσουν επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής στο σχολείο ή την τοπική τους κοινότητα με βάση τα ευρήματα και τους προβληματισμούς τους από την εκδρομή.

Μεταφορά στην τοποθεσία εκδρομής, κατάλληλα ρούχα και υποδήματα εξωτερικού χώρου, ψηφιακές φωτογραφικές μηχανές ή smartphone για τεκμηρίωση, σημειωματάρια για συλλογή δεδομένων, υλικό γραφής για προβληματισμό και σχεδιασμό.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΤΟΧΟΙ

- Προωθήστε την κατανόηση των διασυνδέσεων μεταξύ της φυσικής δραστηριότητας, της φύσης και της ευεξίας.
- Ανάπτυξη παρατηρητικών και αναλυτικών δεξιοτήτων μέσω συλλογής και ανάλυσης δεδομένων.
- Ενίσχυση της ομαδικής εργασίας και της συνεργασίας μέσω ομαδικών συζητήσεων και ανάπτυξης ενός σχεδίου δράσης.
- Ενθαρρύνετε τον προσωπικό προβληματισμό και την κριτική σκέψη σχετικά με τις επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Φυσική Αγωγή, Επιστήμη, Περιβαλλοντικά, Ψηφιακές.

HASHTAGS

#HealthyLifestyle #Exploration #OutdoorWellness
#FieldTripFun





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ



Διεθνής Εκστρατεία Υγιεινού Τρόπου Ζωής: Μοιραστείτε τις εμπειρίες εκδρομών μας

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτή τη διαδικτυακή συλλογική συνεδρία, μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις γνώσεις τους που αποκτήθηκαν από την εκδρομή. Οι συμμετέχοντες συμμετέχουν σε συζητήσεις, μοιράζονται παρουσιάσεις πολυμέσων και ανταλλάσσουν ιδέες για την προώθηση επιλογών υγιεινού τρόπου ζωής στις αντίστοιχες κοινότητές τους.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα ενταχθούν σε μια διαδικτυακή πλατφόρμα συναντήσεων όπου θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει τις εμπειρίες της εκδρομής, επισημαίνοντας τα βασικά ευρήματα, τους προβληματισμούς και τα σχέδια δράσης που αναπτύχθηκαν. Θα συμμετάσχουν σε διαπολιτισμικές συζητήσεις, θα μοιραστούν φωτογραφίες ή βίντεο και θα συνεργαστούν στο σχεδιασμό μιας διεθνούς εκστρατείας για υγιεινό τρόπο ζωής.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Αναπτύξετε τη διαπολιτισμική κατανόηση και εκτίμηση των διαφορετικών απόψεων σχετικά με τις επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής.
- Εφαρμόστε δεξιότητες κριτικής σκέψης για ανάλυση και προβληματισμό σχετικά με τις εμπειρίες του ταξιδιού.
- Βελτίωση των δεξιοτήτων επικοινωνίας και παρουσίασης μέσω παρουσιάσεων πολυμέσων.
- Ενίσχυση της συνεργασίας και της ομαδικής εργασίας για την ανάπτυξη μιας διεθνούς εκστρατείας για υγιεινό τρόπο ζωής.





Υγιή & Μάθηση τρόπου ζωής

Πρόκληση υγιεινού τρόπου ζωής:
Δημιουργία ολιστικής ευεξίας
Πρόγραμμα



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Πρόκληση υγιεινού τρόπου ζωής: Δημιουργία Ολιστικού Προγράμματος Ευεξίας

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η διεπιστημονική εργασία εμπλέκει μαθητές γυμνασίου ηλικίας 15-17 ετών στο σχεδιασμό ενός ολιστικού προγράμματος ευεξίας που προωθεί τις επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής. Οι μαθητές και οι δάσκαλοι συνεργάζονται σε διάφορα θέματα για να αναπτύξουν ολοκληρωμένες πρωτοβουλίες που αφορούν τη σωματική, ψυχική και συναισθηματική ευεξία.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ηλικίας 15-17 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Βασική κατανόηση των εννοιών υγείας, των ερευνητικών δεξιοτήτων, των δεξιοτήτων κριτικής σκέψης, των δεξιοτήτων επικοινωνίας και της ικανότητας συνεργασίας σε μια ομάδα.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Μικρές ομάδες (4-6 μαθητές) σε συνδυασμό με έναν εκπαιδευτικό μέντορα. Η εργασία εκτελείται μέσω έρευνας, ομαδικών συζητήσεων και συλλογικής ανάπτυξης έργου.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

6-8 εβδομάδες.



**ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
ΑΠΟ
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

Αυτή η εργασία περιλαμβάνει τις ακόλουθες εργασίες:

α) Εργασία 1 - Έρευνα για την Ολιστική Ευεξία

Οι μαθητές διεξάγουν έρευνα σχετικά με διάφορες πτυχές της ολιστικής ευεξίας, συμπεριλαμβανομένης της σωματικής, ψυχικής και συναισθηματικής ευεξίας. Εξερευνούν θέματα όπως η διατροφή, η άσκηση, η διαχείριση του άγχους, η επίγνωση και οι πρακτικές αυτοφροντίδας.

β) Εργασία 2 - Ομαδικές Συζητήσεις και Αξιολόγηση Αναγκών

Οι μαθητές, μαζί με τους δασκάλους μέντορες τους, συμμετέχουν σε ομαδικές συζητήσεις για να εντοπίσουν τις συγκεκριμένες ανάγκες και προκλήσεις που σχετίζονται με την ολιστική ευεξία στο σχολείο ή την κοινότητά τους. Διεξάγουν έρευνες ή συνεντεύξεις για να συλλέξουν πληροφορίες από συνομηλίκους, δασκάλους και άλλα ενδιαφερόμενα μέρη.

γ) Εργασία 3 - Σχεδιασμός και Σχεδιασμός Προγράμματος

Οι μαθητές εργάζονται στις ομάδες τους για να σχεδιάσουν ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα ευεξίας που αντιμετωπίζει τις προσδιορισμένες ανάγκες και προκλήσεις. Αναπτύσσουν πρωτοβουλίες, δραστηριότητες και στρατηγικές για την προώθηση της σωματικής, ψυχικής και συναισθηματικής ευεξίας μεταξύ των συνομηλίκων τους.

δ) Εργασία 4 - Υλοποίηση και Αξιολόγηση Οι μαθητές, με την καθοδήγηση των δασκάλων τους, εφαρμόζουν το πρόγραμμα ευεξίας στο σχολείο ή την κοινότητά τους. Διοργανώνουν εργαστήρια, εκδηλώσεις ή εκστρατείες για να προωθήσουν επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής και συλλέγουν σχόλια για να αξιολογήσουν την αποτελεσματικότητα των πρωτοβουλιών τους.

ε) Εργασία 5 - Προβληματισμός και μελλοντικές συστάσεις Οι μαθητές αναλογίζονται την εμπειρία τους και αξιολογούν τον αντίκτυπο του προγράμματος ευεξίας τους. Εντοπίζουν επιτυχίες, προκλήσεις και τομείς προς βελτίωση, παρέχοντας συστάσεις για τη διατήρηση και την επέκταση των πρωτοβουλιών στο μέλλον.

Ερευνητικό υλικό, υπολογιστές ή συσκευές με πρόσβαση στο διαδίκτυο, υλικό παρουσίασης, εργαλεία έρευνας ή συνέντευξης, πόροι για την υλοποίηση του προγράμματος (π.χ. χώρος, εξοπλισμός, διαφημιστικό υλικό).

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΠΟΧΟΙ

- Αναπτύξτε δεξιότητες έρευνας και κριτικής σκέψης που σχετίζονται με την ολιστική ευεξία.

- Ενισχύστε τις δεξιότητες επικοινωνίας και ομαδικής εργασίας μέσω ομαδικών συζητήσεων και σχεδιασμού έργου.

- Ενίσχυση της ηγεσίας και της ανάληψης πρωτοβουλιών σχεδιάζοντας και εφαρμόζοντας ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα ευεξίας.

- Καλλιεργούν δεξιότητες προβληματισμού και αξιολόγησης για την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των πρωτοβουλιών τους.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Αγωγή Υγείας, Φυσική Αγωγή, Ψυχολογία,
Κοινωνιολογία.

HASHTAGS

#HolistiWellnessChallenge #HealthyLifestyleProgram
#WellBeingMatters





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ

Διεθνές Συμπόσιο Ευεξίας: Μοιραζόμαστε τις Ολιστικές Προσεγγίσεις μας

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτό το διαδικτυακό συμπόσιο, μαθητές γυμνασίου ηλικίας 15-17 ετών από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να μοιραστούν τα ολιστικά προγράμματα ευεξίας τους και να ανταλλάξουν ιδέες. Οι συμμετέχοντες παρουσιάζουν τις πρωτοβουλίες τους, συζητούν προκλήσεις και επιτυχίες και συνεργάζονται για μελλοντικά σχέδια για την προώθηση της ευημερίας στα σχολεία και τις κοινότητές τους.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι μαθητές θα ενταχθούν σε μια διαδικτυακή πλατφόρμα συναντήσεων όπου θα χωριστούν σε μικρές ομάδες που θα περιλαμβάνουν άτομα από διαφορετικές χώρες. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει το πρόγραμμα ευεξίας της, συμπεριλαμβανομένων βασικών πρωτοβουλιών και αποτελεσμάτων. Θα ασχοληθούν με διαπολιτισμικές συζητήσεις, μοιραστείτε ιδέες και παρέχετε σχόλια και προτάσεις για περαιτέρω βελτίωση και συνεργασία.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και συνεργασίας μεταξύ μαθητών από διαφορετικές χώρες.
- Ενθάρρυνση της ανταλλαγή βέλτιστων πρακτικών και καινοτόμων προσεγγίσεων για την προώθηση της ολιστικής ευεξίας.
- Εμπνεύστε τους συμμετέχοντες να εφαρμόσουν νέες ιδέες και πρωτοβουλίες βασισμένες στις εμπειρίες άλλων.
- Καλλιεργήστε την αίσθηση της παγκόσμιας ιθαγένειας και ευθύνης για την προώθηση της ευημερίας σε ευρύτερη κλίμακα.





Υγιή & Μάθησητρόπουζωής

Κώδικας Υγείας: Κτίρι θ α
Εφαρμογή Healthy Lifestyle



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-1NL01KA201-064672



Κώδικας για την υγεία: Δημιουργία εφαρμογής υγιεινού τρόπου ζωής

ΜΙΚΡΟΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αυτή η διεπιστημονική εργασία εμπλέκει μαθητές γυμνασίου ηλικίας 15-17 ετών στην κωδικοποίηση μιας εφαρμογής για κινητά που προωθεί τις επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής. Οι μαθητές συνδυάζουν τις δεξιότητες κωδικοποίησης με γνώσεις από άλλα μαθήματα για να αναπτύξουν μια διαδραστική και ενημερωτική εφαρμογή που ενθαρρύνει τους χρήστες να υιοθετήσουν υγιεινές συνήθειες.

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΘΗΤΗ

Μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ηλικίας 15-17 ετών.

ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΓΝΩΣΗ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

- Βασικές γνώσεις κωδικοποίησης (π.χ. μεταβλητές, βρόχοι, προϋποθέσεις).
- Κατανόηση εννοιών και πρακτικών υγιεινού τρόπου ζωής.
- Δημιουργική σκέψη και δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων.
- Ικανότητες συνεργασίας και ομαδικής εργασίας.

**ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΔΑΣ ΚΑΙ
ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ
ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ**

Μικρές ομάδες (3-4 μαθητές) που συνεργάζονται με έναν δάσκαλο ως συντονιστή. Η εργασία εκτελείται μέσω ενός συνδυασμού συνεδριών κωδικοποίησης, καταιγισμού ιδεών και ανάπτυξης έργου.

ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

4-6 εβδομάδες.



ΠΛΗΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΠΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΥΛΙΚΑ

Οι μαθητές θα συμμετάσχουν στις ακόλουθες εργασίες για να αναπτύξουν μια εφαρμογή υγιεινού τρόπου ζωής:

α) Εργασία 1 - Έννοια και σχεδίαση εφαρμογής

Οι μαθητές αναγνωρίζουν το κοινό-στόχο και τα βασικά χαρακτηριστικά της εφαρμογής υγιεινού τρόπου ζωής τους. Ανταλλάσσουν ιδέες για το σχεδιασμό, τη διάταξη και τη διεπαφή χρήστη της εφαρμογής.

β) Εργασία 2 - Κωδικοποίηση και Ανάπτυξη Εφαρμογών Οι μαθητές χρησιμοποιούν τις δεξιότητές τους κωδικοποίησης για να αναπτύξουν τη λειτουργικότητα της εφαρμογής. Δημιουργούν διαδραστικές λειτουργίες όπως η παρακολούθηση καθημερινών δραστηριοτήτων, η παροχή υγιεινών συνταγών, η προσφορά ρουτίνες προπόνησης ή η παράδοση μηνυμάτων κινήτρων.

γ) Εργασία 3 - Δημιουργία και ενσωμάτωση περιεχομένου Οι μαθητές ερευνούν και συλλέγουν σχετικό περιεχόμενο, όπως διατροφικές πληροφορίες, οδηγίες άσκησης και πηγές ψυχικής υγείας. Ενσωματώνουν αυτό το περιεχόμενο στην εφαρμογή για να παρέχουν στους χρήστες ακριβείς και χρήσιμες πληροφορίες.

δ) Εργασία 4 - Δοκιμή και βελτίωση

Οι μαθητές δοκιμάζουν τη λειτουργικότητα, τη χρηστικότητα και τη συνολική εμπειρία χρήστη της εφαρμογής. Συλλέγουν σχόλια από συνομηλίκους και κάνουν τις απαραίτητες βελτιώσεις για να βελτιώσουν την απόδοση της εφαρμογής.

ε) Εργασία 5 - Παρουσίαση και επίδειξη Οι μαθητές παρουσιάζουν την αναπτυγμένη εφαρμογή τους στους συμμαθητές και τους δασκάλους τους. Επιδεικνύουν τα χαρακτηριστικά της, εξηγούν το σκεπτικό πίσω από τις σχεδιαστικές επιλογές τους και επισημαίνουν τα οφέλη από τη χρήση της εφαρμογής για την προώθηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής.

Υπολογιστές ή συσκευές με λογισμικό κωδικοποίησης (π.χ. Scratch, Python), ερευνητικό υλικό (διαδικτυακοί πόροι, βιβλία), υλικό παρουσίασης.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

- Εφαρμόστε δεξιότητες κωδικοποίησης για να αναπτύξετε μια λειτουργική και διαδραστική εφαρμογή για κινητά.
- Ενσωματώστε τη γνώση των εννοιών και των πρακτικών του υγιεινού τρόπου ζωής σε μια πρακτική λύση.
- Ενισχύστε τη δημιουργικότητα και τις ικανότητες επίλυσης προβλημάτων μέσω του σχεδιασμού και της ανάπτυξης εφαρμογών.
- Ενισχύστε τις δεξιότητες συνεργασίας και ομαδικής εργασίας μέσω της ομαδικής εργασίας.

ΣΧΟΛΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΕΠΑΣΤΟΣ

Κωδικοποίηση/Πληροφορική, Αγωγή Υγείας.

HASHTAGS

#CodeForHealth #HealthyLifestyle #TechWellness





ΑΚΟΛΟΥΘΩ ΑΝΑΘΕΣΗ



**Παγκόσμια έκθεση εφαρμογών: Προώθηση υγιεινών
τρόπων ζωής παγκοσμίως**

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Σε αυτήν τη διαδικτυακή έκθεση, μαθητές γυμνασίου ηλικίας 15-17 ετών από διαφορετικές χώρες συγκεντρώνονται για να παρουσιάσουν και να μοιραστούν τις ανεπτυγμένες εφαρμογές τους για υγιεινό τρόπο ζωής. Οι συμμετέχοντες συμμετέχουν σε συζητήσεις, παρέχουν σχόλια και διερευνούν τις δυνατότητες συνεργασίας για την προώθηση υγιεινών συνηθειών σε παγκόσμια κλίμακα.

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Οι συμμετέχοντες θα ενταχθούν σε μια διαδικτυακή πλατφόρμα συσκέψεων όπου θα έχουν την ευκαιρία να παρουσιάσουν τις ανεπτυγμένες εφαρμογές τους. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει τις δυνατότητες της εφαρμογής της, το κοινό-στόχο και τον αντίκτυπο που οραματίζεται να έχει. Θα λάβουν σχόλια από τους συμμετέχοντες και θα συζητήσουν πιθανές συλλογικές προσπάθειες για να επεκτείνουν την εμβέλεια και τον αντίκτυπο των εφαρμογών τους.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ

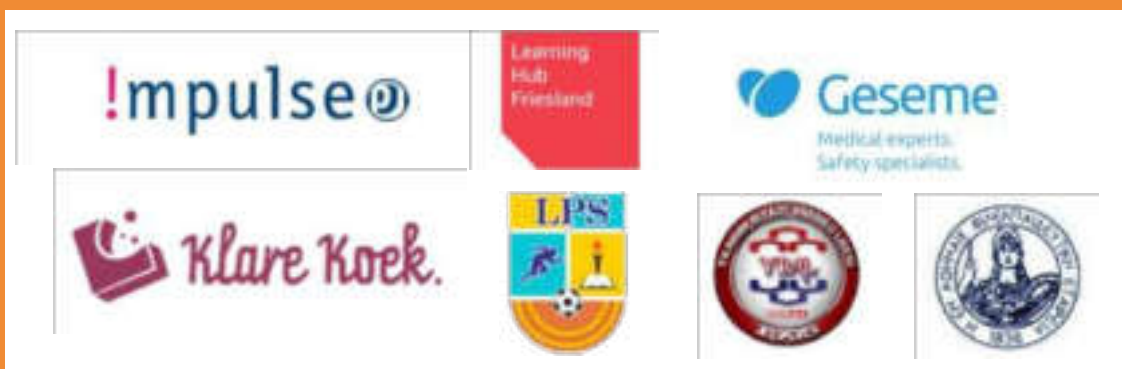
- Ενίσχυση της διαπολιτισμικής κατανόησης και συνεργασίας μεταξύ μαθητών από διαφορετικές χώρες.
- Μοιραστείτε και μάθετε από διαφορετικές προσεγγίσεις και προοπτικές ανάπτυξης εφαρμογών.
- Παρέχετε ποικοδομητικά σχόλια και προτάσεις για τη βελτίωση των εφαρμογών που παρουσιάζονται.
- Εξερευνήστε καιρίες για συνεργασία για την προώθηση υγιεινών τρόπων ζωής σε παγκόσμιο επίπεδο.







www.healthyLifestyle.school



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

To Healthy and Learning Lifestyle χρηματοδοτείται στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ Key
Action 2: Strategic Partnership Call 2020 με αριθμό συμφωνίας 2020-NL01KA201-064672