***ΕΙΜΑΙ ΟΤΙ ΤΡΩΩ !!!***



ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

ΟΝΟΜΑ ΥΠΕΥΘΥΝΟΥ ΚΑΘΗΓΗΤΗ : ΘΕΟΔΩΡΑΚΗΣ Γ.

ΟΝΟΜΑ : ΣΚΕΝΤΟΣ ΘΩΜΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ

ΑΕΜ : 0711036

ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ : Ζ΄

Το σχολικό περιβάλλον ανέκαθεν ενστερνίζονταν και χάρασσε θετικές αξίες και σωστές στάσεις για τον τρόπο διαμόρφωσης του χαρακτήρα και της προσωπικότητας του παιδιού. Αποτελούσε πάντοτε το φυσικό χώρο για την ολοκλήρωση του παιδιού και τη μετάβαση του σε διαπαιδαγωγημένο πλέον άτομο καλυμμένο με όλα εκείνα τα εφόδια και τα βιώματα από τα πρώτα σταδία της ανάπτυξης του διακρίνοντας έτσι τα σωστά πρότυπα ζωής. Στη συνέχεα επεξεργαζόμενο τις ποικίλες απόψεις, τις ιδεολογίες και τα πιστεύω τόσο των συμμαθητών του όσο και των γονέων αρχίζει να τροποποιεί και τις δίκες του.

Η παράλειψη των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας θα ήταν μεγάλη αμέλεια αφού το σχολικό περιβάλλον είναι στενά συνδεδεμένο με αυτό. Η λειτούργει και η υλοποίηση τέτοιων προγραμμάτων είναι άκρως σημαντική διότι η ηλικία αυτή είναι η πλέον κρίσιμη για τη διαμόρφωση υγιεινών προτύπων τρόπου ζωής και συμπεριφοράς. Η μέθοδος εκμάθησης με τα έξης προγράμματα βοηθάει στην αντιμετώπιση προβλημάτων που συνεπάγονται από την ενημέρωση και τον επηρεασμό των μεθόδων αγωγής υγείας.

Ο σχεδιασμός του παρακάτω προγράμματος αγωγής υγείας έχει να κάνει με την υγιεινή στάση διατροφικών αξίων ξεκινώντας από την σχολική και πλέον ευαίσθητη ηλικία του ανθρώπου.

***Σκοπός & Στόχοι του προγράμματος***

Αρχικά με αυτό το πρόγραμμα θα προσπαθήσουμε να δεχθούμε αλλά και να προβάλουμε τις ανησυχίες και τον προβληματισμό των παιδιών σχετικά με τα διατροφικά πρότυπα. Στόχος είναι να προβληθούν οι κοινωνικοί παράγοντες τα ενδιαφέροντα των μαθητών, οι στάσεις τους αλλά και η προδιάθεση τους ώστε τα προσωπικά τους δεδομένα να συνδεθούν άρρηκτα με τις νέες διατροφικές συνήθειες. Επίσης η δημιουργία αυθεντικών μαθησιακών καταστάσεων πάνω στο θέμα αυτό καθώς και η ενεργή συμμέτοχη των μαθητών. Επιπλέον η στόχευση στην βελτίωση της αυτοδικίας και στην αυτοαντίληψη του μαθητή αλλά και στις σχέσεις με τους συμμαθητές. Πρέπει να κατανοήσουν οι μαθητές και να εντοπίζουν τις αλλαγές στο σώμα τους μέσα από διαδικασίες ενεργητικής και βιωματικής μάθησης βελτιώνοντας έτσι το αίσθημα της αναποτελεσματικότητας. Ένα κύριο θέμα είναι η σύνδεση προγραμμάτων ισορροπημένης διατροφής με το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον, όπως η σχεδίαση ενός πλάνου και μενού διατροφής βασισμένο πάνω στα ιδανικά και υγιή πρότυπα.

Απαραίτητη είναι η ενημέρωση για τη διατροφική αλυσίδα και τις ομάδες τροφίμων στους μαθητές από διδακτικό προσωπικό του σχολειού αλλά και από ιατρούς ή διατροφολόγους. Κατά κύριο λόγο θα πρέπει να τεθεί το θέμα και ο προβληματισμός για τα αίτια της παιδικής παχυσαρκίας, αλλά και οι συνέπειες της αλόγιστης κατανάλωσης ανθυγιεινών τροφών. Επίσης η επιρροή και το διαφημιστικό ρεύμα ως τάση μόδας που ωθεί τα παιδία σε διατροφικές διαταραχές θα πρέπει να τονιστεί. Τέλος για την απόκτηση ενός σωστού και γερού παιδικού σώματος θα πρέπει να σημειωθεί ο σημαντικός ρόλος της άσκησης.

***Τεκμηρίωση της χρήσης του προγράμματος και αποτελέσματα***

Μέσω του προγράμματος οι μαθητές θα μάθουν για τη σωστή διατροφή. Η υγιεινή διατροφή μπορεί και παρέχει όλες τις θρεπτικές ουσίες που χρειάζεται ο οργανισμός ώστε να είναι υγιής. Η ποικιλία της που είναι πλούσια σε φρούτα και λαχανικά, ενώ και ελάχιστα κεκορεσμένα λιπαρά, τα οποία βρίσκονται σε προϊόντα του εμπορίου, το κρέας, το πλήρες γάλα, το βούτυρο και το τυρί είναι αυτά που διατηρούν σε αρμονική λειτουργιά το σώμα μας. Η διατροφή πρέπει να καλύπτει τις ανάγκες του σώματος σε ενέργεια συμβάλλοντας παράλληλα στη διατήρηση ενός φυσιολογικού βάρους.

Πάνω από όλα η διατροφή πρέπει να γίνεται με τρόπο ΑΠΟΛΑΥΣΤΙΚΟ ! 

Με τα υγιεινά πρότυπα ελαττώνεται ο κίνδυνος παθήσεων της καρδιάς και των αρτηριών άλλων και παθήσεων, όπως κάποιες μορφές καρκίνου και διαβήτη. Η σωστή διατροφή επιδρά με διάφορους τρόπους όπως στο να π.χ. βοηθά να διατηρείται η ποσότητα χοληστερίνης στο αίμα σε φυσιολογικά επίπεδα, βοηθά να βελτιώσετε την αρτηριακή πίεση και να μην πάρετε βάρος. Εκτός από τα θέματα υγείας, η υγιεινή διατροφή μπορεί επίσης να βελτιώσει την αυτοπεποίθηση και την εμφάνιση σας. Κυρίως οι μαθητές θα πρέπει να κατανοήσουν ότι οι αλλαγές που θα επέλθουν δε θα είναι άμεσες. Στην αρχή με μερικές μικρές αρχικές αλλαγές θα κάνουν την μεγάλη διαφορά!

***Μεθοδολογική προσέγγιση***

Για την πραγματοποίηση του προγράμματος τα παιδία που θα λάβουν μέρος θα είναι της πέμπτης και έκτης τάξης του δημοτικού σχολειού ώστε να εμπλακούν ενεργά. Τα παιδιά θα πρέπει να εργαστούν σε επίπεδο τάξης, σε ομάδες έρευνας που θα λειτουργούν με εμπιστοσύνη και ενθάρρυνση, αλλά θα εργαστούν και ατομικά. Από τους δάσκαλους θα χρησιμοποιηθούν ποικίλες τεχνικές μάθησης όπως, η διερεύνηση διαφόρων θεμάτων, ο καταιγισμός ιδεών από τους μαθητές, η μελέτη περίπτωσης, το παιχνίδι ρόλων, η βιβλιογραφική έρευνα μέσα από κατάλληλες πηγές (δημοτική βιβλιοθήκη, διαδίκτυο, αρχείο εφημερίδων κ.ά.), και η δημιουργία ερωτηματολόγιων που θα μοιραστούν στο σχολικό και κοινωνικό περιβάλλον. Το θέμα μπορεί επίσης να καλυφτεί από την συζήτηση των μαθητών μεταξύ τους αλλά και μαθητών με δασκάλων. Η πρόσκληση κάποιων ομιλητών για καλύτερη ενημέρωση και η ανάθεση μικρών αλλά σημαντικών εργασιών θα ευαισθητοποιήσει τους μαθητές. Τέλος η διεξαγωγή κάποιων ερευνών και η εμπλοκή του οικογενειακού περιβάλλοντος θα επηρεάσει προς το καλύτερο τη δράση των παιδιών.

***Μέσα και μέθοδοι ενδεικτικής δραστηριότητας***

Η χρήση βιντεοπροβολέα και η χρησιμοποίησή του στις παρουσιάσεις των επιμέρους εργασιών των παιδιών.

Η χρήση φορητών υπολογιστών για συλλογή πληροφοριών μέσω μηχανών αναζήτησης, και επεξεργασία αυτών.

Το πρόγραμμα παρουσιάσεων σε οργανωμένο και ελκυστικό προς τους μαθητές περιεχόμενο μέσω power point.

***Αναλυτική περιγραφή σχεδίου μαθημάτων***

**Πρώτη μέρα :** Επιλογή θέματος. Έκθεση στόχων.

1η Δραστηριότητα

Η προβολή μιας ταινίας μικρής διάρκειας από το αρχείο της εκπαιδευτικής τηλεόρασης η οποία διαπραγματεύεται τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών. Εν συνεχεία θα ακολουθήσει συζήτηση και θα λυθούν ερωτήματα και προβληματισμοί των παιδιών και θα στραφούν όσο το δυνατόν προς την αλλαγή διατροφικών στάσεων και αντιλήψεων.

2η Δραστηριότητα

Σχεδιασμός δραστηριοτήτων. Οι μαθητές θα είναι αυτοί που θα θέσουν στόχους και θα προγραμματίσουν τις δραστηριότητες των ατόμων που θα προσεγγίσουν από το σχολικό ή απώτερο οικογενειακό και κοινωνικό περιβάλλον. Θα πρέπει να προτείνουν και να προσπαθήσουν να βοηθήσουν φίλους αλλά και γονείς που έχουν διαταραχές στο σωματικό τους βάρος και αντιμετωπίζουν παχυσαρκία να περάσουν δημιουργικά τον χρόνο μαζί με τα παιδία και να καταφύγουν στην κίνηση και στην άθληση.

**Δεύτερη μέρα :** Διοργάνωση ημερίδας ενημέρωσης.

Ο σχεδιασμός μιας ημερησίας ημερίδας με προσκαλεσμένους αθλητές, ειδικούς γιατρούς αλλά και διατροφολόγους που θα ενημερώσουν τους συμμαθητές τους και τους γονείς για θέματα διατροφής και υγείας θα έχει μεγάλο αντίκτυπο στα παιδία. Η ενημέρωση θα γίνει με παραστατικό τρόπο με προβολή διαφόρων βίντεο που θα δείχνουν κατευθείαν τα προβλήματα που μπορεί να προκαλέσει η αμέλεια των διατροφικών συνηθειών στον οργανισμό και τις μελλοντικές συνέπειες αυτής. Με αυτό τον άμεσο και έντονο τρόπο θα προκαλέσει την αντίδραση, το φόβο και σίγουρα την επιφύλαξη των παιδιών στον τομέα της διατροφής.

Τέλος θα μοιραστεί υλικό με απόψεις πρωταθλητών αλλά και εβδομαδιαίο πρόγραμμα διατροφής καθώς και ασκήσεις που συμβάλουν στη διατήρηση ενός υγιούς σώματος. Μέσα στο υλικό θα υπάρχουν και εβδομαδιαία κριτήρια-ερωτηματολόγια αυτοαξιολόγησης αν κατακτήθηκαν οι νέες γνώσεις και κατά πόσο τα παιδία τις ακολουθούν και εάν κάνοντας το νιώθουν ευχαριστημένα.

**Τρίτη μέρα :** Διεξαγωγή έρευνας και εξαγωγή συμπερασμάτων (διάρκεια 2 ώρες)

Στα παιδία θα δοθούν ερωτηματολόγια με σκοπό τη δημοσκόπηση σε δείγμα μαθητών του σχολείου, τα αποτελέσματα του οποίου θα δείξουν τη διατροφική συμπεριφορά των μαθητών. Μέσω αυτών των απαντήσεων που θα δώσουν τα παιδιά θα ενημερωθεί το σχολειό και θα γίνει μια μελέτη για τον αριθμό των παιδιών που έχουν διαταραχές βάρους. Η μελέτη μετά τη διεξαγωγή της θα καθορίσει τα ποσοστά φυσιολογικών, υπέρβαρων και παχύσαρκων ατόμων. Η μελέτη αυτή θα γίνει από τους διδάσκαλους με τη βοήθεια των παιδιών και θα τις συγκρίνουν με παρόμοιες μετρήσεις των ειδικών που βρήκαμε μέσα σε επιστημονικές ιστοσελίδες.

Ερωτηματολόγιο

ΘΕΜΑ:    Διατροφικές συνήθειες

**1**.Τρως πρωινό κάθε πρωί πριν το σχολείο σου;

  Καθόλου         Μερικές φορές      Καθημερινά

**2**.Πόσες φορές ψωνίζεις από το κυλικείο την εβδομάδα;

 Καθόλου         Μερικές φορές      Καθημερινά

**3.**Επισκέπτεσαι το κυλικείο του σχολείου ή φέρνεις φαγητό από το σπίτι σου;

   Κυλικείο                   Σπίτι

**4**.Πόσες φορές αθλείσαι σε μια εβδομάδα;

 Λίγες               Αρκετές                Καθημερινά

**5**.Τι τρως στο διάλλειμα;

Τοστ                Τυρόπιττα        Κρουασάν       Κάτι άλλο                Τίποτα

       Αν κάτι άλλο τι;…………………………………..

**6.**Πόσες φορές τρως την ημέρα φρούτα;

 1-2                    3-4                  Καθόλου

**7.**  Πίνεις γάλα και πόσες φορές;

 1-2                     3-4                 Καθόλου

  Κακάο                Χωρίς κακάο

**8.**  Το μεσημεριανό σου γεύμα περιλαμβάνει σαλάτα;

 Ναι            Όχι

**9**.Πόσες φορές την ημέρα πίνεις  φυσικό σπιτικό χυμό φρούτων;

 1-2                    3-4                  Καθόλου

**10.**  Πόσες φορές την εβδομάδα πίνεις αναψυκτικό;

1-2                   3-4                  Καθόλου

**11** Πόσες φορές την εβδομάδα τρως όσπρια στο μεσημεριανό σου γεύμα;

1-2                    3-4                  Καθόλου

**12.**Πόσο συχνά τρως Fast Food ;

Κάθε μέρα        Κάθε εβδομάδα        Κάθε μήνα         Καθόλου

**13**. Τρως το μεσημέρι μπροστά στην τηλεόραση;

Καθόλου                Μερικές φορές          Καθημερινά

**Τέταρτη μέρα :** Καλλιέργεια λαχανικών και φρούτων

Στο πλαίσιο του τρέχοντος προγράμματος θα γίνουν και κάποιες δραστηριότητες που ίσως είναι πρωτοφανή για ορισμένα παιδιά. Στον περίγυρο του σχολειού ή όπου υπάρχει κήπος στο σχολείο μπορούν τα παιδιά να φυτέψουν λαχανικά, φρούτα ή άλλα τρόφιμα και να αναλάβουν να τα περιποιούνται όλη την σχολική χρονιά. Αυτό θα κάνει τα παιδιά να ενδιαφερθούν όλα για την ολοκληρωμένη και σωστή διατήρηση του «σχολικού κήπου» όπως επίσης θα τους δώσει την ευκαιρία να μάθουν κάποια νέα πράγματα. Σίγουρα θα ωθήσει μεγάλο ποσοστό παιδιών στο να καταλάβουν και να εκτιμήσουν ότι τα προϊόντα όπως λαχανικά και φρούτα πρέπει να καταναλώνονται περισσότερο αφού είναι έργο των ιδίων και απλής επέμβασης της φύσης και όχι χημικής παράγωγης. Τέλος η συγκομιδή των λαχανικών και φρούτων θα μπορούσε να αποτελέσει ευκαιρία για μια σχετική εκδήλωση.

**Πέμπτη μέρα :** Χρήση πληροφοριών «Επίσκεψη σε Σούπερ Μάρκετ και ετοιμασία πρωινού»

Το πρόγραμμα θα περιλαμβάνει και μια επίσκεψη στο super market της γειτονιάς, ώστε να πραγματοποιήσουμε έρευνα με αντικείμενο τα συστατικά των προϊόντων και τον τρόπο που προωθούνται στους καταναλωτές. Ο στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι τα παιδιά να  κατορθώσουν να ανακαλύψουν τον τρόπο που σκάφτεται ο καταναλωτής και πως ο ίδιος επηρεάζεται από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης Μ.Μ.Ε. και από τις διαφημίσεις που τον κατακλύζουν καθημερινά. Παράλληλα θα έχουν την ευκαιρία να ασχοληθούν και με την κοστολόγηση των προϊόντων πραγματοποιώντας όλα τα παιδιά τις αγορές τους για το πρωινό της ομάδας. Με αυτόν τον τρόπο θα τους δοθεί η ευκαιρία να συσχετίσουν τα προϊόντα που θα επιλέξει η κάθε ομάδα τόσο σε ποιοτικό επίπεδο όσο και σε ποσότητας και τιμών, με κύριο καθοδηγητή τους το πρόγραμμα της ισορροπημένης διατροφής που είχαν ήδη συντάξει στην τάξη.

Τέλος, απόλαυσαν  το πρωινό τους!!

(Πριν την επίσκεψη οι μαθητές είχαν ήδη συντάξει ένα πρότυπο πρόγραμμα ισορροπημένης διατροφής συγκεντρώνοντας όλα τα προϊόντα τα θρεπτικά για τον οργανισμό. Στη συνεχεία ο δάσκαλος ζήτησε από κάθε παΐδι να συντάξει ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα διατροφής με πρωινό και δεκατιανό για κάθε σχολική μέρα.)

**Έκτη μέρα :** Κατασκευαστές κυλικείου (διάρκεια 3 ώρες)

Η τελευταία μέρα ολοκληρώνεται με την επίσκεψη στο κυλικείο του σχολείου και κάποιοι μαθητές ξεκινάμε να παίρνουν συνέντευξη με ερωτήσεις που πιο πριν έχουν καταγράφει από όλους τους μαθητές. Επίσης μια άλλη ομάδα ζήτησε, με αιτήματα που είχαν καταγράψει οι μαθητές, από τον υπεύθυνο του κυλικείου του σχολείου τους να φέρνει μόνο υγιεινές τροφές για να αγοράζουν για κολατσιό στο διάλειμμα καθώς επίσης και τον καθορισμό της φιλικής τιμής που αποτελεί εξίσου σημαντικό παράγοντα. Μια άλλη ομάδα κλήθηκε να εντοπίσει με βάση το πρότυπο πρόγραμμα ισορροπημένης διατροφής (της πέμπτης μέρας), ποια τρόφιμα και ποια ποτά θα αποφεύγουν να αγοράζουν από το κυλικείο και ποια θα ήταν καλύτερο να αγοράζουν για το κολατσιό τους για να μη φέρνουν από το σπίτι τους το κολατσιό της ημέρας.

Με αυτόν τον τρόπο τα παιδιά δρουν σε ομάδες υπεύθυνο το καθένα για την διεξαγωγή ενός όμορφου και υπεύθυνου αποτελέσματος. Επίσης έρχονται σε θέση να ζητήσουν με αιτήματα από κάποιον μεγαλύτερο τους κάποια σωστά πρότυπα και έμμεσα να υιοθετήσουν και τα ιδία τα παιδιά τον τρόπο υγιεινής διατροφής. Αυτό τα κάνει ενεργά μέλη μιας κίνησης που θα έχει απώτερο σκοπό τη σωστή λειτούργει του σχολικού περιβάλλοντος και την αποφυγή τους από τα τυποποιημένα προϊόντα .

***Αναλυτική περιγραφή πρώτης ημέρας***

Συμφώνα και με την περιγραφή του συγκεκριμένου μαθήματος στο ακόλουθο βήμα έχουμε αναθέσει στους μαθητές μας στην συμμέτοχη τους στο μάθημα να οργανώσουν δραστηριότητες του οικογενειακού και του φιλικού τους περιβάλλοντος έτσι ώστε να τους ενημερώσουν σχετικά με τις αρνητικές συνεπείς της αμέλειας της σωστής διατροφής όσων άφορα την υγεία όπως αυτές τις αναφέραμε παραπάνω. Κατά τη διάρκεια του βήματος αυτού οι μαθητές πρέπει να παρέχουμε ενθάρρυνση σε αυτούς τους ανθρώπους γιατί κατά κάποιο τρόπο είναι ασθενής λόγω των καθημερινών υποχρεώσεων των δύσκολων συνθηκών συντήρησης αλλά και λόγω κληρονομικών και προδιαθεσιακών παραγόντων . Στην συνεχεία με την στήριξη που θα παρέχουν οι ενημερωμένοι μαθητές θα τους παρέχουν τη δύναμη και την δυνατότητα να ανατρέψουν αυτήν την κακή συνήθεια.

Μέσω των προγραμμάτων αυτών οι μαθητές προσπαθούν την ενημέρωση από τους διδάσκαλους τους και τα πρότυπα που έχουν διδαχτεί να μπορούν να τα διασκορπίζουν και μεταδίδουν, όπως και όλα τα μηνύματα αγωγής υγείας. Επίσης έχουμε σκοπό να τους κάνουμε να κατανοήσουν ότι δεν μπορεί να συμβαδίσει η καλή υγεία και καλή φυσική κατάσταση με τις ακατάλληλες διατροφικές συνήθειες και έτσι μέσω αυτού του βήματος του προγράμματος μας θέλουμε να μυήσουμε όσο πιο πολλά άτομα με πρόβλημα να διακόψουν και να υιοθετήσουν νέες διατροφικές αξίες.

Η επίτευξη αυτού του σκοπού καθώς και η στήριξη που θα δώσουμε στο ευρύτερο περιβάλλον μας, έχουν να κάνουν με οι δραστηριότητες που είναι κυρίως αθλητικές με σκοπό να δείξουμε ότι ένα υγιές σώμα χρίζεται από σωστή διατροφή αλλά και από καλή και ποιοτική άσκηση. Όσον άφορα τον τρόπο για να περνάνε οι ασκούμενοι μαθητές και μη, όσο περισσότερο χρόνο μπορούν δημιουργικά μονοί τους αλλά και μαζί με τους μαθητές, οι αθλητικές δραστηριότητες, για παράδειγμα αθλητικοί σύλλογοι και ένα παιχνίδι ποδόσφαιρου, μπάσκετ ή βόλεϊ ανά τρεις ημέρες καθώς και αθλήματα της υπαίθρου θα διατηρήσουν το σώμα σε εγρήγορση. Αυτό θα συμβάλει θετικά στο μεταβολισμό καθώς και στην διατήρηση μιας νέας νοοτροπίας σχετικά με τον τρόπο πρόσληψης χρησίμων τροφών και σωστών διατροφικών προτύπων.

***Διεξαγωγή συμπερασμάτων και αξιολόγησης του προγράμματος Αγωγής Υγείας***

Στην τελική συγκέντρωση των μελών μαθητικού και διδακτικού προσωπικού που εφαρμόστηκε το πρόγραμμα έγινε μία ανασκόπηση όλων των εργασιών και των μελετών. Με τη βοήθεια του οργανογράμματος έγινε η αξιολόγηση όλου του προγράμματος. Δηλαδή συζητήθηκε αν επιτεύχθηκαν οι στόχοι του τρέχοντος προγράμματος και αν πραγματικά μπορέσαμε να προσεγγίσουμε το θέμα από τις πλευρές που είχαμε αρχικά ορίσει καθώς επίσης και αν χρειάζεται επανάληψη μελέτης κάποιων θεμάτων για την καλύτερη και πλήρη κατανόηση τους. Στη συνέχεια έγινε θέμα και κατά πόσο μπόρεσαν οι μαθητές μέσα από τη συζήτηση του θέματος με τους γονείς μας να αλλάξουν διατροφικές συνήθειες στο σπίτι τους και αν ναι σε ποια βαθμό. Αυτό επίσης πραγματοποιήθηκε με σχετική έκθεση των μαθητών και καταγραφή των μαθητών σε διαφορά έντυπα με ερωτήσεις που τους δόθηκαν. Μετά ακλούθησε συνολική καταγραφή δεδομένων από τα αποτελέσματα που έδωσαν οι μαθητές για το εάν άλλαξαν τα πρότυπα και η ιδέες τους και κατά ποσό ακλουθούν τα νέα δεδομένα. Επίσης ολοκληρώθηκε ερευνά κατά ποσό τα παιδιά έπαιξαν ενεργό ρόλο και μελετήθηκε η συμμέτοχη τους, ο βαθμός εμπλοκής τους καθώς επίσης και η συνεισφορά τους στο κοινωνικό πλαίσιο. Επίσης η αξιολόγηση πραγματοποιήθηκε και εστιάστηκε σε τρεις άξονες. Αρχικά στις αντιλήψεις των μαθητών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα, όσον αφορά στο σχεδιασμό και την υλοποίηση της κάθε ημερίδας και δραστηριότητας ξεχωριστά , καθώς και στα οφέλη που αποκομίζουν από τη συμμετοχή τους σε αυτά. Επίσης στον βαθμό αποτελεσματικότητας του προγράμματος ως προς την δημιουργία μηχανισμών και σχεδίων για τον αποτελεσματικό σχεδιασμό προγραμμάτων διατροφικών αξίων στα παιδιά που συμμετέχουν στα σεμινάρια. Τέλος στον βαθμό αποτελεσματικότητας του προγράμματος ως προς τη συμμετοχή των μαθητών στις δράσεις. Η αξιολόγηση έγινε μέσω οπτικών πρακτικών που εξετάζει εάν το αποτέλεσμα ανταποκρίνεται στις προσδοκίες, το σχεδιασμό και την εφαρμογή του προγράμματος Αγωγής Υγείας.

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ !!!