



DIGI-HEALTH LITERACY

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ DIGI-HEALTH LITERACY - ΠΟΙΟΣ Ο ΣΤΟΧΟΣ ΤΟΥ ;

➔ Το έργο Digi-Health-Literacy επιδιώκει να συμβάλλει στην καλλιέργεια της εγγραμματοσύνης υγείας των νέων.

➔ Στοχεύει στην ενδυνάμωση των μαθητών/τριών Γυμνασίου και Λυκείου, ώστε να μπορούν να λαμβάνουν ενημερωμένες αποφάσεις προς όφελος της υγείας τους και της υγείας των ατόμων του περιβάλλοντός τους.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΕΓΓΡΑΜΜΑΤΟΣΥΝΗ ΥΓΕΙΑΣ ;

- Είναι η ικανότητα να βρίσκουμε, να κατανοούμε, να επεξεργαζόμαστε, να αξιολογούμε κριτικά και να αξιοποιούμε πληροφορίες που αφορούν την υγεία μας, ώστε να παίρνουμε τις σωστές αποφάσεις για εμάς και το περιβάλλον μας.
- Είναι ένα από τα σημαντικότερα εφόδια για την πρόληψη και αντιμετώπιση των νοσημάτων καθώς και την προστασία και προαγωγή της υγείας και ευημερίας μας
- Καλλιεργείται από μικρή ηλικία και εξελίσσεται σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας.



ΠΩΣ ΕΠΙΤΥΓΧΑΝΕΤΑΙ Ο ΣΤΟΧΟΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ;

Στο έργο αξιοποιεί την ψηφιακή τεχνολογία και την εξοικείωση των εφήβων με αυτή. Στο πλαίσιο αυτό, έχει δημιουργηθεί ένα ηλεκτρονικό παιχνίδι σοβαρού σκοπού (serious game) και συνοδευτικό ψηφιακό εκπαιδευτικό υλικό.



ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΣΟΒΑΡΟΥ ΣΚΟΠΟΥ;

➔ Είναι ένα παιχνίδι που συνδυάζει τη διασκέδαση με τη μάθηση.

➔ Στηρίζεται στη βιωματική μάθηση, όπου τα παιδιά μαθαίνουν μέσα από εμπειρίες, επιλογές και αναστοχασμό, και στη μάθηση μέσω παιχνιδιού (game-based learning).

➔ Αποτελεί ένα νέο εργαλείο εκπαίδευσης που δεν αντικαθιστά τις παραδοσιακές μεθόδους εκπαίδευσης αλλά τις συμπληρώνει.

ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ;

Απευθύνεται σε μαθητές:

Γυμνασίου/Λυκείου

Παράλληλα εμπλέκει και ευαισθητοποιεί:

Εκπαιδευτικούς

Γονείς/κηδεμόνες για τη δημιουργία ενός θετικού περιβάλλοντος για την ανάπτυξη της εγγραμματοσύνη υγείας εντός και εκτός σχολείου. Σκοπός είναι να επωφεληθούν και οι ίδιοι οι ενήλικες.



ΠΟΙΕΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΚΑΛΥΠΤΕΙ ΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ;

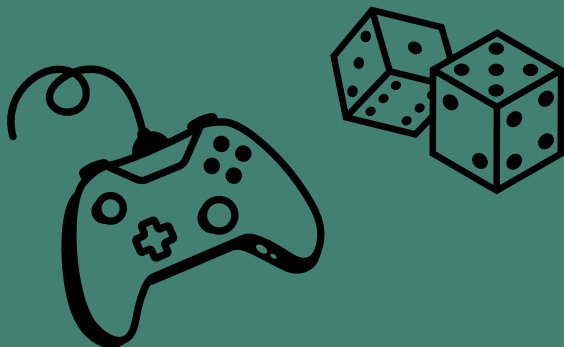
Καλύπτει 3 πολύ σημαντικές θεματικές για την υγεία των εφήβων:

➔ **Την παραπληροφόρηση** και τους τρόπους αναγνώρισης και αντιμετώπισής της, ιδιαίτερα όταν αφορά θέματα υγείας

➔ **Το ηλεκτρονικό τσιγάρο**, τις επιδράσεις του στην υγεία και τους τρόπους πρόληψης και αντιμετώπισής του

➔ **Τη διατροφή** και ιδιαίτερα την **κατανάλωση ζάχαρης και αλατιού**, τις επιδράσεις τους στην υγεία και τις τρέχουσες συστάσεις κατανάλωσης.

📌 Το περιεχόμενο του εκπαιδευτικού υλικού είναι επιστημονικά τεκμηριωμένο και κατάλληλο για την ηλικία των μαθητών της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης



ΤΙ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ Η ΣΧΟΛΙΚΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ;

Είναι ένα παιχνίδι που συνδυάζει τη διασκέδαση με τη μάθηση.

Στηρίζεται στη βιωματική μάθηση, όπου τα παιδιά μαθαίνουν μέσα από εμπειρίες, επιλογές και αναστοχασμό, και στη μάθηση μέσω παιχνιδιού (game-based learning).

Αποτελεί ένα νέο εργαλείο εκπαίδευσης που δεν αντικαθιστά αλλά τις συμπληρώνει τις παραδοσιακές μεθόδους εκπαίδευσης

ΠΟΙΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΤΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ;

Με την επιτυχή ολοκλήρωση της παρέμβασης, οι μαθητές/τριες θα είναι σε θέση να:

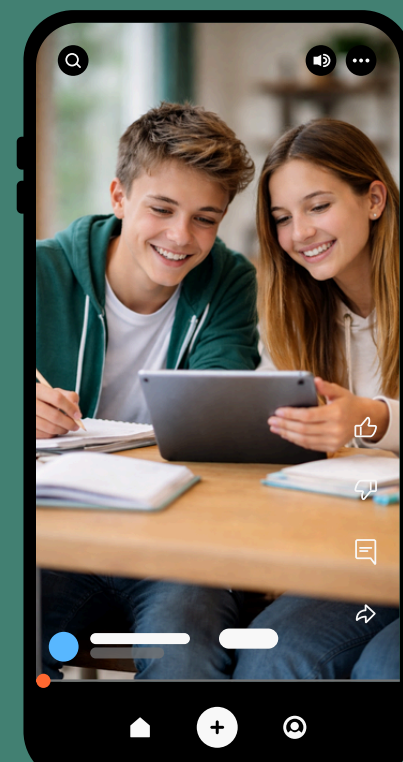
- ➔ Αναζητούν και να κατανοούν βασικές πληροφορίες για θέματα υγείας (στο σχολείο και online)
- ➔ Αξιολογούν κριτικά την αξιοπιστία μιας πληροφορίας και να αναγνωρίζουν την παραπληροφόρηση
- ➔ Εφαρμόζουν δεξιότητες τεκμηριωμένης λήψης αποφάσεων σε καθημερινές επιλογές υγείας
- ➔ Συμμετέχουν ενεργά σε αποφάσεις που επηρεάζουν θετικά την υγεία τους και του περιβάλλοντός τους



ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΑΠΩΤΕΡΑ ΕΠΙΔΙΩΚΟΜΕΝΑ ΟΦΕΛΗ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ;

Το έργο Digi-Health-Literacy θέτει τις βάσεις ώστε οι μαθητές να εξελιχθούν σε:

- ➔ Ενημερωμένους εφήβους,
- ➔ Υπεύθυνους και υγιείς ενήλικες με ανεπτυγμένο αίσθημα ατομικής και συλλογικής ευθύνης
- ➔ Ενεργούς πολίτες με επίγνωση θεμάτων υγείας και συμμετοχή στην προαγωγή της υγείας των ίδιων και των γύρω τους.



ΠΩΣ ΜΠΟΡΩ ΩΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΝΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΩ ΟΥΣΙΑΣΤΙΚΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ;

Μερικές πρακτικές που βοηθούν στην καθημερινότητα της τάξης:

➔ Δημιουργήστε ασφαλές κλίμα συζήτησης: θέστε κανόνες σεβασμού, χωρίς ντροπή/ στιγματισμό, και δείξτε ότι οι ερωτήσεις είναι ευπρόσδεκτες.

➔ Αφιερώστε σύντομο, σταθερό χρόνο (π.χ. 5-10') για συζήτηση/αναστοχασμό στα θέματα που επικεντρώνεται η παρέμβαση όπως νάριγκ, διατροφή, παραπληροφόρηση (πριν-κατά-μετά από δραστηριότητες).

➔ Δώστε “εργαλεία σκέψης” αντί μόνο πληροφορίες: ζητήστε από τους μαθητές να εξηγούν “γιατί” (π.χ. γιατί μια πληροφορία είναι αξιόπιστη/όχι) και να τεκμηριώνουν επιλογές.

➔ Χρησιμοποιήστε πολλαπλούς τρόπους συμμετοχής (προφορικά, γραπτά, μικρές ομάδες, quiz) ώστε να μπορούν όλοι να εμπλακούν, ανεξάρτητα από μαθησιακές δυσκολίες ή διαφορετικό ρυθμό.

Μάθετε περισσότερα στο:

➔ <https://digi-health-literacy.gr/>

➔ [Universal Design for Learning_\(UDL\). Guidelines.](#)

➔ [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\). School Connectedness: What schools can do.](#)

ΑΠΟ ΠΟΙΟΥΣ ΘΑ ΥΛΟΠΟΙΗΘΕΙ Η ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ;

Η παρέμβαση θα υλοποιηθεί από τις Ιατρικές Σχολές:



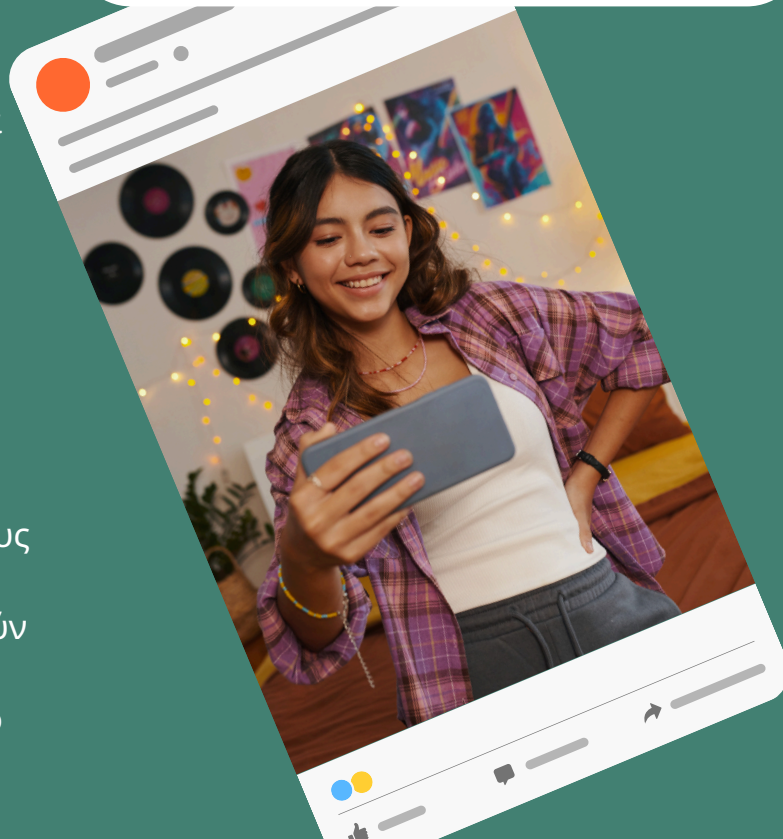
του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΠΑ), και συγκεκριμένα από το Εργαστήριο Υγιεινής, Επιδημιολογίας και Ιατρικής Στατιστικής της Ιατρικής Σχολής



του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, και συγκεκριμένα από το Εργαστήριο Υγιεινής και Επιδημιολογίας, του Ιατρικού Τμήματος

ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΦΟΡΕΑΣ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗΣ;

Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο της δράσης «SUB1.1: Συμπράξεις Ερευνητικής Αριστείας» της υποδράσης «Στρατηγική για την Αριστεία στα Πανεπιστήμια και την Καινοτομία» (ID16289) του Υπουργείου Παιδείας Θρησκευμάτων και Αθλητισμού (Υ.ΠΑΙ.Θ.Α) στο πλαίσιο του Εθνικού Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας Ελλάδα 2.0 με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης – NextGenerationEU.





ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΝ ΤΑ ΨΗΦΙΑΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΚΑΙ Η ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΝΑ ΩΦΕΛΗΣΟΥΝ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ;

➔ Οι σημερινοί μαθητές χρησιμοποιούν τακτικά την ψηφιακή τεχνολογία και μάλιστα χαρακτηρίζονται ως «ψηφιακοί ιθαγενείς».

➔ Παρά το γεγονός ότι η χρήση της ψηφιακής τεχνολογίας προβληματίζει έντονα τους γονείς, είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι:

➔ Όταν αξιοποιηθούν δημιουργικά, τα ψηφιακά παιχνίδια και άλλα τεχνολογικά μέσα (όπως quiz, βίντεο) μπορούν να επιδράσουν θετικά και να προάγουν την εκπαιδευτική διαδικασία.

ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΒΑΣΙΚΑ ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ;

- ➔ Να ενισχύσει την εμπλοκή και τη συμμετοχή των μαθητών
- ➔ Να προσφέρει άμεση ανατροφοδότηση (π.χ. μέσω quiz/δραστηριοτήτων)
- ➔ Να υποστηρίξει βιωματική μάθηση (δοκιμή επιλογών/σεναρίων και συζήτηση)
- ➔ Να διευκολύνει τη διαφοροποίηση και να εμπλουτίσει τους εκπαιδευτικούς πόρους στην τάξη

* Το παρόν υλοποιήθηκε με την υποστήριξη του προγράμματος «Ενδυναμώνοντας τους μαθητές να αποφασίζουν για την Υγεία τους – Κριτική αξιολόγηση των προσλαμβανόμενων Πληροφοριών με τη χρήση Ψηφιακών εργαλείων»(ΥΠ3ΤΑ-0561371), το οποίο υλοποιείται στο πλαίσιο της δράσης «SUB1.1:Συμπράξεις Ερευνητικής Αριστείας» της υποδράσης «Στρατηγική για την Αριστεία στα Πανεπιστήμια και την Καινοτομία» (ID 16289), Ελλάδα 2.0 Εθνικό Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας και χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση Next Generation EU".

ΠΟΙΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΒΑΣΙΚΟΙ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ/ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ;

- Η τεχνολογία δεν αρκεί από μόνη της: χρειάζεται στόχος, δομή και καθοδήγηση (πριν- κατά-μετά).
- Αν δεν υπάρχει πλαίσιο, αυξάνεται ο κίνδυνος περισπασμού ή επιφανειακής χρήσης.
- Χρειάζεται ισορροπία στον χρόνο οθόνης και σαφής σκοπός χρήσης.
- Μπορεί να υπάρξουν ανισότητες πρόσβασης (συσσκευές/σύνδεση/δεξιότητες), άρα πρέπει να υπάρχουν εναλλακτικές.
- Σε υλικό υγείας είναι κρίσιμη η ακρίβεια/ τεκμηρίωση του περιεχομένου και η χρήση αξιόπιστων πηγών