.

|  |  |
| --- | --- |
| Ζω καλύτερα – Ευ Ζην | **Θεματικός Κύκλος:**  **Ζω καλύτερα- Ευ ζην**  Επιμέρους Θεματικές Ενότητες/Υποενότητες:  Ψυχική και συναισθηματική υγεία - Πρόληψη |
| **Τίτλος/τίτλοι προγραμμάτων:** | **Ο δικός μας τίτλος:**  Υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο; Ο δρόμος για την ψηφιακή απεξάρτηση |
| **Στόχοι Σχεδίου Δράσης** | Αναφορά σε:  Α) δεξιότητες που πρόκειται να καλλιεργηθούν:   * σύγχρονες δεξιότητες μάθησης: επικοινωνία, κριτική σκέψη, συνεργασία, δημιουργικότητα * δεξιότητες ζωής: κοινωνικές δεξιότητες, ενσυναίσθηση, προσαρμοστικότητα, ανθεκτικότητα, υπευθυνότητα * ψηφιακές δεξιότητες: προστασία από εξαρτητικές συμπεριφορές στις τεχνολογίες, ασφαλής πλοήγηση στο διαδίκτυο, ψηφιακή νοημοσύνη, δεξιότητες ανάλυσης και παραγωγής περιεχομένου σε έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα * δεξιότητες του νου: επίλυση προβλημάτων, οργανωσιακή σκέψη   Β) στόχους που θέτουμε ως προς τον θεματικό κύκλο και την (τις) επιμέρους θεματική (-κες) ενότητα (-τες):  Ως προς τον Θεματικό κύκλο “Ζω καλύτερα – Ευ ζην”, στόχος του σχεδίου είναι η  η πρόληψη και η έγκαιρη αντιμετώπιση παραγόντων κινδύνου για την ψυχική υγεία των μαθητών/-τριών.  Ειδικότερα, το σχέδιο με τίτλο “Υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο; Ο δρόμος για την ψηφιακή απεξάρτηση”, το οποίο εντάσσεται στη θεματική υποενότητα “Ψυχική Υγεία” , αποσκοπεί στην ανάπτυξη στάσεων και δεξιοτήτων αναγνώρισης των Δυσλειτουργικών Διαδικτυακών Συμπεριφορών (ΔΔΣ) και των Συμπεριφορών Εξάρτησης από το διαδίκτυο (ΣΕΔ). Επίσης, το παρόν σχέδιο δράσης στοχεύει στο να εμπλέξει τους/τις μαθητές/-τριες με τις βασικές αρχές ορθούς ενασχόλησης με το Διαδίκτυο και να αναπτύξει την κριτική σκέψη σε σχέση με τον εντοπισμό ψευδών ειδήσεων και πληροφοριών σε αυτό. Τέλος, οι μαθητές/-τριες με το πέρας των εργαστηρίων θα είναι εξοικειωμένοι με τρόπους ασφαλούς χρήσης διαδικτυακών παιχνιδιών και θα μπορούν να αναγνωρίζουν και να αντιμετωπίζουν τον διαδικτυακό εκφοβισμό.  Γ) τους στόχους που επιπροσθέτως θέτουμε ή σε σύνδεση με το πρόγραμμα σπουδών των γνωστικών αντικειμένων (προαιρετικά):  Σε σύνδεση με το Π.Σ. στόχος μας είναι η ανάπτυξη δεξιοτήτων υψηλού επιπέδου (κριτική και αναλυτική σκέψη, συνθετική ικανότητα, ικανότητες συνεργασίας και επικοινωνίας) και η καλλιέργεια κοινωνικών δεξιοτήτων και συμπεριφορών (ζητήματα ηλεκτρονικής ασφάλειας, ηθικής και δεοντολογίας, αλλαγή στάσεων).  Το παρόν σχέδιο συνδέεται, επίσης, με τα γνωστικά αντικείμενα της Πληροφορικής, των Εικαστικών και της Νεοελληνικής Γλώσσας. |
| **Ακολουθία εργαστηρίων** | |
| **Εργαστήριο 1** | Αναλυτική περιγραφή των δραστηριοτήτων που θα αναπτύξουμε με τους/τις μαθητές/-τριες/μαθήτριές μας αξιοποιώντας την ταυτότητα του εκάστοτε προγράμματος:  **Ας γίνουμε ομάδα-Μαθαίνουμε να συνεργαζόμαστε**  Ενημέρωση για τα Εργαστήρια Δεξιοτήτων, τη Θεματική Ενότητα και τον τίτλο που επιλέχθηκε: Ψυχική Υγεία- Υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο; Ο δρόμος για την ψηφιακή απεξάρτηση. Χωρισμός σε ομάδες και δημιουργία αφισών- Το συμβόλαιο της ομάδας μας (κανόνες συνεργασίας). Καταγραφή των προσδοκιών από τα εργαστήρια ανά ομάδες. Αναστοχασμός. |
| **Εργαστήριο 2** | **Τι είναι η υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο**  Οι μαθητές/-τριες αρχικά παρακολουθούν ένα βίντεο από τον φορέα του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου σχετικά με τον εθισμό στο διαδίκτυο. Στη συνέχεια, οι ίδιοι/-ες καλούνται να δημιουργήσουν ένα κολάζ με το μοντέλο των Τεσσάρων που αναδύθηκε από την ποιοτική μελέτη EU NETADB. Πιο συγκεκριμένα, στους/στις μαθητές/-τριες δίνονται κάρτες με τέσσερις κατηγορίες χαρακτήρων και κάρτες συμπεριφορών αναφορικά με την εξάρτηση στο διαδίκτυο. Οι μαθητές/-τριες ανά ομάδες καλούνται να αντιστοιχίσουν συμπεριφορές με χαρακτήρες που παρουσιάζουν «Δυσλειτουργικές Διαδικτυακές Συμπεριφορές» και να δημιουργήσουν ένα κολάζ. Στη συνέχεια, σε επίπεδο ομάδας, προσπαθούν να ανιχνεύσουν σε ποιον χαρακτήρα μοιάζει ο/η καθένας/καθεμιά περισσότερο ή λιγότερο. Αναστοχασμός. |
| **Εργαστήριο 3** | **Κριτική σκέψη και παραπληροφόρηση**  Οι μαθητές/-τριες παρακολουθούν ένα βίντεο από τον φορέα του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου για τις ψευδείς ειδήσεις και μελετούν μαζί με τον εκπαιδευτικό τον οδηγό του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς Διαδικτύου για την κριτική σκέψη και την παραπληροφόρηση. Στη συνέχεια, οι ίδιοι/-ες με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού υλοποιούν ανά ομάδα τις δραστηριότητες που προτείνονται από τον οδηγό αναφορικά με τις ψευδείς ειδήσεις και την αξιολόγηση ενός δημοσιεύματος ως αξιόπιστου ή μη. Κατόπιν, συζητούν και αποφασίζουν σε επίπεδο ομάδας τη σχεδίαση μίας αφίσας για τις ενδείξεις των ψευδών ειδήσεων. Οι ομάδες παρουσιάζουν την αφίσα τους στην ολομέλεια της τάξης. Τέλος, οι μαθητές/-τριες ανά ομάδα απαντούν στις ερωτήσεις ενός διαδικτυακού κουίζ για τις Ψευδείς Ειδήσεις προκειμένου να αυτοαξιολογηθούν. Αναστοχαμός. |
| **Εργαστήριο 4** | **Διαδικτυακό παιχνίδι-Κίνδυνοι-Τρόποι προστασίας**  Οι μαθητές/-τριες μελετούν τον οδηγό του Ελληνικού Κέντρου Ασφαλούς διαδικτύου για τα διαδικτυακά παιχνίδια και τα ασφαλή βήματα για online παιχνίδια και με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού υλοποιούν ανά ομάδα τις δραστηριότητες που εμπεριέχονται στον οδηγό. Ειδικότερα, οι μαθητές/-τριες μαθαίνουν τις ηλιακές διαβαθμίσεις στα προϊόντα ψυχαγωγικού περιεχομένου και μελετούν τα συμπτώματα που υποδεικνύουν εθισμό στα διαδικτυακά παιχνίδια. Τέλος, οι ίδιοι/-ες ανά ομάδα απαντούν στις ερωτήσεις ενός διαδικτυακού κουίζ για το Διαδικτυακό παιχνίδι και τους κινδύνους προκειμένου να αυτοαξιολογηθούν. Αναστοχασμός. |
| **Εργαστήριο 5** | **Διαδικτυακός εκφοβισμός-τι είναι και τρόποι προστασίας**  Οι μαθητές/-τριες παρακολουθούν ένα βίντεο στην εκπαιδευτική τηλεόραση από τον Εκπαιδευτικό Οργανισμό Saferinternet4kids που αναφέρεται στον διαδικτυακό εκφοβισμό για μεγάλα παιδιά του Δημοτικού. Στη συνέχεια, οι ομάδες αφού μελετήσουν το εγχειρίδιο μαθητή του Εκπαιδευτικού Οργανισμού Saferinternet4kids για την ασφάλεια στο διαδίκτυο, συζητούν πώς καταλαβαίνουμε τη διαφορά της πλάκας και του εκφοβισμού. Τέλος, οι μαθητές/-τριες απαντούν ανά ομάδα στις ερωτήσεις ενός κουίζ για το Cyberbullying προκειμένου να αυτοαξιολογηθούν. Αναστοχασμός. |
| **Εργαστήριο 6** | **Ήρθε η ώρα για ψηφιακή αποτοξίνωση**  Οι μαθητές/-τριες ανακαλύπτουν τον βαθμό εξάρτησής τους από το διαδίκτυο μέσα από τη δραστηριότητα «Τελικά είμαι εθισμένος;». Πιο συγκεκριμένα, οι ίδιοι/-ες συμπληρώνουν ένα ερωτηματολόγιο, στο οποίο καλούνται, κυκλώνοντας με ΝΑΙ/ΟΧΙ, να απαντήσουν για διαφορετικές θέσεις/εκδηλώσεις δυσλειτουργικών διαδικτυακών συμπεριφορών. Μ’ αυτόν τον τρόπο οι μαθητές/-τριες συνειδητοποιούν και καταγράφουν αν αυτές οι συμπεριφορές συνδέονται με  προσωπικά τους βιώματα ή συνήθειες που δεν είχαν αναλογιστεί. Στο τέλος, ανάλογα με τον αριθμό των ΝΑΙ/ΟΧΙ, οδηγούνται στο ανάλογο συμβουλευτικό-πληροφοριακό κείμενο. Κάθε ομάδα παρουσιάζει τα αποτελέσματα σε επίπεδο ολομέλειας.  Τέλος, οι μαθητές/-τριες παίζουν το γνωστό παιχνίδι «Φιδάκι» αλλιώς. Ειδικότερα, ο εκπαιδευτικός τους μοιράζει ένα φύλλο δραστηριότητας, το οποίο αναφέρεται στην ψηφιακή αποτοξίνωση μέσω ενός παιχνιδιού («φιδάκι»). Το παιχνίδι («φιδάκι») φέρνει τους/τις μαθητές/-τριες σε επαφή με προτάσεις για ψηφιακή αποτοξίνωση.  Αναστοχασμός. |
| **Εργαστήριο 7** | **Αποτίμηση εργαστηρίων**  Μετά την ολοκλήρωση της θεματικής ενότητας «Υπερβολική ενασχόληση με το διαδίκτυο; Ο δρόμος για την ψηφιακή απεξάρτηση» του 1ου Θεματικού Κύκλου «Ζω καλύτερα-Ευ ζην» , ακολουθεί αναστοχασμός και αξιολόγηση του προγράμματος. Η αποτίμηση των γνώσεων θα γίνει με φύλλα αυτοαξιολόγησης. Κάθε μαθητής/-τρια συμπληρώνει ατομικά τη ρούμπρικα αυτοαξιολόγησης.  Επιπρόσθετα, ο εκπαιδευτικός δημιουργεί το ατομικό portfolio για τον/την κάθε μαθητή/-τρια, στο οποίο συμπεριλαμβάνει το παραχθέν υλικό που χρησιμοποιήθηκε κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων και κατά τον αναστοχασμό κάθε εργαστηρίου. Ο αναστοχασμός για κάθε εργαστήριο περιλαμβάνει ένα χαρτάκι (post it) ατομικό, στο οποίο οι μαθητές/-τριες γράφουν με μια λέξη πως τους φάνηκε το εργαστήριο ή τι έμαθαν από αυτό. Όταν πρόκειται για ομαδική δραστηριότητα και δημιουργία, μπορεί να συμπεριληφθεί αντίγραφο. |
| **Προσαρμογές για τη συμμετοχή και την ένταξη όλων των μαθητών/τριών** | Περιγραφή (π.χ. δίνονται οδηγίες για τη διαφοροποίηση, δίνεται σε πολύγλωσση μορφή, προβλέπονται κατάλληλες προσαρμογές ή κατάλληλα προσαρμοσμένες δράσεις, αναφέρονται παραδείγματα προσαρμογών):  Στο παρόν σχέδιο προτείνεται μια ποικιλία δραστηριοτήτων και αξιοποίηση οπτικοακουστικού υλικού, που βασίζονται σε ελκυστικά εκπαιδευτικά εργαλεία και σε διάφορους τύπους μάθησης (ζωγραφική, κολάζ, ψηφιακά εργαλεία, βιωματική, διερευνητική μάθηση κ.ά). Οι προτεινόμενες δράσεις απευθύνονται σε όλους τους/τις μαθητές/-τριες/τριες και είναι ιδιαίτερα κατάλληλες για μαθητές/-τριες/τριες με δυσκολίες και ιδιαίτερες εκπαιδευτικές ανάγκες. Σε αυτούς/αυτές επίσης θα δίνονται πολύ συγκεκριμένες οδηγίες, ενώ θα μπορούσαν να αναλάβουν συμμαθητές/-τριες/τριες μέσα στην υποομάδα τη διευκόλυνσή τους. |

.

|  |  |
| --- | --- |
| **Φορείς και άλλες συνεργασίες που θα**  **εμπλουτίσουν το πρόγραμμά μας** |  |
| **Τελικά προϊόντα που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/-τριες/τριες κατά τη**  **διάρκεια των εργαστηρίων** | Όλες οι δραστηριότητες, το παραχθέν υλικό και τα προϊόντα μαθητών/-τριών είναι αναρτημένα στην ιστοσελίδα του σχολείου, στην καρτέλα Εργαστήρια δεξιοτήτων. |
| **Εκπαιδευτικό υλικό και**  **εργαλεία που παρήχθησαν από τους/τις μαθητές/-τριες/τριες κατά τη διάρκεια των**  **εργαστηρίων** | Όσον αφορά το εκπαιδευτικό υλικό, για τον σχεδιασμό των δραστηριοτήτων χρησιμοποιήθηκε το εξής: Εκπαιδευτικό υλικό του ΙΕΠ, βίντεο από το διαδίκτυο, και οι ιδέες της εκπαιδευτικού που εκπόνησε το συγκεκριμένο σχέδιο δράσης. |
| **Αξιολόγηση - Αναστοχασμός πάνω στην υλοποίηση** | Περιγράφουμε τη μεθοδολογία με την οποία υποστηρίζει το πρόγραμμα την αξιολόγηση, με φύλλα από το προτεινόμενο υλικό, με άλλους τρόπους, δομημένη συζήτηση με τους μαθητές/-τριες, εννοιολογικοί χάρτες αρχικοί -τελικοί , ...) και επισυνάπτουμε τα εργαλεία.  Η αξιολόγηση του προγράμματος γίνεται μέσω στοχασμού της εκπαιδευτικού με τους/τις μαθητές/μαθήτριες, μέσω συζήτησης και με τον αναστοχασμό κάθε εργαστηρίου. Ο αναστοχασμός για κάθε εργαστήριο περιλαμβάνει ένα χαρτάκι (post it) ατομικό, στο οποίο οι μαθητές/-τριες γράφουν με μια λέξη πως τους φάνηκε το εργαστήριο.  Επίσης, οι μαθητές/-τριες στο τέλος των εργαστηρίων συμπληρώνουν ένα ερωτηματολόγιο αυτοαξιολόγησης, προκειμένου να αξιολογηθεί ο αντίκτυπος και η αποτελεσματικότητα των εργαστηρίων του προγράμματος. |
| **Εκδηλώσεις διάχυσης και Συνολική αποτίμηση της**  **υλοποίησης της υποδράσης** | Κείμενο έως 100 λέξεις (με βάση την αξιολόγηση και τον αναστοχασμό) και σε μορφή λίστας.  Εκδηλώσεις διάχυσης:   * Ανάρτηση των δραστηριοτήτων και των αποτελεσμάτων υλοποίησης του σχεδίου στην ιστοσελίδα του σχολείου. * Ενημέρωση όλων των μαθητών του σχολείου μας και της ευρύτερης εκπαιδευτικής κοινότητας . |