



ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ

Οι εκπαιδευτικοί οι οποίοι συμμετείχαν στη σειρά εργαστηρίων RemixED για εκπαιδευτικούς τον Οκτώβριο 2022, αποφάσισαν να χρησιμοποιήσουν τα εργαλεία και τις γνώσεις που αποκόμισαν από τα εργαστήρια και να σχεδιάσουν τα δικά τους μαθήματα λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες των δικών τους μαθητών. Σε κάθε διδακτική παρέμβαση αναφέρεται το θέμα που επέλεξαν οι συγκεκριμένοι εκπαιδευτικοί, μια σύντομη περιγραφή του σχεδιασμού του μαθήματος και μια ανατροφοδότηση από τους μαθητές για την συγκεκριμένη διδακτική παρέμβαση.



Άγχος: Lifestyle

Διδακτική Παρέμβαση

12/12/2022

Λύκειο Αρχαγγέλου «Απόστολος Μάρκος»

Τμήμα: Α43

Εκπαιδευτικοί: Άντρη Πίτα, Κωνσταντίνα Κοντού

Η διδακτική παρέμβαση πραγματοποιήθηκε από τις καθηγήτριες Άντρη Πίτα και Κωνσταντίνα Κοντού, στο τμήμα Α43 την Τετάρτη, 21/12/2022.

Ο στόχος της διδακτικής παρέμβασης ήταν να γνωρίσουν οι μαθητές υγιεινούς τρόπους ζωής έτσι ώστε να διαχειρίζονται καλύτερα το άγχος της καθημερινότητάς τους.

Οι καθηγήτριες επέλεξαν την ενότητα 7 (Lifestyle) από το πρόγραμμα Spotlighters και χρησιμοποιώντας τις αρχές της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης μέσω του Καθολικού Σχεδιασμού για τη Μάθηση (UDL) δημιούργησαν το δικό τους σχέδιο μαθήματος με βάση τις ανάγκες των συγκεκριμένων μαθητών. Η διδακτική παρέμβαση είχε διάρκεια μίας περιόδου και οι καθηγήτριες νιώθουν ότι η συγκεκριμένη παρέμβαση πέτυχε τους όλους τους στόχους του προγράμματος RemixED. ΟΛΟΙ οι μαθητές του τμήματος συμμετείχαν ενεργά στο μάθημα, μοιράστηκαν εμπειρίες και διαφορετικές απόψεις τις οποίες στήριζαν με εξαιρετικά επιχειρήματα.

Οι μαθητές έδωσαν εξαιρετικές ιδέες ως προς την βελτίωση των καθημερινών συνηθειών για αποτελεσματικότερη διαχείριση του άγχους.



Άγχος: Αντίδραση, και Αναπλαισίωση

Διδακτική Παρέμβαση

10/2/2023

Λύκειο Αρχαγγέλου «Απόστολος Μάρκος»

Τμήμα: Β34

Εκπαιδευτικοί: Μαριάννα Πετρακκίδου, Ράνια Λευκάτη

Η διδακτική παρέμβαση πραγματοποιήθηκε από τις καθηγήτριες Μαριάννα Πετρακκίδου και Ράνια Λευκάτη στο τμήμα Β34 την Παρασκευή 10/2//2023. Ο στόχος ήταν διπλός: α) να γνωρίσουν και να κατανοήσουν οι μαθητές πώς σωματοποιείται το άγχος και β) να αντιληφθούν πώς καθημερινές αγχωτικές καταστάσεις οι οποίες τους ταλαιπωρούν, μπορούν να αντιμετωπιστούν μέσα από ένα θετικό πρίσμα.

Οι καθηγήτριες επέλεξαν την ενότητα 3 (άγχος και απόδοση) και ενότητα 5 (αναπλαισίωση) από το πρόγραμμα Spotlights και χρησιμοποιώντας τις αρχές της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης μέσω του Καθολικού Σχεδιασμού για τη Μάθηση (UDL) δημιούργησαν το δικό τους σχέδιο μαθήματος με βάση τις ανάγκες των συγκεκριμένων μαθητών. Η διδακτική παρέμβαση είχε διάρκεια 2 περιόδων και οι καθηγήτριες νιώθουν ότι η συγκεκριμένη παρέμβαση πέτυχε τους όλους τους στόχους του προγράμματος RemixED. ΟΛΟΙ οι μαθητές του τμήματος συμμετείχαν ενεργά στο μάθημα, μοιράστηκαν εμπειρίες και διαφορετικές απόψεις τις οποίες στήριζαν με εξαιρετικά επιχειρήματα.

Κατά διάρκεια της διδακτικής παρέμβασης η ενεργή εμπλοκή ΟΛΩΝ των μαθητών και μαθητριών του συγκεκριμένου τμήματος έδωσε πολύ θετική ανατροφοδότηση. Για παράδειγμα, μια μαθήτρια του τμήματος ανέφερε ότι η συγκεκριμένη διδακτική παρέμβαση την βοήθησε γιατί η ίδια έχει πολύ άγχος και κατάλαβε τώρα ότι είναι φυσιολογικό, αλλά και ότι υπάρχουν συγκεκριμένοι τρόποι που μπορεί να το διαχειριστεί. Η συνολική αποτίμηση της διδακτικής παρέμβασης απέδειξε πόσο σημαντικά και απαραίτητα είναι να προσφέρονται τέτοια μαθήματα στο το σχολείο και σε συστηματική βάση.







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



Άγχος: Τεχνική της Αναπλαισίωσης

Διδακτική Παρέμβαση

28/2/2023

Λύκειο Αρχαγγέλου «Απόστολος Μάρκος»

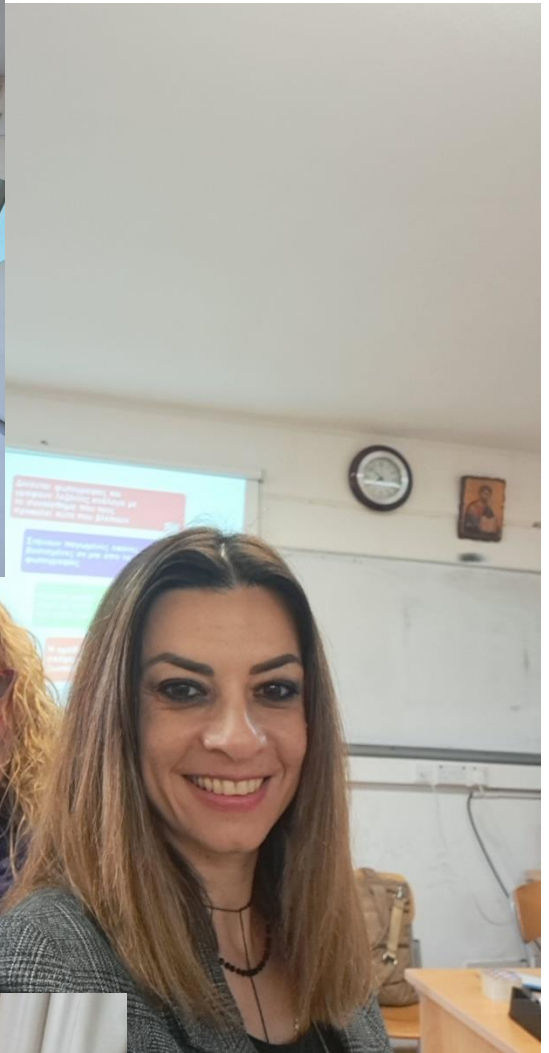
Τμήμα: Γ61

Εκπαιδευτικοί: Άννα Χριστοδουλίδου, Χριστίνα Συμεωνίδου

Η διδακτική παρέμβαση πραγματοποιήθηκε από τις καθηγήτριες Άννα Χριστοδουλίδου και Χριστίνα Συμεωνίδου στο τμήμα Γ61 την Τρίτη 28/2//2023. Ο στόχος ήταν μέσω θεατρικού παιχνιδιού οι μαθητές να γνωρίζουν την τεχνική της αναπλαισίωσης και να μπορέσουν να την εφαρμόσουν στην καθημερινότητά τους. Οι μαθητές να μπορέσουν να δουν την θετική οπτική του άγχους που βιώνουν καθημερινά και έτσι να το διαχειρίζονται αποτελεσματικά.

Οι καθηγήτριες επέλεξαν την ενότητα 5 (αναπλαισίωση) από το πρόγραμμα Spotlights και χρησιμοποιώντας τις αρχές της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης μέσω του Καθολικού Σχεδιασμού για τη Μάθηση (UDL) δημιούργησαν το δικό τους σχέδιο μαθήματος με βάση τις ανάγκες των συγκεκριμένων μαθητών οι οποίοι είναι στον καλλιτεχνικό κλάδο και έχουν επιλέξει το θέατρο ως μάθημα κατεύθυνσης. Οι περισσότερες δραστηριότητες είχαν στοιχεία από θεατρικό παιχνίδι έτσι ώστε να συνάδουν με τα ενδιαφέροντα των μαθητών. Η διδακτική παρέμβαση είχε διάρκεια 2 περιόδων και οι καθηγήτριες νιώθουν ότι η συγκεκριμένη παρέμβαση πέτυχε τους όλους τους στόχους του προγράμματος RemixED. ΟΛΟΙ οι μαθητές του τμήματος ένιωσαν το παλμό του εργαστηρίου, μοιράστηκαν εμπειρίες, συναισθήματα και λειτούργησε ως ψυχοθεραπεία.

Τελειώνοντας το εργαστήριο, οι μαθητές, μαθήτριες και καθηγήτριες καθίσανε σε κύκλο και συζητήσανε πώς έχουν βιώσει το εργαστήριο. Οι μαθητές και οι μαθήτριες εκφράστηκαν λέγοντας ότι οι εξετάσεις των τετραμήνων είναι μια κατάσταση που τους προκαλεί έντονο άγχος. Οι καθηγήτριες προσπάθησαν να καθοδηγήσουν τους μαθητές να δουν αυτό το γεγονός μέσω της τεχνικής της αναπλαισίωσης, εφόσον αυτός ήταν και ο στόχος του εργαστηρίου. Τότε οι μαθητές αντιμετώπισαν το θέμα με άλλη οπτική, ότι είναι οι τελευταίες εξετάσεις και ότι αυτός ο κύκλος κλείνει, για να ακολουθήσεις κάτι άλλο εντελώς διαφορετικό. Η συζήτηση έκελισε αισιόδοξα μέσω της ΑΝΑΠΛΑΙΣΙΩΣΗΣ.







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



Άγχος: Lifestyle

Διδακτική Παρέμβαση

1/3/2023

Λύκειο Αρχαγγέλου «Απόστολος Μάρκος»

Τμήμα: Α31

Εκπαιδευτικοί: Αναστασία Ιωσήφ, Κωνσταντίνα Κοντού

Η διδακτική παρέμβαση πραγματοποιήθηκε από τις καθηγήτριες Αναστασία Ιωσήφ και Κωνσταντίνα Κοντού στο τμήμα Α31 την Τετάρτη 1/3//2023. Ο στόχος της διδακτικής παρέμβασης ήταν να γνωρίσουν οι μαθητές υγιεινούς/ ποιοτικούς τρόπους ζωής έτσι ώστε να διαχειρίζονται καλύτερα το άγχος της καθημερινότητάς τους.

Οι καθηγήτριες επέλεξαν την ενότητα 7 (Lifestyle) από το πρόγραμμα Spotlighters και χρησιμοποιώντας τις αρχές της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης μέσω του Καθολικού Σχεδιασμού για τη Μάθηση (UDL) δημιούργησαν το δικό τους σχέδιο μαθήματος με βάση τις ανάγκες των συγκεκριμένων μαθητών. Η διδακτική παρέμβαση είχε διάρκεια μίας περιόδου και οι καθηγήτριες νιώθουν ότι η συγκεκριμένη παρέμβαση πέτυχε τους όλους τους στόχους του προγράμματος RemixED. ΟΛΟΙ οι μαθητές του τμήματος συμμετείχαν ενεργά στο μάθημα, μοιράστηκαν εμπειρίες και διαφορετικές απόψεις τις οποίες στήριζαν με εξαιρετικά επιχειρήματα ιδιαίτερα στην τελευταία δραστηριότητα όπου έπρεπε να δουλέψουν στις ομάδες τους.

Οι μαθητές έδωσαν εξαιρετικές ιδέες ως προς την βελτίωση των καθημερινών συνηθειών για αποτελεσματικότερη διαχείριση του άγχους.

Για παράδειγμα, ομάδα μαθητών έχει αναφέρει ότι πρέπει να βελτιώσουμε τις διατροφικές μας συνήθειες με το να τρώμε συγκεκριμένες ώρες, να περιλαμβάνουμε όλες τις διατροφικές ομάδες και να βοηθάμε τον οργανισμό μας για χώνεψει με το περπάτημα.

Άλλη ομάδα μαθητών, έχει αναφέρει ότι το σχολείο μπορεί να συνεισφέρει στο να αποκτήσουν οι μαθητές υγιεινές συνήθειες. Για παράδειγμα, η καντίνα να παρέχει και υγιεινές επιλογές, να δημιουργηθούν επιμορφωτικές διαλέξεις με θέμα την διατροφή, να παρέχετε υγιεινό πρόγευμα για όλους από μερίδα μαθητών και καθηγητών, να υπάρχει συγκεκριμένο διατροφικό πρόγραμμα που θα παρέχεται καθημερινά με φρούτα, φυσικούς χυμούς, φρουτοσαλάτες κτλ

Άλλη ομάδα τόνισε τις καλές συνήθειες για καλύτερο ύπνο, Να μειώσουμε την χρήση ηλεκτρονικών συσκευών πριν τον ύπνο. Να τρώμε ελαφριά το βράδυ

Να ακούμε ήρεμη μουσική, να έχουμε σταθερές ώρες ύπνου και ήρεμες δραστηριότητες πριν από τον ύπνο. Τέλος άλλη ομάδα τόνισε την αξία της άσκησης στην ζωή μας.

