



- [Προσέχω τη Διατροφή μου και Γυμνάζομαι](#) 
- [Το Ντόπινγκ καταστρέφει την Υγεία και τα Σπορ](#) 
- [Δεν καπνίζω, γυμνάζομαι](#)
- [Όχι στο αλκοόλ, ναι στα σπορ](#)
- [Διακοπή Καπνίσματος](#)

---

Όλα τα προγράμματα μπορείτε να τα βρείτε εδώ <http://research.pe.uth.gr/health/>

---

Τα προγράμματα αυτά ετοιμάσθηκαν για μαθητές και μαθήτριες της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, και μπορούν να υλοποιηθούν από εκπαιδευτικούς όλων των ειδικοτήτων, αλλά και από οποιονδήποτε άλλο ενδιαφέρεται για την οργάνωση προγραμμάτων ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ.

Τα προγράμματα αυτά λειτουργούν διαδικτυακά, και οι εκπαιδευτικοί μπορούν ελεύθερα να χρησιμοποιούν το υλικό του στα σχολεία τους για την οργάνωσή τους στο σχολείο τους.

Τα προγράμματα αυτά δεν εστιάζονται μόνο σε διαδικασίες μετάδοσης γνώσεων, αλλά σε πολλαπλές μεθόδους ευαισθητοποίησης, αλληλεπίδρασης και βιωματικής προσέγγισης των θεμάτων υγείας.

Για κάθε πρόγραμμα οι εκπαιδευτικοί έχουν στη διάθεσή τους ενημερωτικό υλικό, οδηγίες εφαρμογής, σχετική βιβλιογραφία, και έτοιμο εκπαιδευτικό υλικό για κάθε θεματική ενότητα, με πληροφορίες, παρουσιάσεις σε powerpoint, ασκήσεις, ιδέες για βιωματικές δραστηριότητες, παιχνίδια, κατάλληλες εκπαιδευτικές στρατηγικές και τεχνικές, θέματα για εργασίες πρότζεκτ, σχετικές ιστοσελίδες κλπ. Άμεση διαδικτυακή πρόσβαση στο υλικό έχουν και οι μαθητές.

Τα προγράμματα οργανώνονται με βάση συγκεκριμένες θεωρίες ευαισθητοποίησης και αλλαγής συμπεριφορών, όπως η θεωρία της κοινωνικής μάθησης, της σχεδιασμένης συμπεριφοράς, της θεωρίας των στόχων, των μοντέλων των σταδίων αλλαγής, κλπ. Στη σχετική ιστοσελίδα οι εκπαιδευτικοί μπορούν να βρουν τρεις διαφορετικές εκδόσεις για το κάπνισμα ανάλογα με την εκπαιδευτική βαθμίδα, (δημοτικό 5-6 τάξη, γυμνάσιο και λύκειο), και μια έκδοση για το αλκοόλ (γυμνάσιο λύκειο).

Οι εκπαιδευτικοί, έχουν επίσης στη διάθεσή τους υλικό για την επιστημονική τεκμηρίωση του προγράμματος, σχετικά άρθρα και βιβλιογραφία. Το πρόγραμμα έχει ήδη εφαρμοσθεί σε πολλά σχολεία της χώρας, η δε αξιολόγησή του από τους ίδιους του μαθητές και τους εκπαιδευτικούς η οποία λαμβάνει χώρα κάθε φορά στο τέλος του προγράμματος έχει καταδείξει την αποτελεσματικότητά του. Σχετικά άρθρα της αποτελεσματικότητας του προγράμματος έχουν ήδη δημοσιευτεί σε ελληνικά και διεθνή περιοδικά.

Επιστημονικός υπεύθυνος: [Θεοδωράκης Γιάννης](#), Καθηγητής ΤΕΦΑΑ ΠΘ.

Πληροφορίες: <http://research.pe.uth.gr/health/>

