



**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΓΩΓΗΣ**

**ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ**

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών

«Επιστήμες της Αγωγής - Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση με την χρήση των ΤΠΕ  
(e-Learning)».

## **ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ΄ - Δ΄ δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης**

**ΕΡΜΙΟΝΗ ΚΥΡΙΑΚΑΚΗ**

Επιβλέπων καθηγητής: Μαρία Ιβρίντελη

Ρέθυμνο, Ιούλιος 2020

**Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών  
«Επιστήμες της Αγωγής - Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση με την χρήση των ΤΠΕ  
(e-Learning)».**

**[Αριθμ. ΦΕΚ 635 τ.Β΄/9.3.2016]**

Ακαδημαϊκός Υπεύθυνος ΠΜΣ:

Καθηγητής Αναστασιάδης Παναγιώτης

Πανεπιστήμιο Κρήτης – Παιδαγωγικό Τμήμα Δ.Ε

## **ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού  
εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία  
και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής  
δραστηριότητας από μαθητές Γ΄- Δ΄ δημοτικού σχολείου, στα  
πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης**

ΕΡΜΙΟΝΗ ΚΥΡΙΑΚΑΚΗ

### **Υπέθυνα Δήλωση Συγγραφέα:**

Δηλώνω ρητά ότι, σύμφωνα με το άρθρο 8 του Ν. 1599/1986 και τα άρθρα 2,4,6 παρ. 3 του Ν. 1256/1982, η παρούσα εργασία αποτελεί αποκλειστικά προϊόν προσωπικής εργασίας και δεν προσβάλλει κάθε μορφής πνευματικά δικαιώματα τρίτων και δεν είναι προϊόν μερικής ή ολικής αντιγραφής, οι πηγές δε που χρησιμοποιήθηκαν περιορίζονται στις βιβλιογραφικές αναφορές και μόνον.

© Πανεπιστήμιο Κρήτης, ΠΤΔΕ,ΕΔΙΒΕΑ, 2018

Το Π.Τ.Δ.Ε του Πανεπιστημίου Κρήτης και ειδικότερα το Ε.ΔΙ.Β.Ε.Α, διατηρεί το δικαίωμα της χρήσης και αναπαραγωγής της παρούσας εργασίας για διδακτικούς και ερευνητικούς σκοπούς.



**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΓΩΓΗΣ**

**ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ**

«Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ΄ - Δ΄ δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης»

Ερμιόνη Κυριακάκη

Επιτροπή Επίβλεψης Πτυχιακής / Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπων Καθηγητής:

Μαρία Ιβρίντελη

Επίκουρη καθηγήτρια του ΠΤΔΕ Πανεπιστημίου Κρήτης

Συν-Επιβλέπων Καθηγητής:

Λαμπρος Καρβούνης

Διδάκτωρ ΠΤΔΕ Πανεπιστημίου Κρήτης

Συν-Επιβλέπων Καθηγητής:

Γεώργιος Φιλιπούσης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Κρήτης, Επιστημονικός Συνεργάτης ΕΔΙΒΕΑ ΠΤΔΕ Κρήτης

Ρέθυμνο, Ιούλιος 2020



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*«Στην κόρη μου»*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Περίληψη**

Η παρούσα ερευνητική εργασία αφορά το σχεδιασμό, τη δημιουργία και την αποτίμηση διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής από τους μαθητές της γ' και δ' δημοτικού στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης.

Αρχικά παρουσιάζονται επιγραμματικά τα προβλήματα που αντιμετωπίζει ο σύγχρονος άνθρωπος από τις αλλαγές των διατροφικών συνηθειών του στις σύγχρονες κοινωνίες, εξετάζονται οι αιτίες τους και αναφέρεται η αναγκαιότητα αλλαγής των συνηθειών αυτών από την παιδική ηλικία με την εφαρμογή υποχρεωτικών προγραμμάτων αγωγής υγείας στα σχολεία.

Ακολουθεί η βιβλιογραφική επισκόπηση σχετικά με την ΕξΑΕ και στη συνέχεια περιγράφεται η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε για να διεξαχθεί η συγκεκριμένη ποιοτική έρευνα.

Το διαδραστικό εκπαιδευτικό υλικό αποτιμήθηκε από εν ενεργεία δασκάλες της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. Απάντησαν σε ημι-δομημένη συνέντευξη σχετικά με την επάρκεια, την ευχρηστία, την παρουσίαση και τη δομή του εκπαιδευτικού υλικού .

Το μαθησιακό υλικό είναι χωρισμένο σε τρεις διδακτικές ενότητες. Στην παρούσα εργασία περιγράφονται αναλυτικά όλες οι ενότητες του εκπαιδευτικού υλικού και αναλύονται τα δεδομένα και τα αποτελέσματά της έρευνας που προκύπτουν.

### **Λέξεις – Κλειδιά**

Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση, διαδραστικό εκπαιδευτικό υλικό, υγιεινή διατροφή, αλλαγή συμπεριφοράς, Δημοτικό Σχολείο.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Abstract**

The present research project concerns the design, creation and evaluation of interactive educational material for the acquaintance and adoption of healthy eating rules by the students of the third and fourth grades within the Flexible Zone.

Initially, the problems faced by modern man by the changes in his eating habits in modern societies are briefly presented, their causes are examined and the need to change these habits from childhood by implementing compulsory health education programs in schools is mentioned.

Follows the literature review of the distance education and then describes the methodology followed to conduct this qualitative research.

The interactive educational material was evaluated by current primary school teachers. They responded in a semi-structured interview about the adequacy, ease of use, presentation and structure of the educational material.

The teaching material is divided into three didactic sections. This paper describes in detail all the sections of the educational material and analyzes the data and the results of the research that emerge.

## **Keywords**

Distance Education, interactive educational material, healthy eating, behavior change, Primary School.



Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση  
Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη  
γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και  
σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού  
σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης

## Περιεχόμενα

Περίληψη.....	v
Abstract .....	vi
Περιεχόμενα .....	vii
Κατάλογος Εικόνων / Σχημάτων .....	ix
Κατάλογος Πινάκων .....	x
Συνοτομογραφίες & Ακρωνύμια.....	xi
1. Εισαγωγή.....	1
1.1 Τοποθέτηση του προβλήματος .....	1
1.2 Κριτήρια και σημασία επιλογής του θέματος.....	2
1.3 Σκοπός της έρευνας .....	3
1.4 Ερευνητικά ερωτήματα .....	3
1.5 Σημαντικότητα και εκτιμώμενη συνεισφορά της παρούσας Διπλωματικής Εργασίας στο πεδίο της ΕξΑΕ .....	4
1.6 Δομή της εργασίας.....	4
2. Θεωρητικό πλαίσιο .....	6
2.1 Το πρόβλημα .....	6
2.2 Παχυσαρκία .....	6
2.3 Ποιες είναι οι συνηθισμένες επιπτώσεις στην υγεία από το υπερβολικό βάρος και την παχυσαρκία; .....	7
2.4 Πώς μπορεί να μειωθεί το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία; .....	7
2.5 Εξ αποστάσεως εκπαίδευση .....	8
2.6 Βασικά χαρακτηριστικά ΕξΑΕ.....	9
2.7 Εξ Αποστάσεως Σχολική εκπαίδευση .....	10
2.8 Εκπαιδευτικό υλικό για την Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση .....	11
2.9 Αρχές –μοντέλα σχεδιασμού Εκπαιδευτικού Υλικού .....	15
2.10 Δραστηριότητες- ασκήσεις .....	22
2.11 Συναφείς έρευνες στην Ελλάδα .....	25
3. Ο σχεδιασμός και η δημιουργία του εκπαιδευτικού υλικού «Αλλάζω διατροφή... για μια καλύτερη ζωή».....	28
3.1 Η δημιουργία του εκπαιδευτικού υλικού. ....	28
3.2 Σχεδιασμός και στόχοι.....	31
3.3 Αναλυτική περιγραφή.....	35
4.1 Είδος έρευνας .....	48
4.2 Χαρακτηριστικά της έρευνας .....	49
4.3 Μεθοδολογικά εργαλεία .....	50
4.4 Περίοδος διεξαγωγής της έρευνας.....	51
4.5 Δείγμα.....	51
4.6 Διαδικασία συλλογής δεδομένων .....	52
4.7 Ανάλυση ποιοτικών δεδομένων .....	53
4.8 Οι περιορισμοί της έρευνας.....	56

5. Αποτελέσματα της έρευνας.....	57
5.1 Το προφίλ των εκπαιδευτικών.....	57
5.2 Γενικές – αρχικές ερωτήσεις.....	58
5.2.1 Χρήση Ηλεκτρονικού Υπολογιστή κατά τη διδασκαλία.....	58
5.2.2 Ανάλυση προγράμματος Αγωγής Υγείας.....	59
5.2.3 Ευκολία εξεύρεσης κατάλληλου υλικού για το πρόγραμμα Αγωγής Υγείας.....	60
5.3 Αξιολόγηση ως προς την επάρκεια του υλικού.....	60
5.3.1 Κάλυψη επιδιωκόμενων σκοπών και στόχων.....	61
5.3.2 Διαπραγμάτευση αυθεντικών-ρεαλιστικών καταστάσεων.....	61
5.3.3 Προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων.....	63
5.3.4 Χαρακτηρίζεται από ευελιξία.....	63
5.3.5 Διαθεματική προσέγγιση.....	64
5.3.6 Επιβράβευση σωστών απαντήσεων- λύσεων.....	65
5.3.7 Αλληλεπίδραση εκπαιδευτικού και εκπαιδευόμενου.....	65
5.3.8 Σύγχρονο και ενημερωμένο.....	66
5.3.9 Ανταπόκριση στο στίλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων.....	67
5.3.10 Διαφορετικοί τρόποι επίλυσης προβλημάτων.....	68
5.3.11 Καλλιέργεια κριτικής σκέψης των μαθητών.....	69
5.3.12 Καλλιέργεια λήψης αποφάσεων.....	69
5.4 Αξιολόγηση ως προς την ευχρηστία του υλικού.....	70
5.4.1 Έλεγχο της ροής των πληροφοριών.....	70
5.4.2 Αλληλεπίδραση χρήστη και υλικού.....	71
5.4.3 Προώθηση αυτενέργειας και αυτονομίας των χρηστών.....	72
5.4.4 Περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος.....	72
5.4.5 Είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό.....	73
5.4.6 Παροχή συμβουλών, σχολίων και οδηγιών.....	74
5.5 Αξιολόγηση ως προς τη δομή και παρουσίαση του υλικού.....	74
5.5.1 Προσέλκυση ενδιαφέροντος των μαθητών.....	75
5.5.2 Καλή εμφάνιση και αισθητική.....	75
5.5.3 Κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο.....	76
5.5.4 Μαθησιακό επίπεδο και ηλικία των παιδιών.....	77
5.5.5 Δημιουργία θετικής και ευχάριστης διάθεσης στο μαθητή για να συνεχίσει.....	77
5.5.6 Δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου.....	78
5.5.7 Ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη.....	79
5.5.8 Ευανάγνωστα κείμενα.....	79
5.6 Προτάσεις βελτίωσης.....	80
5.6.1 Εκπαιδευτική χρήση του υλικού από τις συμμετέχουσες στην έρευνα.....	80
5.6.2 Γενική εικόνα – Δυνατά σημεία.....	81
5.6.3 Προτάσεις βελτίωσης.....	82
6. Συζήτηση – Συμπεράσματα.....	84
7. Βιβλιογραφία.....	88
Παράρτημα Α: «Ενημερωτική επιστολή εκπαιδευτικών».....	91
Παράρτημα Β: «Ερωτήσης συνέντευξης».....	92
Παράρτημα Γ: «Συνεντεύξεις».....	96



Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης

## Κατάλογος Εικόνων / Σχημάτων

Εικόνα 1: Πλατφόρμα ΕξΑΕ chamilo.....	28
Εικόνα 2: Εγγραφο Word - Οδηγός πλοήγησης .....	29
Εικόνα 3: Αρχική σελίδα μαθήματος.....	30
Εικόνα 4: Μάθημα «Για μια καλύτερη ζωή... αλλάζω διατροφή» .....	31
Εικόνα 5: Το εργαλείο Accordion του H5P .....	32
Εικόνα 6: Δραστηριότητα αυτοαξιολόγησης «Σύρε τις λέξεις στα σωστά κουτάκια».....	33
Εικόνα 7: Εργαλεία Πλοήγησης.....	34
Εικόνα 8: Εξώφυλλο 1 <sup>ης</sup> διδακτικής ενότητας.....	36
Εικόνα 9: Ενδεικτική δραστηριότητα του διαδραστικού βίντεο .....	37
Εικόνα 10: Ένα από τα «Γιατί;» .....	38
Εικόνα 11: Εξώφυλλο 2 <sup>ης</sup> Διδακτικής Ενότητας.....	41
Εικόνα 12: Συμβουλές διατροφής και δραστηριότητες .....	42
Εικόνα 13: Εξώφυλλο 3 <sup>ης</sup> διδακτικής ενότητας.....	45
Εικόνα 14: Ιδέες για σωματικές δραστηριότητες.....	46
Εικόνα 15: Σύνοψη.....	47
Σχήμα 1: Το προτυπο ADDIE.....	15
Σχήμα 2: Το μοντέλο των Dick και Carey .....	16
Σχήμα 3: Το μοντέλο του Gagne.....	17
Σχήμα 4: Το μοντέλο της δημιουργίας κινήτρων του John Keller –ARCS .....	18
Σχήμα 5: Το Μοντέλο-κατηγοριοποίηση West και Λιοναράκη .....	19
Σχήμα 6: Στοχοταξινόμια του Bloom. ....	22



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Κατάλογος Πινάκων**

Πίνακας 1: Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα για τους εκπαιδευτικούς .....	55
Πίνακας 2: Προσωπικά στοιχεία συνεντευξιζόμενων εκπαιδευτικών .....	57



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Συντομογραφίες & Ακρωνύμια**

ΔΕ	Διπλωματική Εργασία
ΠΤΔΕ	Παιδαγωγικό Τμήμα Δ.Ε
ΠΜΣ	Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών
ΕξΑΕ	Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση
Η/Υ	Ηλεκτρονικός Υπολογιστής
WHO	World Health Organization



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **1. Εισαγωγή**

Σε αυτό το κεφάλαιο παρουσιάζονται η προβληματική της παρούσας διπλωματικής, οι λόγοι επιλογής του συγκεκριμένου θέματος, ο σκοπός, οι στόχοι και τα ερευνητικά ερωτήματα της συγκεκριμένης έρευνας. Ακολουθεί η σημαντικότητα και η εκτιμώμενη συνεισφορά της παρούσας διπλωματικής εργασίας στο πεδίο της ΕξΑΕ. Τέλος, το κεφάλαιο ολοκληρώνεται με τη δομή που αναπτύσσεται η παρούσα διπλωματική εργασία.

### **1.1 Τοποθέτηση του προβλήματος**

Η παχυσαρκία είναι μία σοβαρή νόσος που πλήττει τις τελευταίες δεκαετίες όλο τον κόσμο. Δύο από τους παράγοντες, οι οποίοι ευθύνονται γι' αυτή τη νόσο, είναι οι λανθασμένες διατροφικές συνήθειες που έχουμε υιοθετήσει και η μειωμένη σωματική δραστηριότητα του σύγχρονου ανθρώπου.

Γίνεται αναφορά σε αυτούς τους δύο συγκεκριμένους παράγοντες, γιατί είναι αυτοί που μπορούμε ο καθένας μας άμεσα να επηρεάσει και να βελτιώσει.

Τα δυτικά πρότυπα διατροφής που προωθούν οι εταιρείες τροφίμων μέσω των διαφημίσεων και ο σύγχρονος τρόπος ζωής έχουν οδηγήσει τους ανθρώπους σε αυτό το δραματικό για την υγεία τους στάδιο.

Θα πρέπει, λοιπόν, όσο ακόμα υπάρχει χρόνος, η ανθρωπότητα να λάβει μέτρα για τη σωτηρία της. Η εκπαίδευση των νέων ανθρώπων είναι ένας πολύτιμος σύμμαχος σε αυτό το δύσκολο έργο.

Θα πρέπει λοιπόν από πολύ νωρίς τα παιδιά να γνωρίζουν τα οφέλη των υγιεινών διατροφικών συνηθειών και της σωματικής δραστηριότητας. Κι έτσι να μιλούν από τα πρώτα τους κιόλας βήματα στη ζωή σε έναν ορθό και υγιεινό τρόπο διατροφής και άσκησης.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## 1.2 Κριτήρια και σημασία επιλογής του θέματος

Τα τελευταία χρόνια βλέπουμε να γίνεται ένα αγώνας δρόμου γύρω από τη διατροφή. Όπως προαναφέραμε, από τη μια οι εταιρείες τροφίμων να διαφημίζουν κάθε μέρα κι ένα νέο προϊόν πολλά υποσχόμενο σχετικά με τη θρεπτική του αξία του, ομάδες διατροφολόγων που μιλούν για υγιεινή διατροφή και τα οφέλη διάφορων τροφών και από την άλλη οι έρευνες που παρουσιάζουν απογοητευτικά αποτελέσματα σχετικά με την παχυσαρκία και τα χρόνια νοσήματα που έχουν σχέση με την διατροφή.

Τι γίνεται τελικά; Τι πραγματικά συμβαίνει και γιατί η Ελλάδα κατέχει μια ακόμα λυπητερή πρωτιά, αυτή της Παιδικής Παχυσαρκίας;

Ως εκπαιδευτικός σε σχολεία Πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης της περιφέρειας τα τελευταία χρόνια παρατηρώ τη λάθος διατροφή των παιδιών και απογοητεύομαι. Κάθε χρόνο λοιπόν προσπαθώ να βάλω ένα μικρό λιθαράκι, προκειμένου να βοηθήσω κάθε παιδί να αλλάξει τις διατροφικές του συνήθειες και στη συνέχεια να μεταλαμπαδεύσει τις συνήθειες του για την υγιεινή διατροφής στις οικογένειες και τους φίλους του.

Φέτος, όμως η έκπληξη μου ήταν ακόμα μεγαλύτερη όταν βρέθηκα σε ένα δημοτικό σχολείο ενός χωριού και το μεγαλύτερο ποσοστό των παιδιών τα διαλείμματα τρεφόταν με πατατάκια, πορτοκαλάδες και άλλα παρεμφερή τρόφιμα μηδαμινής θρεπτικής αξίας.

Θέλοντας λοιπόν να βοηθήσω όχι μόνο τους μαθητές μου αλλά και τους μαθητές των άλλων τάξεων με ένα διαφορετικό τρόπο αποφάσισα να εκπονήσω την παρούσα διπλωματική εργασία. Με τη δημιουργία διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της Ανεστραμμένης τάξης θα προσπαθούσα να ενημερώσω, να ευαισθητοποιήσω και να προβληματίσω τους αυριανούς πολίτες αυτού του μικρού χωριού. Παιδιά που μεγαλώνουν μέσα στα φρέσκα και πλούσια δώρα της φύσης. Κι όμως δεν τα γνωρίζουν και κυρίως δεν τα εκτιμούν.

Δυστυχώς όμως με την αλλαγή των δεδομένων της καθημερινότητας μας και το σύνθημα «Μένουμε Σπίτι» δεν κατέστη δυνατόν να υλοποιηθεί το νέο αυτό υλικό στα συγκεκριμένα παιδιά. Και αυτό γιατί απευθυνόταν σε μαθητές διαφορετικών τάξεων του σχολείου μας και ήταν δύσκολο υπό αυτές τις συνθήκες να οργανωθούν απόλυτα εξ αποστάσεως, μιας και δεν είχε πραγματοποιηθεί και η ανάλογη Δια ζώσης επιμόρφωση σχετικά με τη χρήση της ηλεκτρονική πλατφόρμας Chamilo. Και κυρίως, γιατί δε θα θέλαμε να επιβαρύνουμε



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

επιπλέον την καθημερινότητα των οικογενειών των μαθητών μας με μία επιπρόσθετη υποχρέωση.

Δεδομένης, λοιπόν, της κατάστασης έγινε αποτίμηση του διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού από πέντε εκπαιδευτικούς πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, ώστε μέσα από αυτή την έρευνα να δημιουργηθεί ένα όσο το δυνατόν καλύτερο υλικό που θα μπορεί να εφαρμοστεί τα επόμενα χρόνια από τους εκπαιδευτικούς στον σχολείο σαν συμπληρωματική Εξ Αποστάσεως Σχολική Εκπαίδευση.

### 1.3 Σκοπός της έρευνας

Σκοπός της παρούσας Διπλωματικής Εργασίας είναι ο σχεδιασμός, η δημιουργία και η αποτίμηση διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης.

Οι επιμέρους στόχοι της εργασίας είναι:

1. Ο σχεδιασμός και η δημιουργία πολυμορφικού εκπαιδευτικού λογισμικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ.
2. Η αποτίμηση του διαδραστικού Εκπαιδευτικού υλικού που δημιουργήθηκε ως προς την ευχρηστία, την πληρότητα, την καταλληλότητα και την ελκυστικότητά του.

### 1.4 Ερευνητικά ερωτήματα

Τα ερευνητικά ερωτήματα τα οποία επιχειρεί η παρούσα έρευνα να απαντήσει είναι:

1. Ποιες είναι οι προδιαγραφές για τον σχεδιασμό και την ανάπτυξη διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης;
2. Πώς αποτιμάται το διαδραστικό εκπαιδευτικό υλικό για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης που δημιουργήθηκε ως προς την ευχρηστία, την πληρότητα, την καταλληλότητα και την ελκυστικότητά του;

Ποιοτική Έρευνα με τη χρήση ημιδομημένης συνέντευξης σε εκπαιδευτικούς Α/Βάθμιας εκπαίδευσης.

## **1.5 Σημαντικότητα και εκτιμώμενη συνεισφορά της παρούσας Διπλωματικής Εργασίας στο πεδίο της ΕξΑΕ**

Με την παρούσα διπλωματική εργασία επιδιώκεται ο εμπλουτισμός του χώρου της σχολικής ΕξΑΕ με ένα ολοκληρωμένο, διαδραστικό και πολυμορφικό εκπαιδευτικό υλικό για την αγωγή υγείας. Καθώς και η ενίσχυση των σχολείων με ένα νέο διαδραστικό εκπαιδευτικό υλικό το οποίο θα απαιτεί λιγότερο χρόνο για την εφαρμογή του μέσα στη σχολική αίθουσα, αλλά με πολύ σημαντικά μαθησιακά αποτελέσματα. Μιας και δεν υπάρχει ο απαιτούμενος χρόνος για την εφαρμογή προγραμμάτων υγείας στα σχολεία.

## **1.6 Δομή της εργασίας**

Στο πρώτο κεφάλαιο γίνεται μια μικρή εισαγωγή, παρουσιάζεται η τοποθέτηση του προβλήματος και γνωστοποιούνται τα κριτήρια που οδήγησαν στην επιλογή του συγκεκριμένου θέματος. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται ο σκοπός, τα ερευνητικά ερωτήματα της διπλωματικής εργασίας και η σημαντικότητα και εκτιμώμενη συνεισφορά της παρούσης Διπλωματικής Εργασίας στο πεδίο της ΕξΑΕ. Το πρώτο κεφάλαιο ολοκληρώνεται με τη δομή της εργασίας.

Στο δεύτερο κεφάλαιο έχουμε την παρουσίαση του θεωρητικού πλαισίου της παρούσας διπλωματικής εργασίας. Ξεκινάει με την παρουσίαση του προβλήματος, ορίζεται η παχυσαρκία, αναφέρονται οι επιπτώσεις που έχει στην υγεία το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία και δίνονται κάποιοι πιθανοί τρόποι με τους οποίους μπορεί να μειωθούν το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία. Στη συνέχεια, ακολουθεί ο ορισμός και τα βασικά



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

χαρακτηριστικά της ΕξΑΕ, καθώς επίσης τα μοντέλα και χαρακτηριστικά δημιουργίας εκπαιδευτικού υλικού για την ΕξΑΕ.

Στο τρίτο κεφάλαιο παρουσιάζεται η μεθοδολογία της παρούσας διπλωματικής εργασίας. Αναφέρονται τα χαρακτηριστικά της έρευνας, πιο συγκεκριμένα το είδος της έρευνας, τα μεθοδολογικά εργαλεία, το δείγμα και η περίοδος διεξαγωγής της έρευνας. Ακολουθεί η αναλυτική περιγραφή του εκπαιδευτικού υλικού που δημιουργήθηκε, αφού αρχικά γίνει αναφορά στο σχεδιασμό και τους στόχους. Το παρόν κεφάλαιο ολοκληρώνεται με τα αποτελέσματα της έρευνας, την παρουσίαση και η ανάλυση των δεδομένων, καθώς και τη σύνοψη των αποτελεσμάτων.

Στο τέταρτο κεφάλαιο η εργασία ολοκληρώνεται με την συζήτηση των αποτελεσμάτων και τα συμπεράσματα της συγκεκριμένης ερευνητικής προσπάθειας, αναφέρονται οι περιορισμοί της έρευνας αλλά και οι προτάσεις για την αξιοποίηση των αποτελεσμάτων για περαιτέρω έρευνα.

Τέλος παρατίθενται οι βιβλιογραφικές αναφορές και τα παραρτήματα της εργασίας.

## **2. Θεωρητικό πλαίσιο**

### **2.1 Το πρόβλημα**

Στο κεφάλαιο αυτό γίνεται αναφορά στο πρόβλημα τόσο της παχυσαρκίας των ενηλίκων όσο και της παιδικής παχυσαρκίας. Ορίζεται η παχυσαρκία, παρουσιάζονται στοιχεία από έρευνες για την παχυσαρκία παγκοσμίως. Αναφέρονται οι κυριότερες αιτίες της παχυσαρκίας. Και κλείνουμε με τους τρόπους με τους οποίους μπορεί να μειωθεί η παχυσαρκία.

### **2.2 Παχυσαρκία**

Σύμφωνα με τον WHO (World Health Organization) το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία ορίζονται ως ανώμαλη ή υπερβολική συσσώρευση λίπους που μπορεί να βλάψει την υγεία (2020).

Ορισμένες πρόσφατες παγκόσμιες εκτιμήσεις της WHO αναφέρουν ότι το 2016:

- Το 39% των ενηλίκων ηλικίας 18 ετών και άνω ήταν υπέρβαροι.
- Περίπου το 13% του ενήλικου πληθυσμού στον κόσμο ήταν παχύσαρκοι.
- Η παγκόσμια επικράτηση της παχυσαρκίας σχεδόν τριπλασιάστηκε μεταξύ 1975 και 2016.
- Περίπου 41 εκατομμύρια παιδιά ηλικίας κάτω των 5 ετών ήταν υπέρβαρα ή παχύσαρκα.
- Πάνω από 340 εκατομμύρια παιδιά και έφηβοι ηλικίας 5-19 ετών ήταν υπέρβαρα ή παχύσαρκα
- Ενώ μόλις το 1% των παιδιών και των εφήβων ηλικίας 5-19 ετών ήταν παχύσαρκοι το 1975, περισσότερα 124 εκατομμύρια παιδιά και έφηβοι (6% των κοριτσιών και 8% των αγοριών) ήταν παχύσαρκοι το 2016.

Επίσης σύμφωνα με τον WHO το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία συνδέονται με περισσότερους θανάτους παγκοσμίως από ότι η έλλειψη βάρους.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **2.3 Ποιες είναι οι συνηθισμένες επιπτώσεις στην υγεία από το υπερβολικό βάρος και την παχυσαρκία;**

Οι παχυσαρκία σχετίζεται με πολλές χρόνιες ασθένειες. Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τον WHO σχετίζεται με (2020):

- Καρδιαγγειακές παθήσεις
- Διαβήτη
- Μυοσκελετικές διαταραχές
- Κάποιες μορφές καρκίνου

## **2.4 Πώς μπορεί να μειωθεί το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία;**

Σύμφωνα με τον WHO, το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία μπορούν να μειωθούν αρκετά με αλλαγές στις καθημερινές μας συνήθειες. Οι βασικές αλλαγές που πρέπει να γίνουν είναι σε δύο βασικούς τομείς:

- στις διατροφικές συνήθειες και
- στη σωματική άσκηση.

Θα πρέπει οι άνθρωποι να περιορίζουν την πρόληψη λιπαρών ουσιών και σακχάρων και να αυξάνουν την κατανάλωση φρούτων, λαχανικών, οσπρίων και δημητριακών. Επίσης να μην παραλείπουν την τακτική άσκηση.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## 2.5 Εξ αποστάσεως εκπαίδευση

Η ιστορία της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης μετράει πάνω από 180 χρόνια πορείας. Ξεκίνησε με τα «μαθήματα δια αλληλογραφίας». Ο όρος Εξ Αποστάσεως άρχισε να χρησιμοποιείται από το 1980.

Την έννοια της Εξ Αποστάσεων Εκπαίδευσης είναι δύσκολο να την οριοθετήσουμε, γιατί έχει να κάνει με ένα πολυδιάστατο εκπαιδευτικό φαινόμενο. Στη διεθνή βιβλιογραφία έχει καταγραφεί με μια σειρά από έγκυρους και αποδεκτούς ορισμούς, οι οποίοι με γενικές περιγραφές δίνουν το περίγραμμα και επεξηγούν την εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Στην παρούσα εργασία θα παρουσιάσουμε ορισμένους από τους επικρατέστερους, ώστε να υπάρχει μια όσο το δυνατόν πιο σφαιρική ερμηνεία.

Σύμφωνα λοιπόν με τον Keegan (1988) «Εξ Αποστάσεως εκπαίδευση είναι η εκπαίδευση που διδάσκει κι ενεργοποιεί το μαθητή πώς να μαθαίνει μόνος του και πώς να λειτουργεί αυτόνομα προς μια ευρυτική πορεία αυτομάθησης»

Ο Holmberg (1977) αναφέρει ότι «Η Εξ Αποστάσεως εκπαίδευση περιλαμβάνει διάφορες μορφές σπουδών, σε όλα τα επίπεδα της εκπαίδευσης, οι οποίες διεξάγονται χωρίς την άμεση και συνεχή επίβλεψη εκπαιδευτικών και στηρίζονται στην οργάνωση, καθοδήγηση και διδασκαλία που παρέχεται από κάποιο εκπαιδευτικό οργανισμό» (οπ. αν. σε (Μανούσου, 2008)

Ενώ ο Perraton (1988) λέει ότι «Η Εξ Αποστάσεως εκπαίδευση χαρακτηρίζεται από τη διδασκαλία από κάποιον εκπαιδευτή που βρίσκεται μακριά από τον εκπαιδευόμενο τόσο σε φυσική απόσταση όσο και σε χρόνο». Αυτός όμως ο ορισμός θεωρείται απλοϊκός και παρερμηνεύει την πραγματική διάσταση της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης (Λιοναράκης, 2006).

Από τους σύγχρονους ορισμούς αυτός που έχει παγκόσμια αναγνώριση είναι της «Εξ Αποστάσεως Πολυμορφικής Εκπαίδευσης». Αυτή η μορφή εκπαίδευσης διατηρεί την φυσική απόσταση ανάμεσα στον εκπαιδευτικό και τον εκπαιδευόμενο αλλά ταυτόχρονα προσθέτει την πολυμορφία με την οποία προσεγγίζει την εκπαιδευτική διαδικασία. Υπάρχει δηλαδή ποικιλία σε μορφές, μέσα και επιλογές που διαθέτει ο εκπαιδευτικός και ο εκπαιδευόμενος. (Lionarakis, 1998)



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## 2.6 Βασικά χαρακτηριστικά ΕξΑΕ

Για να κατανοήσουμε και να προσδιορίσουμε όμως καλύτερα την Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση είναι απαραίτητο να αναφερθούμε στα χαρακτηριστικά της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης.

Τα βασικά, λοιπόν, χαρακτηριστικά της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης σύμφωνα (Lionarakis, 1999) είναι:

- 1) Η γεωγραφική απόσταση ανάμεσα στον εκπαιδευτή και τον εκπαιδευόμενο.
- 2) Η ευθύνη για το σχεδιασμό, την παραγωγή, τη διανομή του εκπαιδευτικού υλικού και την εξυπηρέτηση του εκπαιδευόμενου μέσα από τις υπηρεσίες υποστήριξης την έχει κάποιο εκπαιδευτικό ίδρυμα.
- 3) Η χρήση των τεχνολογικών μέσων, τόσο έντυπων όσο και ηλεκτρονικών, για να γεφυρωθεί η απόσταση ανάμεσα στον εκπαιδευόμενο και τον εκπαιδευτή και να διαμοιραστεί το πολυμορφικό εκπαιδευτικό υλικό.
- 4) Η προσπάθεια για αμφίδρομη επικοινωνία με στόχο την εκμετάλλευση των παιδαγωγικών πλεονεκτημάτων του διαλόγου και τη συμβουλευτική υποστήριξη των εκπαιδευόμενων από τον εκπαιδευτή.
- 5) Η οργάνωση της μαθησιακής διαδικασίας με βάση την κατ' ιδίαν μελέτη του εκπαιδευτικού υλικού.
- 6) Η δυνατότητα συναντήσεων σε περιστασιακή βάση τόσο για διδακτικούς όσο και για κοινωνικούς λόγους.
- 7) Οι υπάρχουσες ανάγκες προσαρμόζουν και καθορίζουν την κατάλληλη εκπαιδευτική διαδικασία.
- 8) Ο μεγάλος αριθμός εκπαιδευομένων.

Από τα παραπάνω, καταλήγουμε σε δύο σημαντικά δεδομένα/χαρακτηριστικά της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης, το πρώτο είναι η απόσταση η οποία χωρίζει το διδάσκοντα από τον εκπαιδευόμενο και η ανάγκη για την ορθή ανάπτυξη του εκπαιδευτικού υλικού.

Στην παρούσα έρευνα έγινε μια προσπάθεια να δημιουργηθεί ένα χρήσιμο εργαλείο για τους εκπαιδευτικούς της Πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης στα πλαίσια της συμπληρωματικής σχολικής Εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Το υλικό αυτό χρησιμοποιώντας τα πλεονεκτήματα



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

τα οποία προσφέρονται από τα χαρακτηριστικά της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης δίνει τη δυνατότητα στους εκπαιδευτικούς να διευρύνουν την διεξαγωγή της Αγωγής Υγείας στα Πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης, καταναλώνοντας το λιγότερο δυνατό εκπαιδευτικό χρόνο μέσα στην αίθουσα διδασκαλίας.

## 2.7 Εξ Αποστάσεως Σχολική εκπαίδευση

Με τον όρο «Η Εξ Αποστάσεως Σχολική Εκπαίδευση» νοείται η εκπαίδευση που παρέχεται σε επίπεδο πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης καλύπτοντας τις εκάστοτε ανάγκες των μαθητών. (Βασάλα, 2005). Η σχολική Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση δίνει τη δυνατότητα ίσων ευκαιριών στους μαθητές. Με την σχολική Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση έχουν τη δυνατότητα να παρακολουθήσουν τα σχολικά μαθήματα παιδιά τα οποία κατοικούν σε απομακρυσμένες γεωγραφικά περιοχές, παιδιά με ειδικές ανάγκες ή παιδιά που νοσηλεύονται για μεγάλο χρονικό διάστημα, καθώς και παιδιά τα οποία οι γονείς τους δεν έχουν μια σταθερή κατοικία. Επίσης δίνει τη δυνατότητα οι εκπαιδευόμενοι να παρακολουθήσουν επιπλέον μαθήματα τα οποία δεν προσφέρονται στο παραδοσιακό σχολείο, οπότε η Σχολική Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση αποκτά ενισχυτικό χαρακτήρα στην εκπαίδευση και τη μόρφωση του μαθητή. (Τζέμου & Σόφος, 2013; Demiray & Isman, 2001).

Η Εξ Αποστάσεως Σχολική Εκπαίδευση χωρίζεται σε τρεις κατηγορίες (Βασάλα, 2005; Μιμίνου, 2013):

- i. **Στη συμπληρωματική εξ αποστάσεως σχολική εκπαίδευση**, η οποία αναπτύσσεται και τίθεται σε εφαρμογή παράλληλα με τη συμβατική εκπαίδευση. Οι μαθητές του συμβατικού σχολείου παρακολουθούν από απόσταση κάποιες επιπλέον σειρές μαθημάτων, ενισχύοντας και εμπλουτίζοντας με αυτόν τον τρόπο την παραδοσιακή εκπαίδευση με θεματικές ενότητες που δεν διατίθενται στο πρόγραμμα σπουδών.
- ii. **Στην αυτοδύναμη εξ αποστάσεως σχολική εκπαίδευση**, όπου θεσμοθετημένοι και αναγνωρισμένοι εκπαιδευτικοί φορείς σε επίπεδο πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, παρέχουν ολοκληρωμένα προγράμματα σπουδών



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

καθώς και ισότιμους με του παραδοσιακού σχολείου τίτλους σπουδών. Αναπτύσσεται ανεξάρτητα από το συμβατικό σχολείο.

- iii. **Στη μεικτή ή συνδυαστική εκπαίδευση**, η οποία αποτελεί συνδυασμό συμβατικών τρόπων μάθησης και εξ αποστάσεως διαδικτυακών μορφών εκπαίδευσης. Και διακρίνεται στο **μοντέλο της εναλλαγής** (εναλλάξ δραστηριότητες διαδικτυακά υποστηριζόμενης μάθησης και ομαδοσυνεργατικές δραστηριότητες, τοπικά, στην τάξη), στο **ευέλικτο μοντέλο** (κύριο ρόλο διαδραματίζει η διαδικτυακά υποστηριζόμενη μάθηση, η οποία συμπληρώνεται με δια ζώσης υποστηρικτικές συναντήσεις), στο **μοντέλο αυτομίξης** (οι μαθητές παρακολουθούν κάποια διαδικτυακά μαθήματα παράλληλα με τα παραδοσιακά μαθήματα στην αίθουσα) και στο **εμπλουτισμένο εικονικό μοντέλο** (οι μαθητές παρακολουθούν κατά κύριο λόγο διαδικτυακά μαθήματα, τα οποία συμπληρώνουν με κάποια μαθήματα δια ζώσης). Η μεικτή εκπαίδευση βοηθάει στη βελτίωση της εκπαιδευτικής διαδικασίας από άποψη χώρου και χρόνου.

Συμπεραίνουμε, λοιπόν, ότι η Σχολική Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση προσφέρει εύκολη πρόσβαση σε κάθε μαθητή παρέχοντας ευκαιρίες ακόμα και σε μαθητές που αντιμετωπίζουν δυσκολίες ή ιδιαιτερότητες, καταργώντας τα εμπόδια τα οποία αναδύονται με τη λειτουργία του παραδοσιακού σχολείου.

## 2.8 Εκπαιδευτικό υλικό για την Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση

Με τον όρο Εκπαιδευτικού Υλικού νοείται οποιοδήποτε υλικό αξιοποιείται στην εκπαιδευτική διαδικασία προκειμένου να βοηθήσει ή να καθοδηγήσει τον εκπαιδευόμενο να μάθει.

Στην Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση το Εκπαιδευτικό Υλικό θεωρείται ένα από το καίρια ζητήματα. Είναι αυτό που θα κατευθύνει όλη την πορεία της μάθησης, μιας και δεν υπάρχει η φυσική παρουσία του εκπαιδευτικού. Ως εκ τούτου, γίνεται κατανοητό ότι δεν μπορεί να είναι ίδιο με το Εκπαιδευτικό Υλικό της παραδοσιακής Εκπαίδευσης. Είναι, λοιπόν, ο σχεδιασμός και η ανάπτυξη του Εκπαιδευτικού Υλικού στην Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση μια πολύ απαιτητική, χρονοβόρα και σοβαρή διαδικασία. (Λιοναράκης, 2001)



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Το Εκπαιδευτικό Υλικό στην Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση έχει πολλαπλούς ρόλους και μάλιστα περιλαμβάνει επιπρόσθετα το ρόλο του εκπαιδευτικού. Θα πρέπει λοιπόν το Εκπαιδευτικό Υλικό στην Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση **να καθοδηγεί** τον εκπαιδευόμενο στη μελέτη του, **να επεξηγεί** δύσκολα σημεία, **να τον προκαλεί** στην ανακαλυπτική μάθηση, **να παρέχει** διάφορα είδη ασκήσεων και δραστηριοτήτων για συνεχή ανατροφοδότηση και διερεύνηση, **να εμπνυχώνει** και **να ενθαρρύνει** τον εκπαιδευόμενο να συνεχίσει επιτρέποντας **να εκτιμήσει** την πρόοδό του, καθώς και **να επιλέγει** ελεύθερα τον τόπο, το χρόνο και το ρυθμό της μελέτης του. (Holmberg, 1995) Να είναι δηλαδή πολυμορφικό και να στηρίζει την αυτενέργεια του εκπαιδευόμενου. (Λιοναράκης, 2001) Σύμφωνα με τον Holmberg (1983) ο σχεδιασμός και την ανάπτυξη του μαθησιακού υλικού θα πρέπει να διέπεται από τις παρακάτω αρχές:

*i. Την Αρχή της Αναγνωσιμότητας και της Κατανοησιμότητας.*

Σύμφωνα με τις οποίες το γνωστικό αντικείμενο θα πρέπει να παρουσιάζεται με απλό και κατανοητό τρόπο. Δηλαδή θα πρέπει να είναι γραμμένο με τη χρήση της καθομιλουμένης γλώσσας, με ευανάγνωστη γραφή και μέτρια σε πυκνότητα πληροφοριακά δεδομένα.

Επίσης, η παρουσίαση του υλικού στον σπουδαστή να πραγματοποιείται με φιλικό και προσωπικό ύφος μέσα από τη χρήση προσωπικών και κτητικών αντωνυμιών. Και τέλος, σε αυτή την αρχή υπάγεται και η οριοθέτηση των αλλαγών των θεμάτων μέσα από σαφείς αναφορές και τυπογραφικά μέσα ή στην περίπτωση του προφορικού λόγου (cd ήχου, αρχεία ήχου) με αλλαγή των εκφωνητών ή των ομιλητών.

*ii. Την Αρχή της Συμβουλευτικής.* Η οποία υπαγορεύει την ύπαρξη ρητών και αιτιολογημένων συμβουλών και προτροπών προς τον σπουδαστή ως προς το τι πρέπει και τι δεν πρέπει να πράξει, και σε τι να δώσει ιδιαίτερη έμφαση.

*iii. Την Αρχή της Διαδραστικότητας.* Με την παρούσα αρχή γίνεται πρόσκληση για ανταλλαγή απόψεων, ερωτήσεων και κρίσεων σε σχέση με το τι πρέπει να γίνει αποδεκτό και τι να απορριφθεί.

Επίσης μέσα στην ίδια αρχή εντάσσονται και οι προσπάθειες για συναισθηματική εμπλοκή του σπουδαστή, ώστε να αναπτύξει προσωπικό ενδιαφέρον για το θέμα και για τα ερωτήματα που σχετίζονται με αυτό.

Το Εκπαιδευτικό Υλικό στην Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση για να είναι ορθό, ποιοτικό και ολοκληρωμένο θα πρέπει να ακολουθεί μια σειρά από λειτουργίες (Λιοναράκης, 2009):

- i. Να παρουσιάζει την πραγματικότητα στους εκπαιδευόμενους μέσα από επιλεγμένο πληροφοριακό υλικό, διαμορφωμένο με τρόπο κατάλληλο που να συμβάλλει στην αυτόνομη, αυτενεργό και ανακαλυπτική μάθηση.
- ii. Να παρέχει συγκεκριμένες παιδαγωγικές κατευθύνσεις οργανώνοντας ένα πλούσιο σε ερεθίσματα αλληλεπιδραστικό μαθησιακό περιβάλλον, στο οποίο οι εκπαιδευόμενοι εμπλέκονται ενεργά, μαθαίνοντας πώς να μαθαίνουν.
- iii. Να κινητοποιεί τον εκπαιδευόμενο παρέχοντας συνεχώς κίνητρα για μάθηση, εμπύχωση και ενθάρρυνση.
- iv. Να δίνει τη δυνατότητα μέσα από πολύπλευρες δραστηριότητες να γίνεται σε βάθος εμπέδωση του περιεχομένου.
- v. Να συμβάλλει συστηματικά στην ανάπτυξη και την καλλιέργεια των δεξιοτήτων, οι οποίες είναι απαραίτητες για την εξέλιξη και την ανάπτυξη των εκπαιδευομένων.
- vi. Να εξοικειώνει τους εκπαιδευόμενους με πολύπλευρες διαδικασίες αξιολόγησης.

Για να σχεδιαστεί και να δημιουργεί ένα ορθό Εκπαιδευτικό Υλικό πρέπει να λαμβάνονται υπόψιν σημαντικοί παράγοντες, όπως ποια είναι η ομάδα – στόχος, ποιοι είναι οι μαθησιακοί στόχοι, ποιες οι μαθησιακές ανάγκες τις οποίες καλείται να καλύψει, ποιες οι θεωρίες μάθησης που το διέπουν, ποια η μορφή του, τα χαρακτηριστικά του, το ύφος του κ.α. (Μανούσου, 2008)

Ένα λοιπόν, πολυμορφικό εκπαιδευτικό υλικό αποτελείται από (Λιοναράκης 1999, όπ. αναφ. στο (Λιοναράκης, 2009):

- i. το κυρίως διδακτικό κείμενο
- ii. τα παράλληλα κείμενα
- iii. τον αναλυτικό οδηγό σπουδών και μελέτης
- iv. τα βιβλιογραφικά βοηθήματα
- v. τον φάκελο εργασίας των ασκήσεων, δραστηριοτήτων και εργασιών
- vi. τα οπτικοακουστικά μέσα και τις νέες τεχνολογίες

Συμπεραίνουμε, λοιπόν, ότι η παραγωγή εκπαιδευτικού υλικού στο πλαίσιο της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση δεν είναι μια απλή και εύκολη διαδικασία, αλλά αντίθετα είναι



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

πολυδιάστατη, πολύπλοκη και χρονοβόρα. Μια διαδικασία με πολλές απαιτήσεις τόσο από τον εκπαιδευτικό, όσο και από το εκπαιδευτικό ίδρυμα, το οποίο είναι υπεύθυνο για αυτό το Εξ Αποστάσεως εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Όμως, καθίσταται απαραίτητο, στην νέα εποχή της γνώσης και της πληροφορίας να αρθούν όλες αυτές οι δυσκολίες και να προχωράμε την παραγωγή ορθού και αποτελεσματικού Εκπαιδευτικού Υλικού.

## 2.9 Αρχές –μοντέλα σχεδιασμού Εκπαιδευτικού Υλικού

Στο σχεδιασμό του Εκπαιδευτικού Υλικού συναντάμε πολλά μοντέλα σχεδιασμού. Πολλά εξ αυτών συνδέονται με τις νέες τεχνολογίες. Μοντέλα τα οποία θεωρούνται επισφαλή μιας και η διαδικασία της μάθησης διαφέρει από άνθρωπο σε άνθρωπο. Στη συνέχεια θα αναφερθούμε συνοπτικά σε μερικά από τα γενικά μοντέλα – πρότυπα σχεδιασμού (Μανούσου, 2008):

### 1) Το μοντέλο ADDIE (Analyze, Design, Develop, Implement, Evaluate):

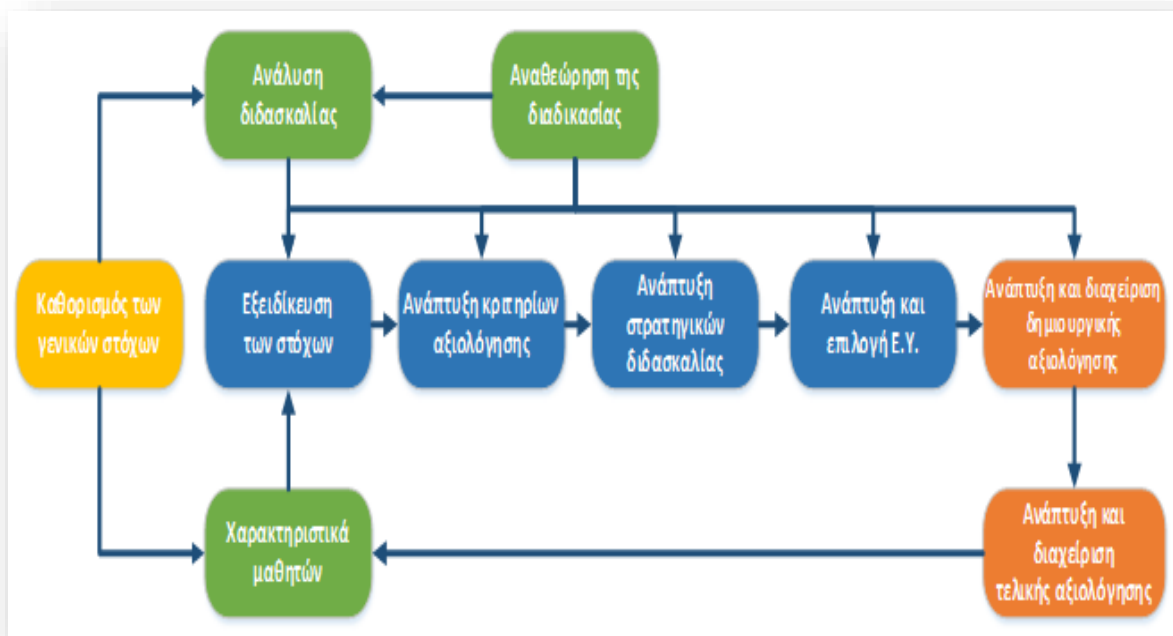
Αποτελείται από πέντε γενικές φάσεις εργασίας, οι οποίες δεν αποτελούν μια ευθύγραμμη πορεία, αλλά έναν κύκλο εργασίας που μπορεί να περιλαμβάνει επιμέρους φάσεις ανάλυσης, σχεδίασης, ανάπτυξης και εφαρμογής συνοδευόμενες από άμεση αξιολόγηση. Από τα αρχικά των πέντε αυτών φάσεων προέρχεται και το όνομά του: Ανάλυση (Analysis), Σχεδίαση (Design), Ανάπτυξη (Development), Εφαρμογή (Implementation) και Αξιολόγηση (Evaluation).



Σχήμα 1: Το πρότυπο ADDIE

## 2) Το μοντέλο των Dick & Carey:

Το μοντέλο των Dick και Carey αναλύεται σε εννέα βασικά στάδια, ξεκινάει από τον καθορισμό των στόχων και ο σχεδιασμός του υλικού βασίζεται στον τεμαχισμό της διδακτέας ύλης σε μικρότερα τμήματα. Η διδασκαλία με αυτό το μοντέλο βασίζεται σε δεξιότητες αλλά και σε γνώσεις καθώς και τη δημιουργία των κατάλληλων συνθηκών για την επίτευξη των στόχων. Είναι ένα αρκετά πολύπλοκο, αναλυτικό και δύσκαμπτο μοντέλο, το οποίο όμως παρόλα αυτά έχει επηρεάσει μεταγενέστερα μοντέλα.



Σχήμα 2: Το μοντέλο των Dick και Carey

### 3) Το μοντέλο του Robert Gagne

Το μοντέλο αυτό αποτελείται από εννέα απαραίτητες προϋποθέσεις για το σχεδιασμό εκπαιδευτικού Υλικού.



Σχήμα 3: Το μοντέλο του Gagne

Ξεκινάει με το να κερδίσει την προσοχή και το ενδιαφέρον των μαθητών, ακολουθεί η γνωστοποίηση των στόχων, η ανάδυση των προϋπάρχουσων γνώσεων, ακολουθεί η παρουσίαση των νέων πληροφοριών, καθώς και η καθοδήγηση και η ενεργοποίηση των μαθητών. Στη συνέχεια, δίνεται η ανατροφοδότηση κι η δυνατότητα αξιολόγησης των μαθητών. Μέσα απ' όλη αυτή την πορεία πραγματοποιείται η γενίκευση και η μεταφορά της νέας γνώσης.

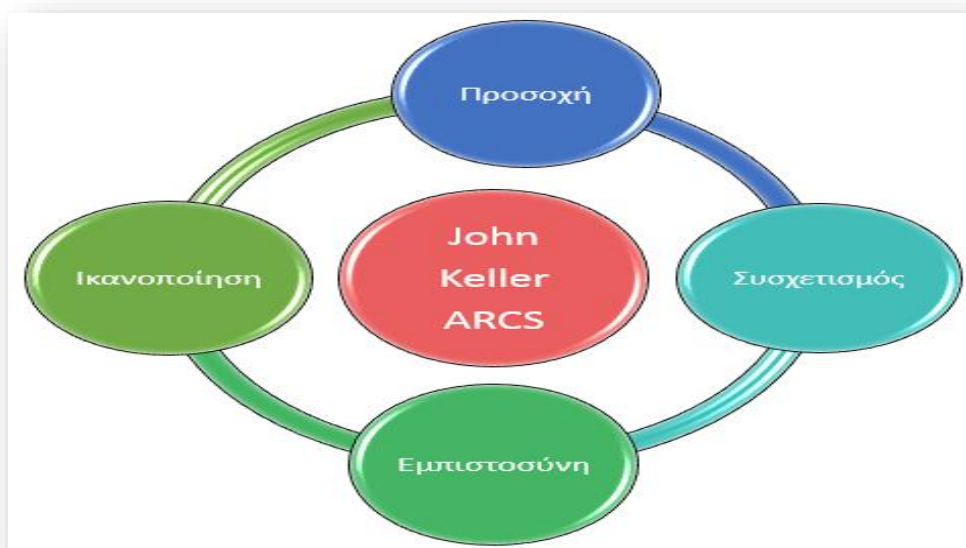
Είναι ένα μοντέλο το οποίο βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στην ενεργοποίηση των εκπαιδευόμενων.

#### 4) Το μοντέλο της δημιουργίας κινήτρων του John Keller (Attention, Relevance, Confidence, Satisfaction -ARCS)

Το μοντέλο του Keller έχει τις ρίζες τους στο συμπεριφορισμό και στις θεωρίες της ενίσχυσης. Είναι ένα μοντέλο, το οποίο εξελίσσεται συνεχώς από την εποχή της δημιουργίας του έως σήμερα, έχει μεγάλη διάδοση και πολλές εφαρμογές, με αποτέλεσμα να είναι ένα πολύ σύγχρονο μοντέλο για το σχεδιασμό Εκπαιδευτικού Υλικού. Έχει εφαρμοστεί σε σύγχρονα διαδικτυακά αλληλεπιδραστικά προγράμματα για παιδιά.

Σύμφωνα με το μοντέλο της δημιουργίας κινήτρων του John Keller υπάρχουν 4 βασικά βήματα για τη δημιουργία Εκπαιδευτικού Υλικού:

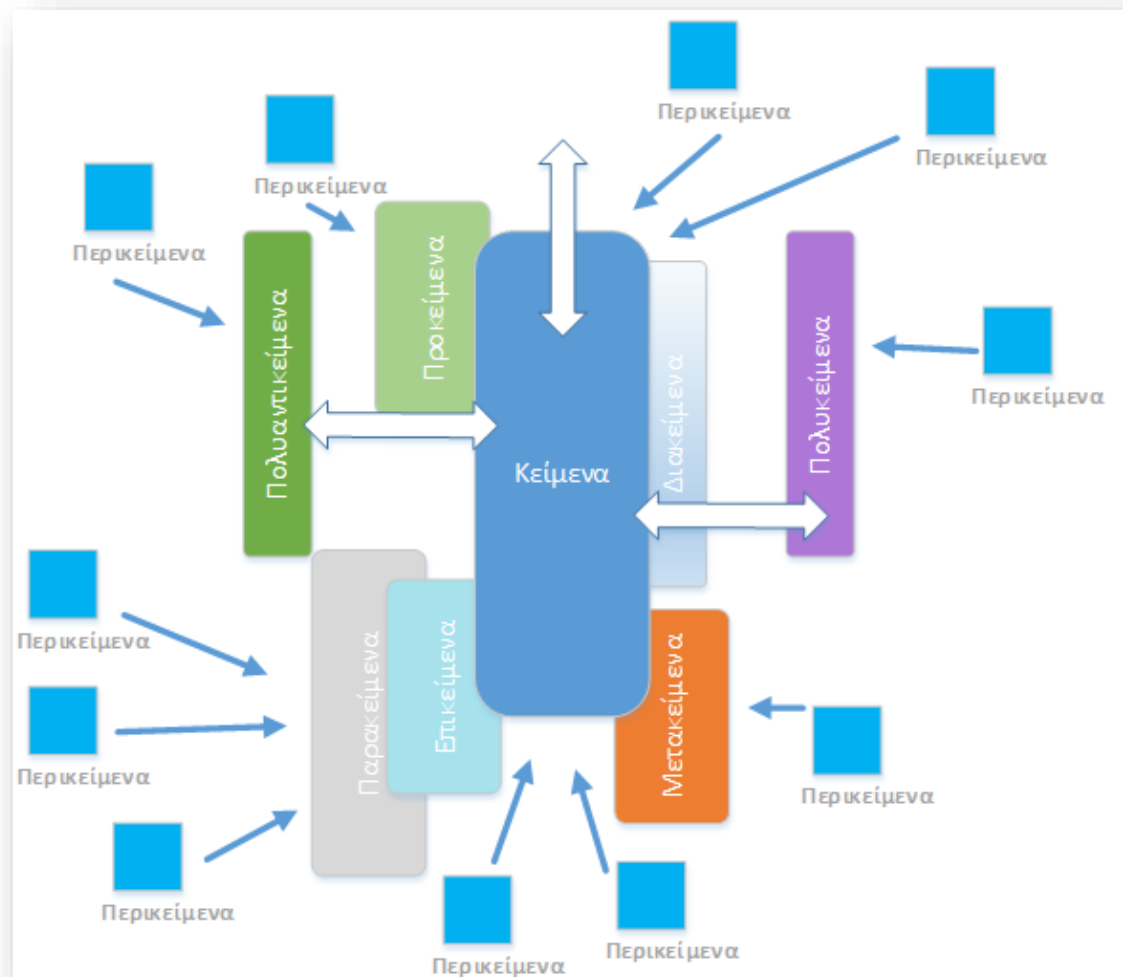
- i. Η προσοχή, η οποία κερδίζεται με την πρόκληση περιέργειας μέσα από ερωτήσεις και προβλήματα που πρέπει να επιλυθούν από τον εκπαιδευόμενο.
- ii. Ο συσχετισμός, γίνεται όταν τα παραπάνω προβλήματα έχουν σχέση με τις πραγματικές ανάγκες του εκπαιδευόμενου.
- iii. Η εμπιστοσύνη κερδίζεται όταν ο εκπαιδευόμενος μπορεί να ανταπεξέλθει στις απαιτήσεις του και να αλληλοεπιδράσει χωρίς μεγάλες δυσκολίες με αυτό.
- iv. Η ικανοποίηση επιτελείται με την ανατροφοδότηση, την αναγνώριση και τον έπαινο του εκπαιδευόμενου.



Σχήμα 4: Το μοντέλο της δημιουργίας κινήτρων του John Keller –ARCS

## 5) Μοντέλο-κατηγοριοποίηση West και Λιοναράκη

Για τον σωστό σχεδιασμό εκπαιδευτικού υλικού αρχικά ο West και στη συνέχεια ο Λιοναράκης πρότειναν ένα γενικό πλαίσιο του διδακτικού υλικού, το οποίο είναι μια σειρά από εμπλουτισμένες, κωδικοποιημένες δραστηριότητες. Το μοντέλο αυτό είναι μία τυπολογία που αφορά στη δομή, την οργάνωση και τις μορφές του Εκπαιδευτικού Υλικού. Είναι ένα μοντέλο το οποίο βασίζεται στο εποικοδομητισμό. Το μοντέλο αυτό αναφέρει τρεις βασικές δέσμες οι οποίες συνδέονται σε ένα λειτουργικό σύνολο που αποτελεί τον κορμό του εξ αποστάσεως εκπαιδευτικού υλικού. Οι δέσμες αυτές είναι οι εξής:



Σχήμα 5: Το Μοντέλο-κατηγοριοποίηση West και Λιοναράκη

**i. Πρώτη δέσμη: Το κείμενο – προκείμενα – μετακείμενα.**

Το **Βασικό Κείμενο**, το οποίο είναι ένα συμπαγές κείμενο με κατανοητή ροή λόγου και τεκμηριωμένα στοιχεία και αναπτύσσει το γενικό και ειδικό πλαίσιο του διδακτικού υλικού.

Τα **Προκείμενα** είναι τα περιεχόμενα, οι ερμηνευτικοί τίτλοι, τα κεφάλαια, οι ενότητες, ο σκοπός, οι στόχοι, τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα, οι λέξεις κλειδιά, τα διαγνωστικά τεστ, οι δραστηριότητες, οι ασκήσεις, οι αριθμοί. Στοιχεία που αποτελούν μια γέφυρα ανάμεσα στις προϋπάρχουσες γνώσεις και τα νέα γνωστικά δεδομένα.

Τα **Μετακείμενα**, τα οποία αποτελούνται από τις συνόψεις, τα παραρτήματα, την βιβλιογραφία, τις παραπομπές, τους οδηγούς για περαιτέρω μελέτη και τα γλωσσάρια.

**ii. Δεύτερη δέσμη: Διακείμενα – επικείμενα – παρακείμενα - περικείμενα**

Τα **Διακείμενα**, τα οποία αποτελούνται από τα συμπεράσματα, τις συνόψεις, τις περιλήψεις, τις δραστηριότητες, τις ασκήσεις αυτοαξιολόγησης, τους μηχανισμούς ανατροφοδότησης, και τους μηχανισμούς κατανόησης και εφαρμογής των νέων δεδομένων.

Τα **Επικείμενα**, που περιέχουν τους ορισμούς, τις διασαφηνίσεις, τα γλωσσάρια, τα κείμενα γέφυρες, τα συνδυαστικά κείμενα, τους κρίκους, τα εγκάρσια θέματα και έννοιες.

Τα **Παρακείμενα**, τα οποία είναι τα Μη γλωσσικά / ημι-γλωσσικά στοιχεία, οι φωτογραφίες, οι τυπογραφικές ιδιαιτερότητες, οι γραμματοσειρές, οι οδηγίες, τα σχήματα και οι εικόνες.

Τα **Περικείμενα**, όπου περιέχονται Κείμενα σε παράθυρα, αναφορές, οδηγοί για περαιτέρω μελέτη, γλωσσάρια, μελέτες περίπτωσης, παραδείγματα, σενάρια, παράλληλα κείμενα, κείμενα αναφοράς.

**iii. Τρίτη δέσμη: Πολυκείμενα - Πολυαντικείμενα**

Τα **Πολυκείμενα** στα οποία εντάσσονται οι οδηγίες γραπτών εργασιών, τα σχόλια του καθηγητή - συμβούλου, η αξιολόγηση των γραπτών εργασιών, τα βοηθήματα ανάπτυξης δεξιοτήτων, οι έντυπες μορφές επικοινωνίας.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Τα **Πολυαντικείμενα**, πρόκειται για οπτικοακουστικό υλικό σε μορφές πολυμέσων, κασετών ήχου, κασετών βίντεο αλλά και χρήση του διαδικτύου ή του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου.

Υπάρχουν, όπως προαναφέραμε, πλήθος μοντέλων άλλα από αυτά στηρίζονται στις θεωρίες μάθησης, άλλα στο γνωστικό αντικείμενο και άλλα στις ανάγκες που υπάρχουν στην πράξη. Στην ενότητα αυτή παρουσιάσαμε μερικά από τα πιο γνωστά μοντέλα σχεδιασμού Εκπαιδευτικού Υλικού. Μοντέλα τα οποία βασίζονται και αξιοποιούν τις νέες τεχνολογίες και εφαρμόζονται στα σύγχρονα εκπαιδευτικά προγράμματα. Στην παρούσα εργασία αντλήσαμε στοιχεία απ' όλα τα παραπάνω μοντέλα, αλλά κυρίως βασιστήκαμε στο μοντέλο της δημιουργίας κινήτρων του John Keller (ARCS) και στο μοντέλο – κατηγοριοποίηση West και Λιοναράκη.

## 2.10 Δραστηριότητες – ασκήσεις

Απαραίτητο και σημαντικό κομμάτι του εξ αποστάσεως εκπαιδευτικού υλικού αποτελούν οι δραστηριότητες και ασκήσεις αυτό-αξιολόγησης καθώς δίνουν τη δυνατότητα στους διδασκόμενους να μάθουν «κάνοντας». (Race, 1999)

Στην κατηγοριοποίηση West-Lionaraki, οι δραστηριότητες και οι ασκήσεις ανήκουν στην κατηγορία των *διακείμενων*, τα οποία συμβάλλουν στην ανατροφοδότηση της μαθησιακής διαδικασίας. (Μανούσου, 2008)

Ο σχεδιασμός των δραστηριοτήτων ένα αρκετά απαιτητικό στάδιο μιας και πρέπει να είναι σε άμεση συνάρτηση και αντιστοίχιση με τον τους στόχους. Έτσι, δραστηριότητες και στόχοι κατηγοριοποιούνται σ' ένα πρώτο επίπεδο με βάση τις ίδιες στοχοταξινομίες με τους στόχους. (Μανούσου, 2008).

Στην παρούσα εργασία θα αναφερθούμε στη **στοχοταξινομία του Bloom**.

Η στοχοταξινομία του Bloom αυτή είναι μια από τις πιο διαδεδομένες ταξινομίες, σύμφωνα με την οποία υπάρχουν 6 επίπεδα γνωστικών δεξιοτήτων (Bloom οπ. αν. σε (Μανούσου, 2008):



Σχήμα 6: Στοχοταξινομία του Bloom.

- i. **Δραστηριότητες Γνώσεων – Εμπειριών.** Στις δραστηριότητες αυτές, ο εκπαιδευόμενος συνδέει και ανασυνθέτει τις προϋπάρχουσες γνώσεις του σε σχέση με το γνωστικό αντικείμενο.
- ii. **Δραστηριότητες κατανόησης και εμπάθυνσης.** Στις δραστηριότητες αυτές ο εκπαιδευόμενος καλείται να επεξεργαστεί και να εμπάθυνει τις πληροφορίες που αφορούν στο γνωστικό αντικείμενο.
- iii. **Δραστηριότητες εφαρμογής.** Στις δραστηριότητες αυτές ο εκπαιδευόμενος καλείται να εφαρμόσει στην πράξη όσα έμαθε.
- iv. **Δραστηριότητες ανάλυσης.** Στις δραστηριότητες αυτές ο εκπαιδευόμενος αναλύει, ξεχωρίζει, κατηγοριοποιεί, ανακαλύπτει στοιχεία που αφορούν το γνωστικό αντικείμενο.
- v. **Δραστηριότητες σύνθεσης.** Στις δραστηριότητες αυτές ο εκπαιδευόμενος συνθέτει πληροφορίες, ώστε να δημιουργήσει ένα ποίημα, ένα τραγούδι, μια αφίσα κ.ά.
- vi. **Δραστηριότητες αξιολόγησης.** Στις δραστηριότητες αυτές δίνεται η ευκαιρία στο φοιτητή να ελέγξει κατά πόσο έχει αφομοιώσει όσα παρουσιάζει ο συγγραφέας. Σε αυτές τις δραστηριότητες είναι απαραίτητο να υπάρχει η απάντηση ή η άποψη του συγγραφέα.

Στο πλαίσιο αυτής της ταξινόμιας οι δραστηριότητες που έχουν αναπτυχθεί εκφράζονται επιγραμματικά με τη μορφή ρημάτων. Στην παρούσα εργασία θα παρουσιάσουμε μερικά από αυτά σε κάθε κατηγορία.

**Στην Κατηγορία των γνώσεων – εμπειριών** χρησιμοποιούμε τα ρήματα: αναφέρω, εντοπίζω, αντιγράφω, ονομάζω, περιγράφω, αφηγούμαι, αναγνωρίζω, επιλέγω, κ.α.

**Στην κατηγορία της κατανόησης και εμπάθυνσης** ζητάμε ο μαθητής να προβεί σε ορισμένες δραστηριότητες με τα ρήματα: οργανώνω πληροφορίες, ταξινομώ, ταιριάζω, επιδεικνύω, ερμηνεύω, δίνω παραδείγματα, κρίνω, δείχνω/αναπαριστώ, εξηγώ κ.α.

**Στην κατηγορία της εφαρμογής** η διατύπωση των δραστηριοτήτων γίνεται με τα ρήματα: γενικεύω, λύνω ένα πρόβλημα, μεταδίδω, λαμβάνω αποφάσεις – επιλέγω, κάνω χρήση – αξιοποιώ, οργανώνω – συστηματοποιώ, δραματοποιώ – σκηνοθετώ κ.α.

**Στην κατηγορία της ανάλυσης** κάνουμε χρήση των ρημάτων: αναλύω, διακρίνω, κατηγοριοποιώ, ταξινομώ, διαφοροποιώ, υποθέτω, αναδομώ, αντιπαραβάλλω κ.α.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

**Στην κατηγορία της σύνθεσης** οι δραστηριότητες διατυπώνονται με τα ρήματα: δημιουργώ, σχεδιάζω, επινοώ, επιλύω, ανακαλύπτω, εισάγω, συνδυάζω, συνθέτω, αναπτύσσω – κατασκευάζω, οργανώνω κ.α

**Στην κατηγορία της αξιολόγησης** έχουμε τα ρήματα: κρίνω, αποδεικνύω, ασκώ κριτική, επικυρώνω, αξιολογώ, εκτιμώ, μετρώ, εξετάζω, ιεραρχώ, συμπεραίνω, επαληθεύω, κάνω αξιολόγηση κ.α

Ιδιαίτερα σημαντικό στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση είναι το ζήτημα της αυτοαξιολόγησης. Οι δραστηριότητες αυτές προσφέρουν στον εκπαιδευόμενο τη δυνατότητα να ελέγξει αν έχει κατακτήσει τα μαθησιακά αποτελέσματα χωρίς την παρουσία του εκπαιδευτικού.

Η δημιουργία ασκήσεων αυτοαξιολόγησης πρέπει να έχει συγκεκριμένες προδιαγραφές. Θα πρέπει να ενεργοποιούν το μαθητή μέσω βιωματικών ασκήσεων. Να ανταποκρίνονται στους στόχους της ενότητας. Να είναι επαρκείς ως προς την ποσότητα και να υπάρχει ποικιλομορφία. Να παρέχουν στο μαθητή τη δυνατότητα να δει τα κενά του και τα σημεία που δεν έχει κατανοήσει. Οι απαντήσεις τους να είναι σαφείς και συγκεκριμένες. Να εκτελούνται σωστά από μαθητές που έχουν καλύψει και κατακτήσει την ύλη που απαιτείται. Και τέλος να συμβάλουν στην εμπάθυνση του γνωστικού αντικείμενου. (Μανούσου, 2008) Υπάρχουν και άλλες στοχοταξινομίες όπως του Gagne, του SOLO, της κριτικής σκέψης κ.α. στην παρούσα όμως εργασία αναλύσαμε την στοχοταξινομία του Bloom, μιας και βασιστήκαμε κυρίως σε αυτήν για την παραγωγή του Εκπαιδευτικού Υλικού.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνώριμια και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## 2.11 Συναφείς έρευνες στην Ελλάδα

Στην αναζήτηση συναφών ερευνών που έχουν πραγματοποιηθεί στην Ελλάδα διαπιστώσαμε ότι δεν υπάρχει μεγάλος αριθμός ερευνών που να αφορά το σχεδιασμό, τη δημιουργία, την υλοποίηση την αξιολόγηση ή την αποτίμηση εκπαιδευτικού Υλικού με τη μέθοδο της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης. Σε αυτό συμβάλει το γεγονός ότι στην Ελλάδα δεν έχει καθιερωθεί ακόμη επίσημα η εισαγωγή της σχολικής Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης. (Κελενίδου, Αντωνίου, & Παπαδάκης, 2017)

Στην παρούσα εργασία θα αναφέρουμε δύο έρευνες που εντοπίσαμε και είχαν ως βασικό θέμα την Αγωγή Υγείας και τη δημιουργία Εκπαιδευτικού Υλικού με τη μέθοδο της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης για μαθητές δημοτικού σχολείου με την χρήση Τ.Π.Ε.

Το 2019 η κ. Τσουπάκη Χαρίκλεια πραγματοποίησε μεταπτυχιακή διπλωματική εργασία με τίτλο: «Σχεδιασμός, υλοποίηση και αποτίμηση ενός προγράμματος συμπληρωματικής σχολικής εξ αποστάσεως εκπαίδευσης σε μαθητές Β' Δημοτικού στα πλαίσια του μαθήματος της Ευέλικτης Ζώνης με θέμα: "ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ" στο Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Κρήτης. Στη συγκεκριμένη εργασία σχεδιάστηκε, δημιουργήθηκε και εφαρμόστηκε εκπαιδευτικό υλικό με τη μέθοδο της συμπληρωματικής σχολικής εξ αποστάσεως εκπαίδευσης σε μαθητές Δευτέρας τάξης Δημοτικού Σχολείου, στα πλαίσια του μαθήματος της Ευέλικτης Ζώνης. Στην εργασία παρουσιάζεται η ιστορική πορεία της ΕξΑΕ, γίνεται αναφορά στο πολυμορφικό εκπαιδευτικό υλικό στη σχολική ΕξΑΕ, στα μοντέλα και στις βασικές μορφές σχεδιασμού και ανάπτυξης τους για τη συμπληρωματική ΕξΑΕ, για τις προδιαγραφές που θα πρέπει να έχει για την Ευέλικτη Ζώνη και την Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση. Αναλύει τα δεδομένα και τα συμπεράσματα της έρευνας. Στην έρευνα αυτή πήραν μέρος μαθητές Β' δημοτικού, η ερευνήτρια δασκάλα της τάξης, οι κριτές εκπαιδευτικοί καθώς και ο κριτής οδοντίατρος. Πραγματοποιήθηκε ποιοτική έρευνα με τη συμμετοχή όλων των εμπλεκόμενων. Προέκυψαν συμπεράσματα, αλλά και προτάσεις για μελλοντικές επεκτάσεις του. Από τα συμπεράσματα προκύπτει ότι η συμπληρωματική ΕξΑΕ συμβάλει στη βαθύτερη και ουσιαστικότερη κατανόηση των εννοιών που διαπραγματεύθηκαν κι αυτό σύμφωνα με την γνώμη των κριτών γιατί είναι μια νέα, διαφορετική εκπαιδευτική που προσελκύει το



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

ενδιαφέρον των παιδιών, αλλά και τα ίδια τα παιδιά αναφέρουν ότι τους φαινόταν σαν παιχνίδι και τους μάθαινε ξεκούραστα και γρήγορα. (Τσουπάκη, 2019)

Η δεύτερη εργασία την οποία εντοπίσαμε ήταν της κ. Μαρίας Δασκαλάκη, επίσης στο Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Κρήτης με τίτλο: «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση πολυμορφικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ στο πρόγραμμα Αγωγής Υγείας για τη Στοματικής Υγιεινή για μαθητές Δ' τάξης του Δημοτικού». Αρχικά, και σε αυτή την εργασία έχουμε βιβλιογραφική επισκόπηση σχετικά με την Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση και ακολουθεί η μεθοδολογία της έρευνας. Η εργασία αυτή πραγματοποιείται επίσης με ποιοτική έρευνα όμως στην συγκεκριμένη έχουμε απλά την αποτίμηση του εκπαιδευτικού υλικού από κριτικούς εκπαιδευτικούς. Από τα συμπεράσματα προκύπτει ότι το εκπαιδευτικό υλικό το οποίο δημιούργησε η κ. Δασκαλάκη άφησε θετικές εντυπώσεις στους εκπαιδευτικούς μιας και είχε πλούσιο διαδραστικό περιεχόμενο και παρουσίαζε τις πληροφορίες με παιγνιώδη τρόπο. Κλείνοντας, η ερευνήτρια κάνει προτάσεις για μελλοντική έρευνα. (Δασκαλάκη, 2019)

Και οι δύο εργασίες ήταν πολύ σημαντικές. Περιέχουν σημαντικό εκπαιδευτικό υλικό για την συμπληρωματική σχολική Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση καθώς και βασικές θεωρητικές πληροφορίες σχετικά με την ΕξΑΕ.

Στην αναζήτηση στα διαδίκτυο για συναφείς έρευνες θα θέλαμε να αναφέρουμε ότι γενικά έχουν αρχίσει τα τελευταία χρόνια να γίνονται σημαντικά βήματα γενικά στον τομέα της Ευέλικτης Ζώνης. Θα αναφέρουμε ενδεικτικά τρεις εργασίες στον τομέα της Ευέλικτης Ζώνης.

Την διπλωματική εργασία με τίτλο: «Δημιουργία διαδραστικού Εκπαιδευτικού Υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ στο μάθημα της Κυκλοφοριακής Αγωγής για τις Ε' και Στ' τάξεις του Δημοτικού Σχολείου» της κ. Μαμαλάκη. Στο πλαίσιο αυτής της εργασίας σχεδιάστηκε και δημιουργήθηκε Εκπαιδευτικό Υλικό με την μέθοδο της ΕξΑΕ για το μάθημα της Κυκλοφοριακής αγωγής Το υλικό δεν υλοποιήθηκε σε κάποια τάξη με μαθητές αλλά αποτιμήθηκε από εκπαιδευτικούς. (Μαμαλάκη, 2018)

Θα αναφέρουμε τη διδακτορική εργασία των Βέργου Μ., Κουτσούμπα Μ. & Μουζάκης Χ. με τίτλο «Η συμπληρωματική εξ αποστάσεως εκπαίδευση στη νηπιακή ηλικία μέσα από το παράδειγμα μιας έρευνας δράσης στη μουσειακή αγωγή», η οποία αποτελεί την πρώτη απόπειρα εισαγωγής της σχολικής Εξ Αποστάσεως εκπαίδευσης στο νηπιαγωγείο.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Σύμφωνα με τα συμπεράσματα της έρευνα η εφαρμογή μουσειακής αγωγής από απόσταση συνέβαλλε στο να αποκτήσουν τα παιδιά γνώσεις και όχι απλά να αποκομίσουν εντυπώσεις και ενθουσιασμό. Συνεπώς, οι πρώτες πληροφορίες για την εφαρμογή συμπληρωματικής εξ αποστάσεως μουσειακής εκπαίδευσης σε σχέση με τον εμπλουτισμό της μαθησιακής εμπειρίας των νηπίων αποτιμώνται ως θετικές. (Βέργου, Κουτσούμπα, & Μουζάκης, 2016)

Η κ. Μανούσου εκπόνησε διδακτορική διατριβή με τίτλο: «Προδιαγραφές παιδαγωγικού πλαισίου για την εφαρμογή πολυμορφικής, συμπληρωματικής Εξ Αποστάσεως, Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης σε μαθητές Πρωτοβάθμιας, Ολιγοθέσιων και απομακρυσμένων σχολείων της Ελλάδας». Στην έρευνα αυτή επιχειρείται η αναβάθμιση της ποιότητας εκπαίδευσης των μαθητών/τριών των ολιγοθέσιων και απομακρυσμένων σχολείων της Ελλάδας. Η αξιοποίηση και ο συνδυασμός των δεδομένων της βιβλιογραφικής επισκόπησης, οδήγησε στην ανάπτυξη Πολυμορφικού Εκπαιδευτικού Υλικού για την εξ αποστάσεως εφαρμογή ενός προγράμματος Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης που αφορούσε στο περιβάλλον της Μεσογείου και είχε τίτλο: «Ο Καπετάν ΣΟΣ, η παρέα του και το κινούμενο νησί». (Μανούσου, 2008)

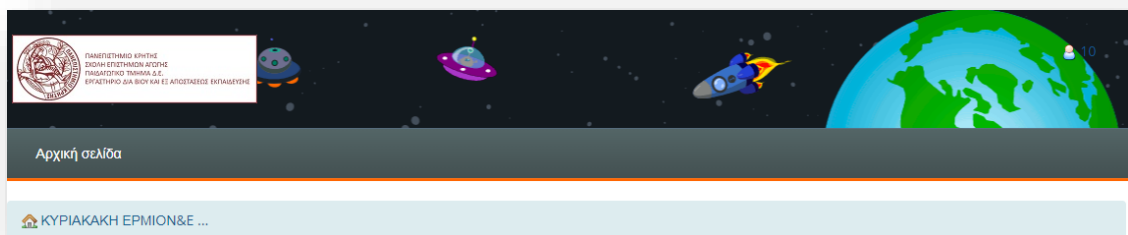
Από τις παραπάνω έρευνες συμπεραίνουμε ότι η συμπληρωματική σχολική εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση, όταν σχεδιαστεί και δημιουργηθεί με βάση τις αρχές και τα μοντέλα μάθησης για την ΕξΑΕ, μπορεί να προσφέρει ευεργετικά αποτελέσματα στη μαθησιακή διαδικασία. Λαμβάνοντας υπόψιν και τις νέες συνθήκες με τις οποίες είναι αντιμέτωπη αυτή την περίοδο η ανθρωπότητα κατανοούμε την ανάγκη να σχεδιαστεί και να δημιουργηθεί ορθό εκπαιδευτικό υλικό με την μέθοδο της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης.

### **3. Ο σχεδιασμός και η δημιουργία του εκπαιδευτικού υλικού «Αλλάζω διατροφή... για μια καλύτερη ζωή»**

#### **3.1 Η δημιουργία του εκπαιδευτικού υλικού.**

Στα πλαίσια της διπλωματικής αυτής εργασίας, σχεδιάστηκε και δημιουργήθηκε εκπαιδευτικό υλικό με τη μέθοδο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, βασισμένο στις αρχές δημιουργίας με αυτή τη μεθοδολογία, όπως αυτές αναφέρθηκαν σε προηγούμενο κεφάλαιο. Σκοπός του Εκπαιδευτικού Υλικού ήταν η γνωριμία και η υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης. Αρχικά, είχε σχεδιαστεί για να εφαρμοστεί στους μαθητές ενός δημοτικού σχολείου της περιφέρειας της Κρήτης με τη μέθοδο της Ανεστραμμένης Τάξης, όμως λόγω των ξαφνικών αλλαγών στις συνθήκες ζωής παγκοσμίως, Covid – 19, αυτό δεν κατέστη δυνατόν, μιας και δεν θέλαμε να επιβαρύνουμε τις οικογένειες των μαθητών μας με επιπλέον ευθύνες. Οπότε το εκπαιδευτικό υλικό τροποποιήθηκε, εμπλουτίστηκε και αποτιμήθηκε από κριτικούς εκπαιδευτικούς.

Το εκπαιδευτικό υλικό αναπτύχθηκε στην πλατφόρμα ΕξΑΕ chamilo, με τη χρήση του H5P.



**Εικόνα 1: Πλατφόρμα ΕξΑΕ chamilo**

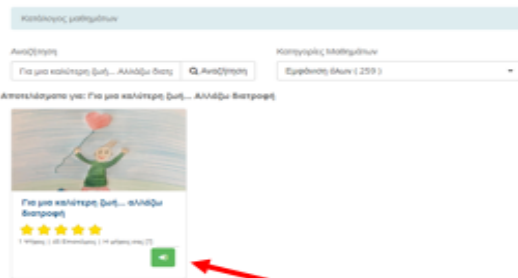
Το εκπαιδευτικό υλικό συνοδεύεται από ένα έγγραφο, που αποτελεί τον οδηγό πλοήγησης και από την περιγραφή του μαθήματος.

Πιο συγκεκριμένα, ο οδηγός πλοήγησης αποτελείται από ένα έγγραφο το οποίο αναφέρει τα βήματα τα οποία πρέπει να ακολουθήσει ο εκπαιδευόμενος για να εισέλθει στην πλατφόρμα, να αναζητήσει το μάθημα του, να κάνει την εγγραφή του και να αρχίσει τη μελέτη του.

Για την είσοδό σας στην πλατφόρμα, μπαίνετε στον σύνδεσμο <http://chamilo.datacenter.uoc.gr/metchamilo/index.php> και εισάγετε το όνομα χρήστη και το συνθηματικό σας.

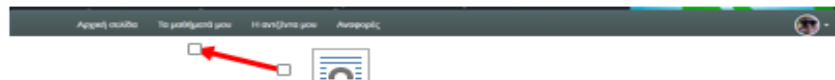
Αφού εισέλθετε μπορείτε στα αριστερά να επεξεργαστείτε το προφίλ σας (προαιρετικό). Και στη συνέχεια, να επιλέξετε στα αριστερά στο πλαίσιο «Μαθήματα» την «Λίστα Μαθημάτων»

Στη νέα σελίδα που θα εισέλθετε πληκτρολογήστε στο πλαίσιο της αναζήτησης τον τίτλο: «Για μια καλύτερη ζωή... Αλλάζω διατροφή» (χωρίς τα εισαγωγικά) και θα σας οδηγήσει στο μάθημα.



Πατήστε στα δεξιά το πράσινο κουτάκι «Εγγραφή».

Τώρα το μάθημα θα σας εμφανίζεται και στην γραμμή του κάνοντα κλικ στην ετικέτα «Τα μαθήματά μου»



Αφού κάνετε εγγραφή πατήστε τον τίτλο του μαθήματος για να εισέλθετε.

Η κάνοντα κλικ στο παρακάτω σύνδεσμο:

<http://chamilo.datacenter.uoc.gr/metchamilo/main/auth/inscription.php?c=GIAMIAKALYTERHZWHALLAZWDIATROFH&e=1>

Εικόνα 2: Έγγραφο Word - Οδηγός πλοήγησης

Στην περιγραφή μαθήματος αναφέρονται οι διδακτικές ενότητες από τις οποίες αποτελείται το εκπαιδευτικό υλικό, ο σκοπός, οι στόχοι και η δομή του μαθήματος. Και τέλος, γίνεται παράθεση των διαδραστικών δραστηριοτήτων, οι οποίες περιλαμβάνονται στο εκπαιδευτικό υλικό.

Επιπρόσθετα, στην αρχική σελίδα υπάρχουν βασικές οδηγίες για την χρήση του Εκπαιδευτικού Υλικού, καθώς και τρόποι επικοινωνίας με την εκπαιδευτικό σε περίπτωση που χρειαστούν επιπλέον βοήθεια. Στην αρχική αυτή οθόνη παρουσιάζονται και οι ήρωες που θα εμφανίζονται και θα καθοδηγούν τους/τις μαθητές/τριες κατά τη διάρκεια του εκπαιδευτικού αυτού προγράμματος.



**Εικόνα 3: Αρχική σελίδα μαθήματος**

Στο chat, οι μαθητές/τριες έχουν τη δυνατότητα να επικοινωνήσουν τόσο με την εκπαιδευτικό όπως προαναφέραμε όσο και μεταξύ τους, ανταλλάσσοντας απόψεις, ιδέες, αλλά και αναφέροντας τυχόν δυσκολίες που θα συναντήσουν, ζητώντας βοήθεια ή και βοηθώντας τους συμμαθητές/τριες του/της.

Και τέλος, υπάρχει το μονοπάτι γνώσης, όπου μέσα οι εκπαιδευόμενοι θα βρούμε τις διδακτικές ενότητες από τις οποίες αποτελείται το εκπαιδευτικό μας υλικό. Είναι το βασικότερο κομμάτι του εκπαιδευτικού υλικού. Είναι χωρισμένο σε τρεις ενότητες και κάθε ενότητα σε δύο υποενότητες. Η πρώτη ενότητα αναφέρεται στην παχυσαρκία, η δεύτερη ενότητα στην υγιεινή διατροφή και η τρίτη ενότητα στη σωματική άσκηση.

### 3.2 Σχεδιασμός και στόχοι

Ξεκινώντας να σχεδιάσουμε το Εκπαιδευτικό Υλικό, «Για μια καλύτερη ζωή... αλλάζω διατροφή», λάβαμε υπόψιν μας τις αρχές δημιουργίας Εκπαιδευτικού Υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ, καθώς και τα μοντέλα σχεδιασμού, όπως τα έχουμε αναφέρει παραπάνω. Έχοντας πρώτα απ' όλα την ομάδα στόχου μας στο μυαλό μας ξεκινήσαμε να σχεδιάζουμε



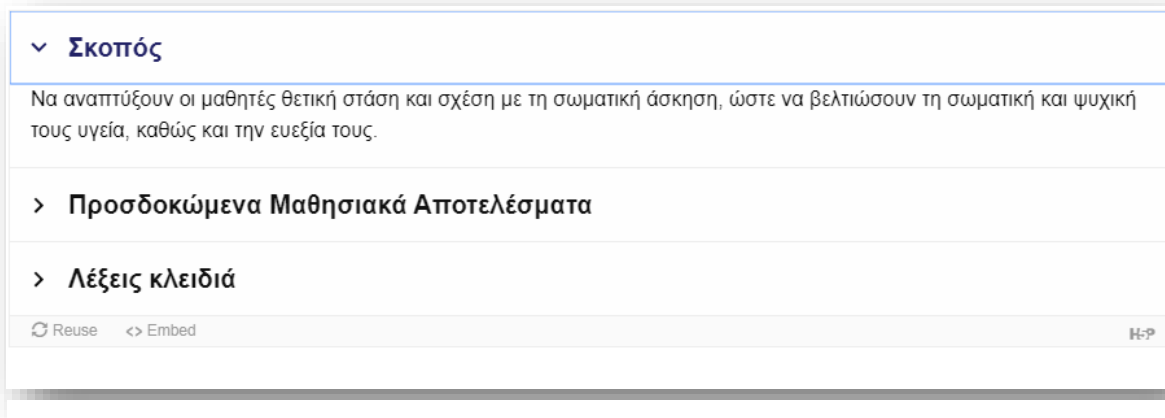
Εικόνα 4: Μάθημα «Για μια καλύτερη ζωή... αλλάζω διατροφή»

και να δημιουργούμε ένα εκπαιδευτικό υλικό εύχρηστο, ευπαρουσίαστο, ενδιαφέρον και χρήσιμο. Ένα εκπαιδευτικό Υλικό που θα προσελκύσει το ενδιαφέρον των μαθητών και θα τους ενεργοποιήσει να το μελετήσουν και να μάθουν.

Το εκπαιδευτικό Υλικό περιέχει μικρά κείμενα, για να μην κουράζουν τους/τις μαθητές/τριες, εικόνες, διαδραστικά βίντεο, δραστηριότητες που προωθούν την ενεργητική μάθηση και δραστηριότητες αυτοξιολόγησης, ενημερωτικά βίντεο, τραγούδια και παραμύθια για την ολόπλευρη προσέγγιση του θέματος. Το Εκπαιδευτικό υλικό δεν περιέχει αφηγήσεις των κειμένων και αυτό πραγματοποιήθηκε εσκεμμένα, γιατί θέλαμε οι μαθητές/τριες μας ταυτόχρονα να εξασκήσουν και τις αναγνωστικές τους ικανότητες.

Στο σχεδιασμό του Εκπαιδευτικού μας Υλικού λάβαμε υπόψιν μας στοιχεία από τα περισσότερα μοντέλα που αναλύσαμε παραπάνω, αλλά κυρίως βασιστήκαμε στο μοντέλο – κατηγοριοποίηση West και Λιοναράκη και στο μοντέλο της δημιουργίας κινήτρων του John Keller (ARCS) με τους τέσσερις παράγοντες, της Προσοχής, του Συσχετισμού, της Εμπιστοσύνης και της Ικανοποίησης.

Το παρόν Εκπαιδευτικό Υλικό είναι βασισμένο στις αρχές του εποικοδομητισμού, μιας και επιτρέπει στους/στις μαθητές/τριες να οικοδομήσουν τη νέα γνώση τους πάνω στις προϋπάρχουσες γνώσεις μέσα από την αλληλεπίδραση τους με το Εκπαιδευτικό Υλικό.



▼ **Σκοπός**

Να αναπτύξουν οι μαθητές θετική στάση και σχέση με τη σωματική άσκηση, ώστε να βελτιώσουν τη σωματική και ψυχική τους υγεία, καθώς και την ευεξία τους.

> **Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα**

> **Λέξεις κλειδιά**

Reuse <> Embed H5P

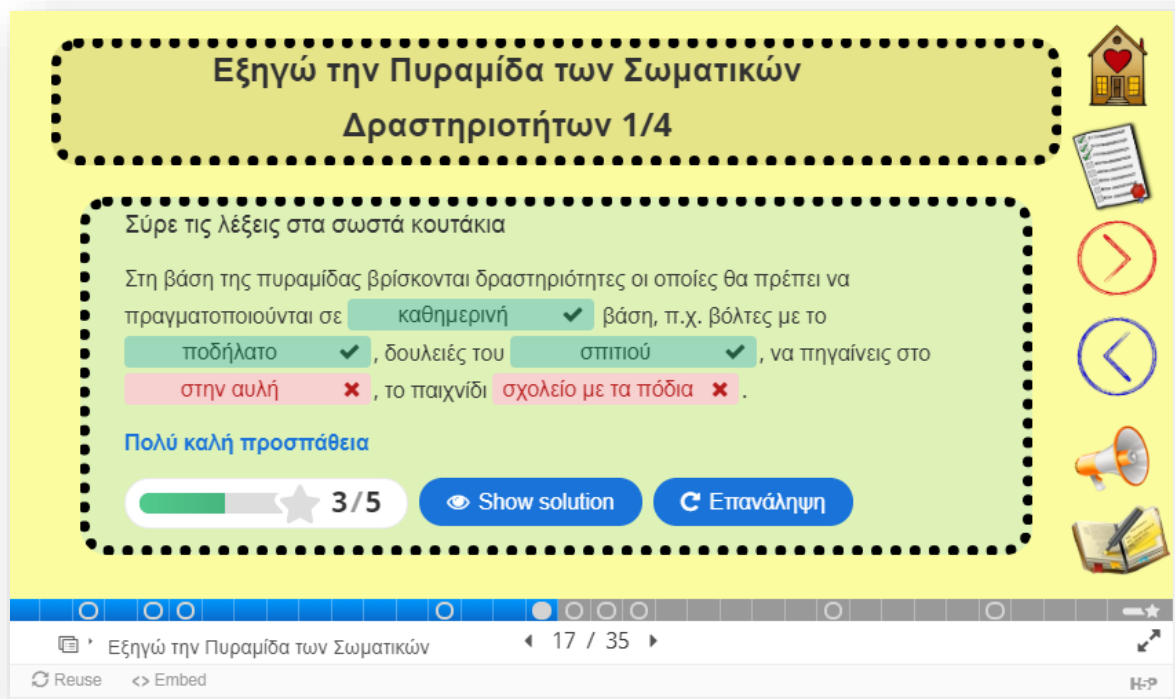
**Εικόνα 5: Το εργαλείο Accordion του H5P**

Για τη δημιουργία των εισαγωγικών στοιχείων χρησιμοποιήσαμε το εργαλείο Accordion του H5P. Σε αυτά περιλαμβάνονται ο σκοπός, τα προσδοκώμενα αποτελέσματα και οι λέξεις – κλειδιά ξεχωριστά για την κάθε ενότητα. Θα τα μελετήσουμε αναλυτικά στην επόμενη υποενότητα. Αυτά είναι τα προκείμενα σύμφωνα με το μοντέλο –

κατηγοριοποίηση των West και Λιοναράκη τα οποία μαζί με τις δραστηριότητες αυτοαξιολόγησης (διακείμενα) αποτελούν βασικό τμήμα της οργάνωσης της δομής του Εκπαιδευτικού μας υλικού.

Στον σκοπό παρουσιάζεται με συντομία το αντικείμενο που θα διδαχθεί και τι μπορεί να αποκομίσει ο μαθητής από την συγκεκριμένη ενότητα. Στα Προσδοκώμενα Αποτελέσματα ο μαθητής ενημερώνεται για το τι θα είναι ικανός να κάνει όταν θα ολοκληρώσει τη μελέτη της συγκεκριμένης διδακτικής ενότητας. Οι Λέξεις – Κλειδιά παρουσιάζουν με συντομία τα βασικά σημεία του υλικού.

Το κεντρικό τμήμα του Εκπαιδευτικού μας Υλικού είναι κατασκευασμένο με το εργαλείο Course Presentation του H5P. Αυτό το τμήμα του εκπαιδευτικού υλικού αποτελεί το κείμενο. Αποτελείται από διαφάνειες που ακολουθούν μια λογική σειρά εμφάνισης με βάση το σχεδιασμό του υλικού. Το τμήμα του κειμένου είναι εμπλουτισμένο με αλληλεπιδραστικά βίντεο, τα οποία αποτελούν τα πολυαντικείμενα του εκπαιδευτικού μας υλικού.

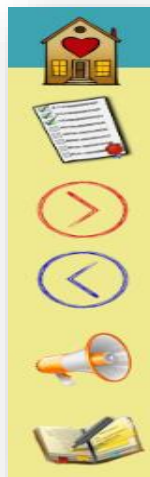


**Εικόνα 6: Δραστηριότητα «Σύρε τις λέξεις στα σωστά κουτάκια»**

Οι ενότητες περιέχουν δραστηριότητες και ασκήσεις αυτοαξιολόγησης, με τις οποίες οι μαθητές/τριες κάνουν εμπέδωση της νέας γνώσης αλλά και ελέγχουν το επίπεδο των γνώσεων που έχουν κατακτήσει, άρα κατά πόσο έχουν επιτευχθεί τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα. Στις ασκήσεις αυτοαξιολόγησης υπάρχει η κατάλληλη ανατροφοδότηση ή επιβράβευση ανάλογα με τις απαντήσεις τους. Οι δραστηριότητες αυτοαξιολόγησης αποτελούν τα διακείμενα του υλικού.

Το Εκπαιδευτικό υλικό είναι εμπλουτισμένο με εικόνες, που αποτελούν τα παρακείμενα του Εκπαιδευτικού Υλικού. Επίσης με ορισμούς και παραδείγματα που είναι απαραίτητα για τη μελέτη του υλικού και αποτελούν τα επικείμενα του.

Επιπρόσθετα υπάρχουν και περικείμενα στο τμήμα του υλικού με τίτλο «Για τη βιβλιοθήκη σου» τα οποία είναι υλικό για περαιτέρω διερεύνηση του θέματος και μπορεί να οδηγήσει στην καλλιέργεια της κριτικής σκέψης και στην προσωπική του ανάπτυξη. Στο τέλος κάθε διδακτικής ενότητας υπάρχει η βιβλιογραφία, η οποία αποτελεί τα μετακείμενα του υλικού. Στη δεξιά πλευρά των διαφανειών υπάρχουν τα εργαλεία τα οποία μπορεί ο εκπαιδευόμενος να χρησιμοποιήσει για να μεταβεί στην αρχική σελίδα, τα περιεχόμενα στην επόμενη και προηγούμενη διαφάνεια, να ενεργοποιήσει το μουσικό χαλί το οποίο συνοδεύει το υλικό, για μαθητές που μελετούν με τη βοήθεια της μουσικής και τέλος να μεταβεί στη βιβλιογραφία.



**Εικόνα 7: Εργαλεία Πλοήγησης**



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

### 3.3 Αναλυτική περιγραφή.

Το εκπαιδευτικό υλικό με τίτλο «Για μια καλύτερη ζωή... αλλάζω διατροφή», όπως προαναφέραμε αποτελείται από τρεις διδακτικές ενότητες. Η πρώτη διδακτική ενότητα αποτελείται από δύο υποενότητες.

**Η 1η διδακτική ενότητα** διαπραγματεύεται την Παχυσαρκία και χωρίζεται στις εξής υποενότητες:

- i) Εισαγωγικά Στοιχεία
- ii) Παχυσαρκία

Στην υποενότητα «Εισαγωγικά Στοιχεία» αναφέρονται ο σκοπός, τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα και οι λέξεις κλειδιά. Πιο συγκεκριμένα:

Σκοπός της 1<sup>ης</sup> διδακτικής ενότητας είναι «Να διερευνήσουν διαθεματικά μέσα από τη Γλώσσα, τη Μελέτη Περιβάλλοντος, τη Φυσική και την Πληροφορική, τα δομικά στοιχεία του θέματος που επεξεργάζονται σχετικά με τη Παχυσαρκία.»

Τα Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα όταν θα ολοκληρώσουν τη μελέτη αυτής της ενότητας είναι να:

α) Σε επίπεδο γνώσεων:

- ορίζουν την Παχυσαρκία
- αναφέρουν τα κύρια αίτια της παιδικής παχυσαρκίας
- κατονομάζουν τους βασικούς παράγοντες αύξησης των ποσοστών της παιδικής παχυσαρκίας τα τελευταία χρόνια
- περιγράφουν τα αποτελέσματα της παιδικής παχυσαρκίας

β) Σε επίπεδο δεξιοτήτων

- αναγνωρίζουν την αξία των σωστών διατροφικών συνηθειών για τη διατήρηση της υγείας σας
- αναδεικνύουν τους κίνδυνους για τον άνθρωπο από την παχυσαρκία

γ) Σε επίπεδο Στάσεων

- ανακαλύπτουν το νέο περιβάλλον μάθησης και διδασκαλίας.
- χρησιμοποιούν τις ηλεκτρονικές εκπαιδευτικές πλατφόρμες και πιο συγκεκριμένα την πλατφόρμα Chamilo
- διαμορφώσουν στάση ζωής για τη σωστή διατροφή.
- συζητούν για την παχυσαρκία και προβλήματα υγείας που προκαλεί.

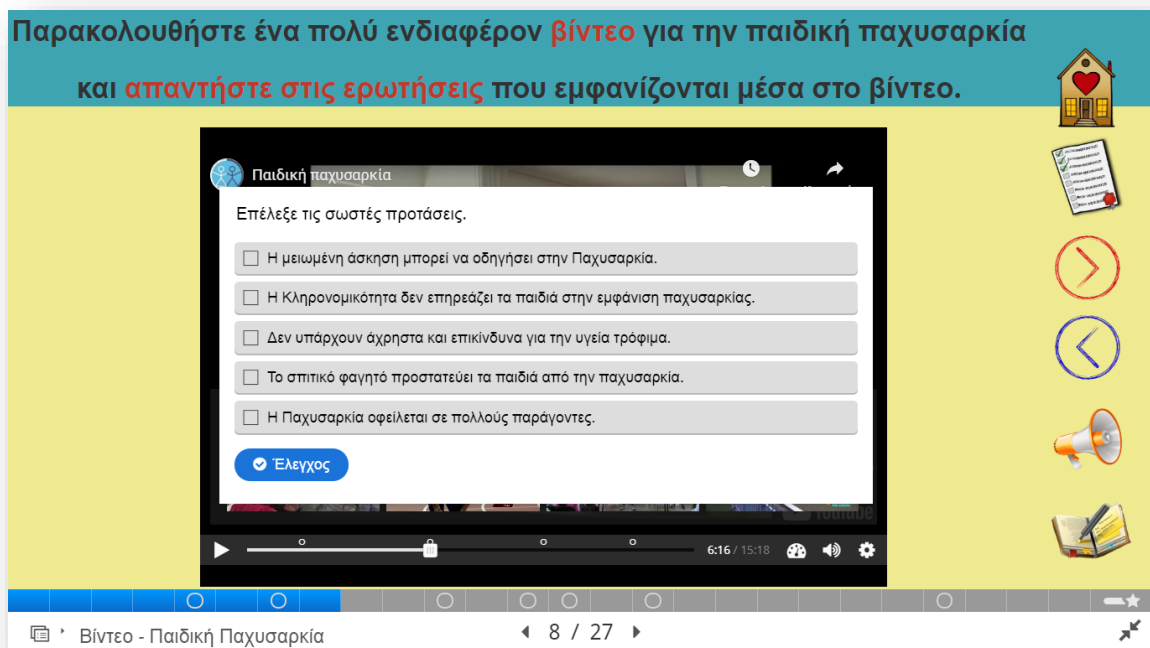
Και οι λέξεις κλειδιά είναι: Παχυσαρκία, Μεσογειακή διατροφή, οικογένεια, φυσική άσκηση, διατροφικές συνήθειες, λιπαρά, γλυκά.

Στην υποενότητα «Παχυσαρκία» υπάρχει το κυρίως εκπαιδευτικό υλικό με το οποίο θα αλληλοεπιδράσει ο μαθητής κατά τη διάρκεια της μελέτης του. Η ενότητα αυτή ξεκινάει με το εξώφυλλο στο οποίο αναφέρεται ο γενικός τίτλος του εκπαιδευτικού υλικού και μία εικόνα/γελοιογραφία που παρουσιάζει χαρακτηριστικά την μάχη ανάμεσα στις υγιεινές και ανθυγιεινές τροφές. Ακολουθούν τα περιεχόμενα της πρώτης διδακτικής ενότητας και η επεξήγηση των συμβόλων που θα συναντήσουν κατά τη μελέτη του Εκπαιδευτικού Υλικού.



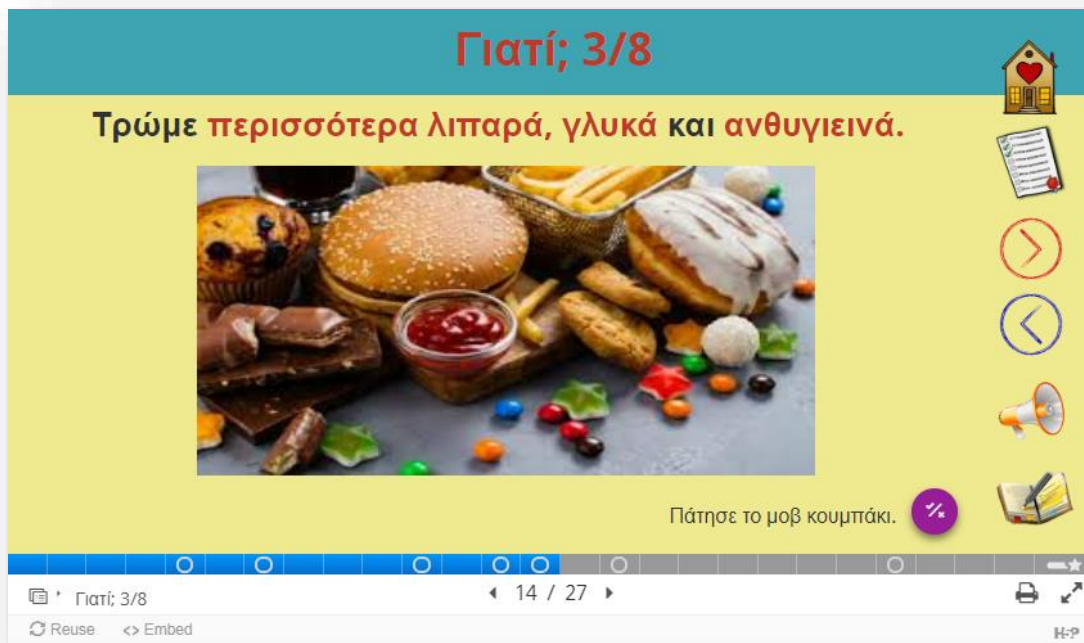
Εικόνα 8: Εξώφυλλο 1<sup>ης</sup> διδακτικής ενότητας

Με την πρώτη αυτή διδακτική ενότητα επιδιώκουμε να ταρακουνήσουμε τόσο τους μαθητές, όσο και τους γονείς για τα πραγματικά επικίνδυνα αποτελέσματα που μπορεί να έχει για την υγεία τους η παχυσαρκία. Έτσι αρχικά παρουσιάζονται εικόνες παχύσαρκων ανθρώπων και παιδιών, ο ορισμός της παχυσαρκίας και το γεγονός ότι τα τελευταία χρόνια θεωρείται μια σοβαρή νόσος καθώς και ένα παζλ με το οποίο τα παιδιά φτιάχνοντας την εικόνα βλέπουν και μια από τις αιτίες της παχυσαρκίας, το ανθυγιεινό φαγητό. Ακολουθούν βασικά στατιστικά στοιχεία για την παιδική παχυσαρκία στην Ευρώπη και την Ελλάδα. Με το αλληλεπιδραστικό βίντεο «Παιδική Παχυσαρκία», από την Εκπαιδευτική τηλεόραση, οι εκπαιδευόμενοι ενημερώνονται ολόπλευρα για αυτό το τόσο σημαντικό θέμα υγείας. Το βίντεο περιέχει ερωτήσεις κλειστού τύπου για να μπορέσουν οι μαθητές να εμπεδώσουν καλύτερα τη νέα γνώση και να επιτύχουμε επιπρόσθετα πιο ενεργητική παρακολούθηση του βίντεο.



**Εικόνα 9: Ενδεικτική δραστηριότητα του διαδραστικού βίντεο**

Στη συνέχεια, παρατίθενται τα βασικά προβλήματα υγεία που προκαλεί η παχυσαρκία. Ακολουθούν οι δύο βασικοί παράγοντες με τους οποίους θα ασχοληθούμε και στο εκπαιδευτικό μας υλικό και τους οποίους ο κάθε άνθρωπος μπορεί να ρυθμίσει, την διατροφή και τη σωματική άσκηση. Ένα μεγάλο μέρος της διδακτικής αυτής ενότητας αναφέρεται στην απάντηση της ερώτησης «Γιατί τα τελευταία χρόνια υπάρχει τόσο μεγάλο πρόβλημα;». Οι απαντήσεις παρουσιάζονται με απλό και κατανοητό τρόπο στα παιδιά, με τη χρήση εικόνας και μια πρόταση για κάθε λόγο.



**Εικόνα 10:** Ένα από τα «Γιατί;»

Ακολουθεί ένα παραμύθι και ένα κρυπτόλεξο. Το παραμύθι ονομάζεται «Ο Μαρουλένιος και η καρδούλα του» και παρουσιάζει την αλλαγή του Μαρουλένιου όταν σταμάτησε την υγιεινή διατροφή κι άρχισε να τρέφεται με νόστιμα, αλλά άχρηστα ταυτόχρονα για τον οργανισμό του τρόφιμα και την επιστροφή του ξανά στον υγιεινό τρόπο διατροφής, όταν συνειδητοποίησε το λάθος του. Το κρυπτόλεξο παρουσιάζει τις βασικές αιτίες της παχυσαρκίας.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Η 1<sup>η</sup> διδακτική ενότητα ολοκληρώνεται με την σύνοψη της και την τελική άσκηση Αυτοαξιολόγησης. Ακολουθούν οι διαφάνειες με τη βιβλιογραφία που χρησιμοποιήθηκε καθώς και βιβλιογραφικές προτάσεις για περαιτέρω διερεύνηση του θέματος από τους εκπαιδευόμενους.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

**Η 2<sup>η</sup> διδακτική ενότητα** αναφέρεται στο θέμα της υγιεινής διατροφής και χωρίζεται στις εξής υποενότητες:

- i) Εισαγωγικά Στοιχεία
- ii) Υγιεινή διατροφή

Στην υποενότητα «Εισαγωγικά Στοιχεία» αναφέρονται ο σκοπός, τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα και οι λέξεις κλειδιά. Πιο συγκεκριμένα:

Σκοπός της 2<sup>ης</sup> διδακτικής ενότητας είναι οι μαθητές/τριες «Να προάγουν τη σωματική και ψυχική τους υγεία γνωρίζοντας και υιοθετώντας υγιεινές διατροφικές συνήθειες.»

Τα Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα που επιδιώκονται να επιτευχθούν, όταν θα ολοκληρώσουν τη μελέτη αυτής της ενότητας είναι να:

Σε επίπεδο γνώσεων:

- ορίζουν τη διατροφή
- κατονομάζουν τις ομάδες των τροφών
- εντοπίζουν τρόφιμα σε κάθε ομάδα τροφίμων
- αναγνωρίζουν την θρεπτική αξία των τροφών
- προσδιορίζουν την προέλευση των τροφών.
- ονομάζουν τις επιδράσεις της διατροφής στην υγεία.

β) Σε επίπεδο δεξιοτήτων:

- εντοπίζουν τους κινδύνους που απειλούν την υγεία τους σχετικά με την διατροφή τους.
- αναγνωρίζουν την αξία τόσο του πρωινού όσο και των άλλων γευμάτων της ημέρας.
- επιδεικνύουν την αξία της Μεσογειακής Διατροφής.
- καταγράφουν υγιεινές και ανθυγιεινές τροφές

γ) Σε επίπεδο στάσεων:

- υιοθετούν θετικές διατροφικές στάσεις και συμπεριφορές.
- αξιολογούν τις πληροφορίες που λαμβάνουν από τις διαφημίσεις τροφίμων.
- απορρίπτουν την πολύωρη ενασχόληση με τις «οθόνες».

Και οι Λέξεις Κλειδιά αυτής της διδακτικής ενότητας είναι: Πυραμίδα των τροφών, Διατροφή, υγιεινά – ανθυγιεινά τρόφιμα, Μεσογειακή διατροφή, διατροφικές συνήθειες, υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λιπαρά, γλυκά, το πιάτο της υγιεινής διατροφής.

Στη 2<sup>η</sup> υποενότητα με τίτλο: «Υγιεινή Διατροφή», ο Φρίξος και η Ασημένια, οι δύο μικροί μας μάγισσες αναλαμβάνουν να μάθουν τα μυστικά της υγιεινής διατροφής στους/στις μαθητές/τριες μας. Συστήνονται από το εξώφυλλο κιόλας, όπου φανερώνουν και το λόγο που θα κρατήσουν συντροφιά στα παιδιά. Η υποενότητα αυτή έχει τη μορφή κόμικ. Μέσα από τους διαλόγους των δύο ηρώων τα παιδιά θα έρθουν επαφή με το Εκπαιδευτικό Υλικό. Έτσι με ένα ευχάριστο τρόπο θα οικοδομήσουν τη νέα γνώση. Ακολουθούν τα περιεχόμενα όπως σε όλες τις διδακτικές ενότητες.

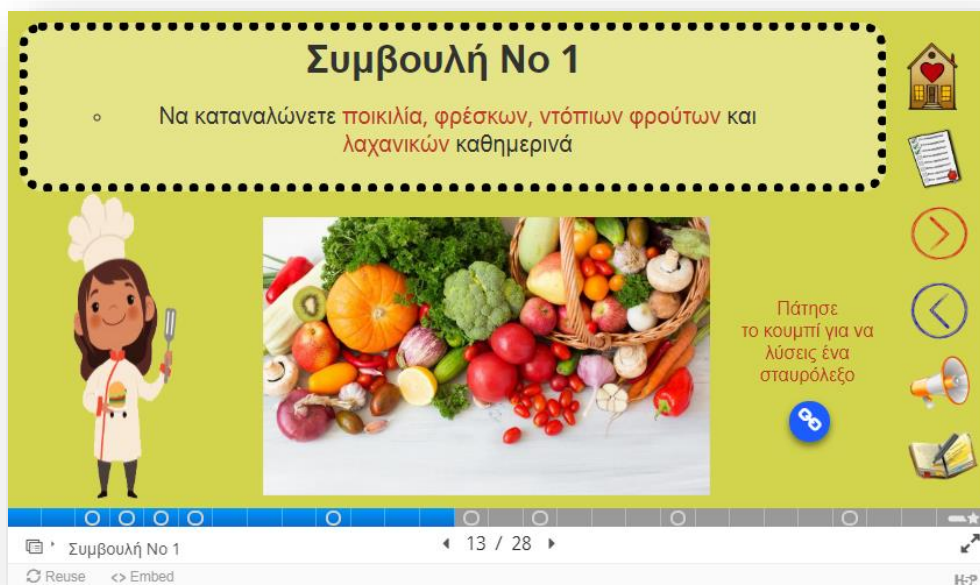


Εικόνα 11: Εξώφυλλο 2<sup>ης</sup> Διδακτικής Ενότητας

Αρχικά, οι δύο ήρωες μας δίνουν τον ορισμό της διατροφής και ενημερώνουν τους/τις μαθητές/τριες για το πώς πρέπει να τρέφονται. Ακολουθεί ένα εκπαιδευτικό, διαδραστικό βίντεο από την Εκπαιδευτική Τηλεόραση με τίτλο: «Ονειρομαγειρέμα». Τα παιδιά με αλληλεπιδραστικό και ευχάριστο τρόπο μαθαίνουν τις ομάδες τροφίμων και τα οφέλη τους. Υπάρχουν ερωτήσεις κλειστού τύπου για αυτοαξιολόγηση και την καλύτερη εμπέδωση της νέας γνώσης, οι οποίες προβάλλονται κατά τη διάρκεια του βίντεο.

Στη συνέχεια, αναλαμβάνουν ξανά δουλειά οι δύο μικροί μάγεις και αναφέρουν τις ομάδες τροφίμων και πόσες φορές την ημέρα ή την εβδομάδα πρέπει να καταναλώνουν τροφές από το κάθε επίπεδο της Πυραμίδας των Τροφών. Επιπρόσθετα, η Πυραμίδα των τροφών παρουσιάζεται στις επόμενες διαφάνειες με δύο διαφορετικούς τρόπους, ένα αλληλεπιδραστικό βίντεο και μια απλή εικόνα.

Οι μικροί μάγεις συζητούν για τα γεύματα που πρέπει να έχει καθημερινά κάθε άνθρωπος και στη συνέχεια δίνουν κάποιες βασικές και χρήσιμες οδηγίες τις οποίες πρέπει να ακολουθούν όλοι όσοι θέλουν να έχουν έναν υγιεινό τρόπο διατροφής. Οι συμβουλές είναι μικρές προτάσεις που συνοδεύονται πάντα από την κατάλληλη φωτογραφία και κάποιες φορές υπάρχουν δραστηριότητες, όπως το σταυρόλεξο των λαχανικών, πολλαπλής επιλογής, Σωστού – Λάθους, το κρυπτόλεξο των δημητριακών, το τραγούδι για τη λάθος διατροφή, κλπ. Οι δραστηριότητες αυτές συμβάλλουν στην καλύτερη κατανόηση και κατάκτηση της γνώσης από τους/τις μαθητές/τριες μέσα από ευχάριστο και παιγνιώδη τρόπο.



Εικόνα 12: Συμβουλές διατροφής και δραστηριότητες

Η τελευταία δραστηριότητα ζητά από τα παιδιά να καταγράψουν σε έναν ηλεκτρονικό πίνακα Padlet τρόφιμα που υπάρχουν στο σπίτι τους, προκειμένου αργότερα στην τάξη να πραγματοποιηθεί συζήτηση και ταξινόμηση τους σε υγιεινά και ανθυγιεινά.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Λίγο πριν από το τέλος υπάρχει ένα βίντεο με τις 10 πιο ανθυγιεινές τροφές. Ένα βίντεο που στόχο έχει να προβληματίσει τα παιδιά γύρω από το θέμα των επεξεργασμένων τροφών. Οι μικροί μάγειρες κλείνουν τη διδακτική αυτή ενότητα με τη σύνοψη, την τελική άσκηση αυτοαξιολόγησης και ενημερώνοντας μας για το θέμα που θα διαπραγματευτούμε στην 3<sup>η</sup> και τελευταία διδακτική ενότητα, την σωματική άσκηση.

Ακολουθούν οι διαφάνειες με τη βιβλιογραφία που χρησιμοποιήθηκε καθώς και βιβλιογραφικές προτάσεις για περαιτέρω διερεύνηση του θέματος από τους εκπαιδευόμενους, όπως και στην προηγούμενη διδακτική ενότητα.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

**Η 3<sup>η</sup> διδακτική ενότητα** αναφέρεται στο θέμα της σωματικής δραστηριότητας και χωρίζεται στις εξής υποενότητες:

- i) Εισαγωγικά Στοιχεία
- ii) Σωματική Δραστηριότητα

Στην υποενότητα «Εισαγωγικά Στοιχεία» αναφέρονται ο σκοπός, τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα και οι λέξεις κλειδιά. Πιο συγκεκριμένα:

Σκοπός της 3<sup>ης</sup> διδακτικής ενότητας είναι οι μαθητές/τριες «Να αναπτύξουν οι μαθητές θετική στάση και σχέση με τη σωματική άσκηση, ώστε να βελτιώσουν τη σωματική και ψυχική τους υγεία, καθώς και την ευεξία τους.»

Τα Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα όταν θα ολοκληρώσουν τη μελέτη αυτής της ενότητας είναι να:

α) Σε επίπεδο γνώσεων:

- ορίζουν τι είναι σωματική άσκηση
- αναφέρουν διαφορετικά είδη σωματικής άσκησης
- ονομάζουν τα οφέλη από τη σωματική άσκηση

β) Σε επίπεδο δεξιοτήτων:

- ερμηνεύουν την αξία της σωματικής άσκησης
- κατηγοριοποιούν τα είδη της σωματικής δραστηριότητας
- εφαρμόζουν την Πυραμίδα της Σωματικής Άσκησης

γ) Σε επίπεδο στάσεων:

- ανακαλύψουν την ορθή συχνότητα ενασχόλησης με τη Σωματική Άσκηση.
- επικρίνουν την καθιστική ζωή και την πολύωρη ενασχόληση με τις οθόνες.
- υιοθετήσουν την αύξηση της σωματικής δραστηριότητας τους.

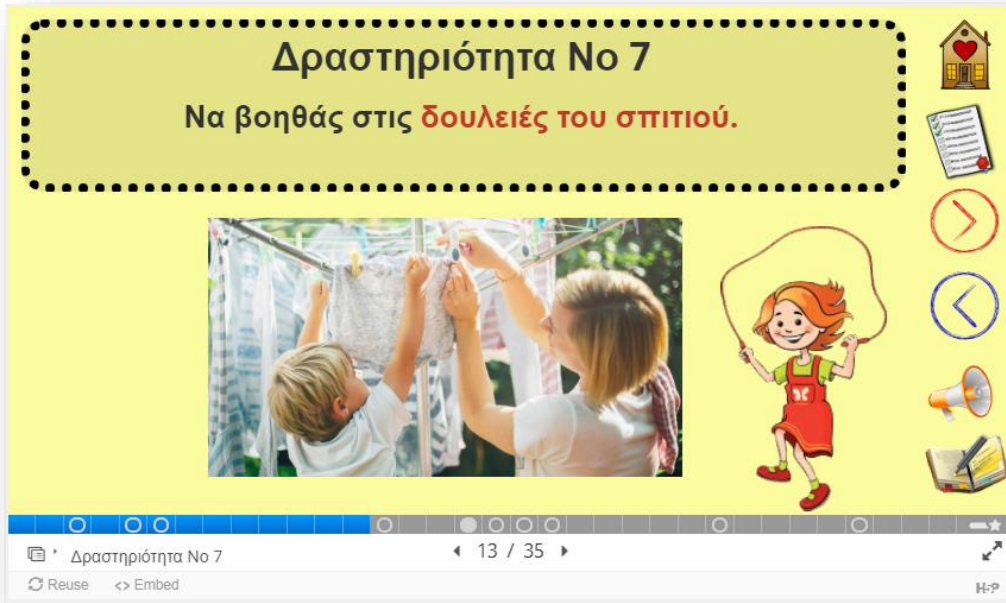
Οι λέξεις κλειδιά στην 3<sup>η</sup> διδακτική ενότητα είναι: Πυραμίδα σωματικής δραστηριότητας, αθλήματα, περπάτημα, καθιστική ζωή, οθόνες, άσκηση, δουλειές, πολεμικές τέχνες, παιχνίδι.

Στη 3<sup>η</sup> υποενότητα με τίτλο: «Σωματική δραστηριότητα», την ξενάγηση μας αλλά και τη μεταφορά της νέας γνώσης στους μαθητές θα αναλάβουν δύο νέοι ήρωες, η Γεωργία και ο Γιάννης. Δύο παιδιά τα οποία φαίνονται δραστήρια, η Γεωργία παίζει με το σκοινάκι της και ο Γιάννης με την μπάλα γυμναστικής του. Όπως και στη 2<sup>η</sup> διδακτική ενότητα οι ηρώες μας μας συστήνονται στο εξώφυλλο και αναφέρουν το σκοπό της νέα διδακτικής ενότητας. Η ενότητα αυτή σχεδιασμένη είναι με τη μορφή κόμικ, όπως και η προηγούμενη. Ο διάλογος των δύο ηρώων θα μεταφέρει τη νέα γνώση. Η επόμενη διαφάνεια και σε αυτή την ενότητα είναι τα περιεχόμενα.



Εικόνα 13: Εξώφυλλο 3<sup>ης</sup> διδακτικής ενότητας

Οι δύο ήρωες λοιπόν κάνοντας μια μικρή σύνδεση με την προηγούμενη ενότητα ξεκινούν το ταξίδι των μαθητών/τριών στα οφέλη της σωματικής άσκησης με αφορμή την ρήση των αρχαίων Ελλήνων, «Νους υγιής εν σώματι υγιεί». Ο Γιάννης με τη Γεωργία εξηγούν στους/στις μαθητές/τριες ότι γυμναστική δεν σημαίνει μόνο το να πηγαίνουν και να ασκούνται σε ένα γυμναστήριο αλλά και πολλές άλλες διαφορετικές δραστηριότητες τις οποίες τους παρουσιάζουν μέσα από φωτογραφίες.



Εικόνα 14: Ιδέες για σωματικές δραστηριότητες

Ακολουθεί η Πυραμίδα των δραστηριοτήτων και η ανάλυση της μέσα από ασκήσεις συμπλήρωσης κενών με έτοιμες λέξεις που πρέπει να σύρουν μέσα στα κενά. Με αλληλεπιδραστικό και ενεργό τρόπο ανακαλύπτουν και οικοδομούν τη νέα γνώση. Στη συνέχεια, από ένα αλληλεπιδραστικό βίντεο με τίτλο: «Πώς η άθληση ωφελεί το σώμα... και το μυαλό» των Λία Λάγκος και Τζασπάλ Ρίκυ Σινγκαπό το TED-Ed τα παιδιά μαθαίνουν τα οφέλη της σωματικής άσκησης τόσο για το σώμα όσο και για το πνεύμα. Τα οφέλη όμως παρατίθενται και παρακάτω σε μορφή κειμένου.

Στη συνέχεια, τα παιδιά παρακολουθούν ένα βίντεο με τίτλο: «Εκτός Σύνδεσης» μία ταινία Μικρού Μήκους του 28ου & 57ου Δ.Σ. Ηρακλείου, από τον Δάσκαλο Λευτέρη Κωστήνη. Η ταινία πραγματεύεται την ιστορία ενός μαθητή που είχε αποροφηθεί από το τάμπλετ με αποτελέσματα να έχει χάσει κάθε επαφή τόσο με τους συμμαθητές του όσο και με τη σωματική άσκηση, αφού επέλεγε να περνάει το χρόνο του με το τάμπλετ αντί να παίζει. Όταν όμως, το τάμπλετ του χάλασε και γύρισε στους φίλους του κατάλαβε το πόσο λάθος συμπεριφερόταν τόσο καιρό.

Λίγο πριν το τέλος, παρουσιάζεται το τραγούδι «Γυμναζόμαστε παιδιά» από τη Γεωργία Στεφανουδάκη, σε στίχους της Κατερίνας Θεοδούλου, το οποίο λειτουργεί σαν σύνοψη και

παρότρυνση για να γυμνάζονται τα παιδιά. Ένα τραγούδι το οποίο δημιουργήθηκε για τις ανάγκες της παρούσας εργασίας και είναι γραμμένο με βάση όλα όσα έχει διαπραγματευθεί η παρούσα διδακτική ενότητα.

Η ενότητα αυτή κλείνει με την σύνοψη της διδακτικής ενότητας και την τελική άσκηση αυτοαξιολόγησης, όπως και στις δύο πρώτες διδακτικές ενότητες.



**Σύνοψη**

Στην 3η διδακτική ενότητα έμαθες:

- τι είναι σωματική άσκηση και τα οφέλη της.
- ποιες δραστηριότητες μπορείς να κάνεις για να κρατηθείς σε φόρμα
- μέσα από την πυραμίδα των σωματικών ασκήσεων, την συχνότητα με την οποία πρέπει να ασχολείσαι με την κάθε δραστηριότητα
- τους κινδύνους που ενέχει η πολύωρη ενασχόληση με την τεχνολογία.

Slide 30

30 / 35

Reuse Embed

**Εικόνα 15: Σύνοψη**

Στο τέλος υπάρχει η βιβλιογραφία που χρησιμοποιήθηκε για τη δημιουργία της ενότητας καθώς και η βιβλιογραφική πρόταση για περαιτέρω μελέτη του θέματος, όπως και στις προηγούμενες διδακτικές ενότητες.

Πριν να κλείσουμε με την παρουσίαση του συγκεκριμένου υλικού θα θέλαμε να αναφέρουμε ξανά, ότι είναι σχεδιασμένο για να λειτουργήσει με τη μέθοδο της συμπληρωματικής σχολικής ΕξΑΕ και μάλιστα ο καλύτερος τρόπος θα ήταν με τη μέθοδο της Ανεστραμμένης τάξης, όπως και ήταν ο αρχικός σχεδιασμός και στόχος μας.

## 4. Μεθοδολογία της έρευνας

Στον παρόν κεφάλαιο γίνεται ανάλυση της μεθοδολογίας της έρευνας που χρησιμοποιήθηκε. Αναφέρονται το είδος της έρευνας που επιλέχθηκε, τα χαρακτηριστικά και το δείγμα της έρευνας, το προφίλ των συμμετεχόντων, οι μέθοδοι συλλογής δεδομένων, η εγκυρότητα και η αξιοπιστία της έρευνας και τέλος τα στάδια υλοποίησης της.

### 4.1 Είδος έρευνας

Οι επιστημονικές έρευνες διαχωρίζονται συνήθως σε τρεις μεγάλες κατηγορίες: τις ποσοτικές, τις ποιοτικές, και τις μεικτές. Διαχωρίζονται ανάλογα με το είδος των δεδομένων τους, ποσοτικών ή ποιοτικών και τον τρόπο συλλογής, ανάλυσης και παρουσίασής τους.

«Σκοπός της ποσοτικής έρευνας είναι η εύρεση σχέσεων μεταξύ διαφόρων παραγόντων. Η ποσοτική έρευνα αναφέρεται στη συστηματική διερεύνηση φαινομένων με στατιστικές μεθόδους, μαθηματικά μοντέλα και αριθμητικά δεδομένα. Χρησιμοποιείται συνήθως αντιπροσωπευτικό δείγμα παρατηρήσεων και επιδιώκεται γενίκευση σε ένα ευρύτερο πληθυσμό. Η συλλογή δεδομένων γίνεται με δομημένα πρωτόκολλα, όπως ερωτηματολόγια, κλίμακες και δοκίμια επιτευγμάτων.» (Πανεπιστήμιο Κύπρου. Πανεπιστημιακό Κέντρο Ερευνών Πεδίου, n.d.).

Οι Μεικτές έρευνες συνδυάζουν κατά το μεθοδολογικό τους σχεδιασμό ποσοτικές και ποιοτικές μεθόδους, για να παρέχουν στον ερευνητή όσο το δυνατόν καλύτερα αποτελέσματα μιας και αξιοποιεί τα πλεονεκτήματα της καθεμιάς από τις έρευνες αυτές.

Για την ποιοτική έρευνα δεν υπάρχει ένα συγκεκριμένος ορισμός αλλά επικρατεί μια ασάφεια και σύγχυση στη βιβλιογραφία. Εδώ λοιπόν επιχειρούμε την όσο το δυνατόν καλύτερη προσέγγιση της. Για την σαφέστερη, λοιπόν, οριοθέτηση της κρίνεται σκόπιμο να ληφθούν υπόψιν διάφορα επίπεδα της επιστημονικής έρευνας, η επιστημολογία και η μεθοδολογία της έρευνας, καθώς και οι επιμέρους μέθοδοι που υιοθετούνται. Οι ποιοτικές έρευνες έχουν ως στόχο τη διερεύνηση και κατανόηση κοινωνικών φαινομένων και την ανάδυση νέων τυποποιήσεων και θεωρητικών μοντέλων και όχι στην επαλήθευση και γενίκευση υποθέσεων. Οι πληροφορίες αντλούνται με τη χρήση ποικιλίας μεθοδολογικών

προσεγγίσεων (θεωρητικών και ερευνητικών), μπορούν να χρησιμοποιηθούν συνεντεύξεις, σημειώσεις πεδίου, ηχογραφήσεις, βιντεοσκοπήσεις, φωτογραφίες κ.α. Το κύρια χαρακτηριστικά της είναι το μικρό δείγμα συμμετεχόντων και η ανάλυση του λόγου ή του κειμένου με τη χρήση των κατάλληλων εργαλείων. (Ίσαρη & Πουρκός, 2015).

Η παρούσα έρευνα, μετά από τις κοινωνικές αλλαγές που προαναφέραμε επιλέχθηκε να επαναπροσδιοριστεί, επανασχεδιαστεί και να πραγματοποιηθεί με τη μεθοδολογία της ποιοτικής έρευνας, ως πιο κατάλληλη ερευνητική μέθοδο για την κάλυψη των νέων στόχων και των νέων ερευνητικών ερωτημάτων στην παρούσα χρονική περίοδο.

## 4.2 Χαρακτηριστικά της έρευνας

Σύμφωνα με τον Freebody (2003) (οπ. αν. σε Ίσαρη & Πουρκός, 2015) η ποιοτική έρευνα έχει τα ακόλουθα χαρακτηριστικά:

- Παρέχει μια πιο ολιστική θεώρηση της πραγματικότητας σε αντιδιαστολή με την ατομιστική προσέγγιση της πραγματικότητας σε επιμέρους στοιχεία, παραμέτρους, κ.λπ.
- Εκδηλώνει μεγάλη ευαισθησία για την επίδραση του ερευνητή στον χαρακτήρα της έρευνας.
- Εκδηλώνει την προτίμησή της στις «φυσικές» πηγές συλλογής ερευνητικών δεδομένων (σε μη εργαστηριακές συνθήκες).
- Εκδηλώνει ενδιαφέρον για την οπτική των υποκειμένων, την εσωτερική ζωή τους και όχι μόνο τις εξωτερικές εκδηλώσεις τους.
- Έχει ανθρωπιστικό προσανατολισμό

### 4.3 Μεθοδολογικά εργαλεία

Μεθοδολογικά εργαλεία είναι τα εργαλεία τα οποία χρησιμοποιούμε για να πραγματοποιηθεί η συλλογή των δεδομένων της έρευνας μας. Υπάρχει πληθώρα εργαλείων και ο ερευνητής ανάλογα το είδος της έρευνας που διεξάγει επιλέγει τα πιο κατάλληλα για την έρευνα του. Στην παρούσα εργασία θα αναφερθούμε στα πιο συνηθισμένα εργαλεία που χρησιμοποιούνται στις ποιοτικές έρευνες. Συγκεκριμένα:

- Μη δομημένη συνέντευξη (ανοιχτού τύπου/εις βάθος) Τα ερωτηματολόγια της μεθόδου αυτής είναι περισσότερο σύνθετα, αφού μια συνέντευξη μπορεί να διαρκέσει πολύ χρόνο. Η μεθοδολογία αυτή χρησιμοποιείται κυρίως σε έρευνες προσδιορισμού συμπεριφοράς.
- Ημιδομημένη συνέντευξη (ανοιχτού τύπου) πραγματοποιείται με τη χρήση ημιδομημένου ερωτηματολογίου και διερευνά τις αντιλήψεις, τα κίνητρα και τα συναισθήματα των συμμετεχόντων
- Ομάδες εστίασης (focus groups), πραγματοποιούνται με μικρές ομαδικές συζητήσεις, οι οποίες εστιάζουν πρώτον στη διερεύνηση της συγκεκριμένης υπο-ομάδας και δεύτερον στη συγκεκριμένη και προκαθορισμένη θεματολογία που διαπραγματεύονται.
- Παρατήρηση και συμμετοχική παρατήρηση, πραγματοποιείται κάτω από καθορισμένες συνθήκες, και με συστηματική καταχώρηση δεδομένων. Μπορεί να είναι δομημένη ή ελεύθερη, παρεμβατική ή μη, στο εργαστήριο ή στο πεδίο. Επιτρέπει την άμεση καταγραφή συμπεριφοράς.

Στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήσαμε την ημι-δομημένη συνέντευξη. Οι εκπαιδευτικοί συμμετείχαν σε συνέντευξη μέσω Viber. Οι συνεντεύξεις ηχογραφήθηκαν και στη συνέχεια απομαγνητοφωνήθηκαν και επεξεργαστήκαμε τα δεδομένα τους.

Οι συνεντεύξεις είναι προσωπικές μαρτυρίες των εκπαιδευτικών για την αποτίμηση του Εκπαιδευτικού Υλικού που δημιουργήθηκε, αφού αρχικά το μελέτησαν για ένα εύλογο χρονικό διάστημα. Δεν υπήρχαν προκαθορισμένες ερμηνείες, αλλά δόθηκε σημασία στη ζωντανή αλληλεπίδραση με τον κάθε εκπαιδευτικό και της δόθηκε ο απαραίτητος χρόνος να εκφραστεί ελεύθερα στην κάθε ερώτηση.

Η έρευνα επικεντρώθηκε σε συγκεκριμένους τομείς για την αποτίμηση του εκπαιδευτικού υλικού. Οι εκπαιδευτικοί κλήθηκαν ανάλογα με τις απόψεις, τις στάσεις, τις εμπειρίες, αλλά



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

και τα συναισθήματα τους να εκφραστούν και να αποτιμήσουν το εκπαιδευτικό υλικό χωρίς περιορισμούς στους συγκεκριμένους τομείς. Επιπρόσθετα τους δόθηκε η δυνατότητα να σχολιάσουν και σημεία του εκπαιδευτικού υλικού που θεώρησαν ότι θα έπρεπε να υπάρχουν και η ερευνήτρια δεν είχε συμπεριλάβει.

#### **4.4 Περίοδος διεξαγωγής της έρευνας**

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε από τον Φεβρουάριο μέχρι τον Μάιο του 2020. Αρχικά έγινε η βιβλιογραφική επισκόπηση και στη συνέχεια τέθηκαν ο σκοπός, οι στόχοι και τα αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα της κάθε διδακτικής ενότητας. Αφού ολοκληρώθηκε το στάδιο αυτό, ξεκίνησε ο σχεδιασμός και η υλοποίηση των τριών διδακτικών εννοιών.

Όταν ολοκληρώθηκαν και οι τρεις διδακτικές ενότητες και το υλικό από το h5p μεταφέρθηκε στο chamilo, έγινε εγγραφή των εκπαιδευτικών που συμμετείχαν στην έρευνα. Στους εκπαιδευτικούς δόθηκε περιθώριο δύο εβδομάδων για να μελετήσουν το εκπαιδευτικό υλικό και στη συνέχεια πραγματοποιήθηκαν οι συνεντεύξεις. Στο τέλος έγινε η κωδικοποίηση και η ανάλυση των συνεντεύξεων.

#### **4.5 Δείγμα**

Για την αποτίμηση του μαθησιακού υλικού πραγματοποιήθηκε, όπως προαναφέραμε ποιοτική έρευνα. Το δείγμα της έρευνας αποτελούνταν από πέντε (5) παιδαγωγούς Δημοτικής Εκπαίδευσης από τους οποίους ζητήθηκε να μελετήσουν το εκπαιδευτικό υλικό και στη συνέχεια να καταθέσουν τη γνώμη τους απαντώντας σε κάποιες ερωτήσεις αξιολόγησης.

Στην παρούσα αποτίμηση του εκπαιδευτικού υλικού το δείγμα μας ήταν στοχευμένος και χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της δειγματοληψίας σκοπιμότητας, δηλαδή κλήθηκαν να συμμετέχουν στην έρευνα κάποια άτομα τα οποία εξυπηρετούν τις ανάγκες της συγκεκριμένης έρευνας



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Πιο συγκεκριμένα, οι 5 συμμετέχουσες της έρευνας επιλέχθηκαν μετά από προσωπική επικοινωνία και συζήτηση μαζί τους με γνώμονα τα παρακάτω χαρακτηριστικά:

- Έχουν καλό επίπεδο γνώσης της χρήσης και της αξιοποίησης των Η/Υ κατά τη διδασκαλία τους.
- Έχουν αναγνωρίσει την αναγκαιότητα υλοποίησης προγραμμάτων Αγωγής Υγείας για την προαγωγή και την προάσπιση της υγείας των παιδιών.
- Πρόκειται για επαγγελματίες εκπαιδευτικούς πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης που έχουν αρκετά χρόνια προϋπηρεσίας και εμπειρίας στα δημοτικά σχολεία, με εξαίρεση μια εκπαιδευτικό.
- Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι οι 2 από τους 5 συμμετέχοντες επιλέχθηκαν με βάση το γεγονός ότι γνωρίζουν τις αρχές της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και τις προϋποθέσεις που πρέπει να πληροί το Εκπαιδευτικό Υλικό σε αυτή, καθώς έχουν υπάρξει σπουδαστές του ΠΜΣ «Επιστήμες της Αγωγής-Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση με τη χρήση των ΤΠΕ (e-learning).

#### 4.6 Διαδικασία συλλογής δεδομένων

Αρχικά, η ερευνήτρια προσέγγισε προσωπικά τους υποψήφιους συμμετέχοντες στην έρευνα για να διερευνήσει αν πληρούσαν τα χαρακτηριστικά που απαιτούνταν, αλλά και τη διαθεσιμότητα και τη δυνατότητα συμμετοχής τους, ώστε να διασφαλιστεί το επιθυμητό δείγμα. Προσεγγίστηκαν συνολικά 8 άτομα από τα οποία προέκυψε τελικά το δείγμα των 5 συμμετεχόντων. Ακολούθησε, για όσους εκπαιδευτικούς δεν ήταν εγγεγραμμένοι ήδη, το στάδιο των εγγραφών των συμμετεχόντων στην πλατφόρμα Chamilo με τη διεύθυνση του ηλεκτρονικού τους ταχυδρομείου, οπότε κάθε εκπαιδευτικός είχε τον δικό του κωδικό για να μπει στο υλικό.

Έτσι οι εκπαιδευτικοί έμπαιναν στην ακόλουθη διεύθυνση για να μελετήσουν το υλικό:

<http://chamilo.datacenter.uoc.gr/metchamilo/main/auth/inscription.php?c=GIAMIAKALY TERHZWHALLAZWDIATROFH&e=1>

Τους δόθηκε περιθώριο δυο εβδομάδων, προκειμένου να μελετήσουν το εκπαιδευτικό υλικό. Μετά την πάροδο του προκαθορισμένου χρονικού διαστήματος, η ερευνήτρια επικοινωνήσε μαζί τους για να κλειστούν τα ραντεβού των συνεντεύξεων. Όλες οι



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

συνεντεύξεις πραγματοποιήθηκαν μέσω Viber, εξαιτίας του κατ' οίκον περιορισμού για τον Covid – 19.

#### **4.7 Ανάλυση ποιοτικών δεδομένων**

Τα ποιοτικά δεδομένα αντλήθηκαν μέσω της απομαγνητοφώνησης των πέντε συνεντεύξεων και στη συνέχεια ακολούθησε η επεξεργασία τους με τη μέθοδο της ποιοτικής ανάλυσης περιεχομένου. Για να πραγματοποιηθεί η ανάλυση των κειμένων κατηγοριοποιήσαμε το κείμενο σε άξονες και χωρίσαμε τον κάθε άξονα σε κατηγορίες/ κωδικούς.

Στην ανάλυση των δεδομένων της παρούσας έρευνας έγινε χρήση ειδικού λογισμικού (Atlas-it 7.0) που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ποιοτική ανάλυση και την κωδικοποίηση κειμένων, ηχητικών δεδομένων κ.α. Το λογισμικό δίνει τη δυνατότητα ταξινόμησης των αξόνων και των βασικών κωδικών τους, αλλά και καταμέτρησης της συχνότητας εμφάνισης του κάθε άξονα και κάθε βασικού κωδικού στο σύνολο των απόψεων που διερευνούνται.

Για τη μελέτη του περιεχομένου υιοθετήθηκε ως μονάδα ανάλυσης η πρόταση-φράση (κύρια με δευτερεύουσα/ες) που βγάζει ολοκληρωμένο νόημα. Εφόσον πρόκειται για μια ποιοτική έρευνα, ως μονάδα μέτρησης λήφθηκε υπόψη το καινούριο και η αξία κάθε πρότασης σε συνάρτηση με τον σκοπό της έρευνας, ανεξαρτήτως της συχνότητας εμφάνισης κάθε στοιχείου.

Τα δεδομένα κατηγοριοποιήθηκαν σε πέντε άξονες. Στον πρώτο άξονα κατηγοριοποιήθηκαν εκείνα που βοήθησαν στη σκιαγράφηση του προφίλ των εκπαιδευτικών, ενώ στους επόμενους τέσσερις κατηγοριοποιήθηκαν τα δεδομένα που συλλέχθηκαν και αφορούν την αξιολόγηση του πολυμορφικού υλικού. Στη συνέχεια δημιουργήθηκαν υποκατηγορίες (Κωδικοποίηση).

Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα για τους εκπαιδευτικούς σύμφωνα με την αξιολόγηση του προγράμματος
<u>Γενικές – Αρχικές Ερωτήσεις</u>
Χρήση Η/Υ στη διδασκαλία
Έχει πραγματοποιήσει πρόγραμμα αγωγής υγείας
Είναι εύκολο να βρείτε εκπαιδευτικό υλικό
Αξιολόγηση ως προς την <u>επάρκεια του υλικού</u>
Θέτει και καλύπτει τους σκοπούς και στόχους
Αυθεντικές, πραγματικές, ρεαλιστικές καταστάσεις
Προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων
Χαρακτηρίζεται από ευελιξία
Διαθεματική προσέγγιση
Επιβράβευση σωστών απαντήσεων- λύσεων
Αλληλεπίδραση εκπαιδευτικού και εκπαιδευόμενου
Σύγχρονο και ενημερωμένο
Ανταπόκριση στο στίλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων
Διαφορετικοί τρόποι επίλυσης προβλημάτων
Καλλιέργεια κριτικής σκέψης των μαθητών
Καλλιέργεια λήψης αποφάσεων
Αξιολόγηση ως προς την <u>ευχρηστία του υλικού</u>
Έλεγχο της ροής των πληροφοριών
Αλληλεπίδραση χρήστη και υλικού
Προώθηση αυτενέργειας και αυτονομίας των χρηστών
Περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος
Είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό
Παροχή συμβουλών, σχολίων και οδηγιών

Αξιολόγηση ως προς την <u>παρουσίαση και δομή του υλικού</u>
Προσέλκυση ενδιαφέροντος των μαθητών
Καλή εμφάνιση και αισθητική
Κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο
Μαθησιακό επίπεδο και ηλικία των παιδιών
Δημιουργία θετικής και ευχάριστης διάθεσης στο μαθητή για να συνεχίσει
Δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου
Ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη
Ευανάγνωστα κείμενα
Τελικές Ερωτήσεις <u>Τρόπος Χρήσης του Ε.Υ. - Προτάσεις Βελτίωσης</u>
Εκπαιδευτική χρήση του υλικού από τις συμμετέχουσες στην έρευνα
Γενική εικόνα – Δυνατά σημεία
Προτάσεις βελτίωσης

**Πίνακας 1: Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα για τους εκπαιδευτικούς**



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

#### 4.8 Οι περιορισμοί της έρευνας

Ο βασικός περιορισμός της παρούσας έρευνας ήταν το μικρό χρονικό διάστημα μέσα στο οποίο έπρεπε να γίνει ο σχεδιασμός και η υλοποίηση του διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού. Μέσα σε ένα χρονικό περιθώριο τεσσάρων μηνών έπρεπε να γίνει η βιβλιογραφική επισκόπηση, η δημιουργία του διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού, ο σχεδιασμός των διδακτικών παρεμβάσεων, ο σχεδιασμός και η διεξαγωγή της έρευνας και τέλος η εξαγωγή των συμπερασμάτων.

Όμως στην παρούσα έρευνα παρουσιάστηκαν και επιπρόσθετα κοινωνικά εμπόδια. Η Πανδημία του Covid – 19 και ο κατ' οίκον περιορισμός των μαθητών μας οδήγησαν στην αλλαγή της αρχικής έρευνας. Το εκπαιδευτικό υλικό επειδή ήταν αδύνατον να εφαρμοστεί στην τάξη, αποτιμήθηκε από εκπαιδευτικούς, οι οποίοι αρχικά το μελέτησαν για περίπου δύο εβδομάδες. Όλες οι συνεντεύξεις πραγματοποιήθηκαν εξ αποστάσεως με τη βοήθεια του Viber. Στο σημείο αυτό να σημειωθεί ότι ήταν δύσκολη η προσέγγιση περισσότερων εκπαιδευτικών, λόγω των αυξημένων επαγγελματικών υποχρεώσεων που είχαν εξαιτίας του νέου τρόπου διδασκαλίας, εξ αποστάσεως διδασκαλία στους μαθητές τους.

## 5. Αποτελέσματα της έρευνας

Στο 5ο κεφάλαιο γίνεται η παρουσίαση των αποτελεσμάτων της αξιολόγησης και δίνονται με ακρίβεια και πληρότητα οι απόψεις των εκπαιδευτικών, όπως προέκυψαν από τις ημιδομημένες συνεντεύξεις τους, οι οποίες πραγματοποιήθηκαν για την αξιολόγηση του διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, με τίτλος «Για μια καλύτερη ζωή, αλλάζω διατροφή».

Δεξιά από κάθε αναφορά σημειώνεται το αρχικό γράμμα από το όνομα του εκπαιδευτικού που έκανε την αναφορά.

### 5.1 Το προφίλ των εκπαιδευτικών

Στον πίνακα που ακολουθεί φαίνονται κάποια από τα προσωπικά στοιχεία των συνεντευξιαζόμενων εκπαιδευτικών:

	Φύλο	Ηλικία	Προϋπηρεσία	Επίπεδο γνώσης Η/Υ	ΠΜΣ (e-learning)	Νομός υπηρετήσης 2019-20
<b>A</b>	Γυναίκα	32	10	B1 & ECDL	OXI	Ηρακλείου
<b>Φ</b>	Γυναίκα	30	2	ECDL	OXI	Ηρακλείου
<b>Σ</b>	Γυναίκα	33	11	B1	NAI	Ηρακλείου
<b>K</b>	Γυναίκα	52	27	B2	NAI	Χανίων
<b>M</b>	Γυναίκα	36	15	Αρκετά καλό	OXI	Ηρακλείου

**Πίνακας 2: Προσωπικά στοιχεία συνεντευξιαζόμενων εκπαιδευτικών**

Οι εκπαιδευτικοί ήταν γυναίκες, ηλικίας από 30 έως 52 ετών και τα έτη προϋπηρεσίας τους κυμαίνονται από 2 μέχρι 27 έτη. Όλες οι συμμετέχουσες έχουν καλό επίπεδο γνώσης Ηλεκτρονικών Υπολογιστών, κάποιες διαθέτουν πιστοποίηση B1, B2 ή ECDL, επιπρόσθετα δύο από τις εκπαιδευτικούς έχουν παρακολουθήσει το μεταπτυχιακό



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

πρόγραμμα του e-learning. Τέλος, θα θέλαμε να αναφέρουμε ότι οι εκπαιδευτικοί κατά το τρέχον σχολικό έτος υπηρετούν στους νομούς Ηρακλείου και Χανίων.

## 5.2 Γενικές – αρχικές ερωτήσεις

### 5.2.1 Χρήση Ηλεκτρονικού Υπολογιστή κατά τη διδασκαλία.

Όλες οι ερωτηθείσες εκπαιδευτικοί απάντησαν ότι χρησιμοποιούν τον ηλεκτρονικό υπολογιστή στην τάξη κατά τη διδασκαλία ειδικότερα σε μαθήματα, όπως η Γλώσσα, η Φυσική, τα Μαθηματικά, η Ιστορία, η Μελέτη Περιβάλλοντος, η Ευέλικτη Ζώνη και γενικά τα project. Δύο εκπαιδευτικοί μάλιστα απάντησαν ότι τον χρησιμοποιεί σχεδόν σε όλα τα μαθήματα.

Συνδέουν τον υπολογιστή με τον βιντεοπροβολέα για να προβάλλουν διάφορα θέματα. Χρησιμοποιούν διάφορες παρουσιάσεις, εκπαιδευτικό υλικό, βίντεο από το YouTube, διαδραστικά παιχνίδια, τα διαδραστικά σχολικά εγχειρίδια για να κάνουν ομαδικά τις εργασίες στον πίνακα, αλλά και για τα πειράματα της φυσικής, όταν δεν υπάρχει ο κατάλληλος υλικοτεχνικός εξοπλισμός για πειράματα στο σχολείο.

Παρακάτω φαίνονται μερικά αποσπάσματα από τα λεγόμενά τους:

*Στη Γλώσσα κυρίως στις μικρές τάξεις, για να δείχνω βιντεάκια με κανόνες γραμματικής. Στην πρώτη πάρα πολύ για τα τραγουδάκια ή για να κάνουμε κάποιες ασκησούλες πιο διαδραστικά στον πίνακα. Α*

*Ναι, τον χρησιμοποιώ σε μαθήματα όπως τη Φυσική για να δείξω στους μαθητές τα πειράματα που λόγω έλλειψη των υλικών είναι δύσκολο να πραγματοποιηθούν στην αίθουσα. Φ*

*Χρησιμοποιώ τον υπολογιστή στην τάξη μου σχεδόν σε όλα τα μαθήματα, συνήθως προβάλλοντας εκπαιδευτικό υλικό στον πίνακα. Σ*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*Στη Γλώσσα και στα Μαθηματικά σε καθημερινή βάση και συμπληρωματικά στην Ιστορία, στη Μελέτη Περιβάλλοντος και στην Ευέλικτη Ζώνη ή σε project, που υλοποιώ στην τάξη με τους μαθητές μου. **K***

*Αρκετά, σε όλα τα μαθήματα... Συγκεκριμένα, στη Γλώσσα βρίσκουμε πληροφορίες για κάποιον συγγραφέα ή προβάλλουμε κάποιο βίντεο που αφορά κάποιο γραμματικό **M***

### **5.2.2 Ανάλυση προγράμματος Αγωγής Υγείας**

Οι περισσότερες συνεντευξιαζόμενες (4 από τις 5) ανέφεραν ότι έχουν αναλάβει στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης, πρόγραμμα Αγωγής Υγείας. Οι περισσότερες σχετικά με θέματα διατροφής και δύο από αυτές έχουν αναλάβει και προγράμματα ψυχικής υγείας. Φαίνονται στη συνέχεια μερικές αναφορές:

*Ναι, το ένα ήταν ψυχικής υγείας **A***

*έχω κάνει μια δυο φορές για τη διατροφή αλλά χωρίς ιδιαίτερη επιτυχία. **A***

*Όχι, δεν έχω αναλάβει κάποιο πρόγραμμα. **Φ***

*Ναι, έχω αναλάβει προγράμματα Αγωγής Υγείας που σχετίζονται κυρίως με την ψυχική υγεία.*

**Σ**

*Ναι, πολλές φορές. **K***

*Ναι, έχω αναλάβει. **M***

### 5.2.3 Ευκολία εξεύρεσης κατάλληλου υλικού για το πρόγραμμα Αγωγής Υγείας

Μια από τις τέσσερις εκπαιδευτικούς δεν αντιμετώπισε δυσκολίες στην εξεύρεση κατάλληλου εκπαιδευτικού υλικού ενώ οι τρεις από τις εκπαιδευτικούς που δίδαξαν το συγκεκριμένο μάθημα είπαν ότι αντιμετώπισαν δυσκολίες στην εξεύρεση κατάλληλου υλικού, παρόλο που υπάρχει αρκετό υλικό στο διαδίκτυο. Η αναζήτηση ήταν μια χρονοβόρα διαδικασία.

Συγκεκριμένα αναφέρουν:

*Εγώ που έχω ψάξει κυρίως για διατροφή, υπάρχει πολύ υλικό αλλά δεν θεωρώ ότι είναι... Α εγώ δεν βρήκα κάτι που να με ικανοποιεί ιδιαίτερα ενώ υπάρχει αρκετό υλικό στο ίντερνετ σχετικά. Α*

*Η εύρεση υλικού ήταν αρκετά χρονοβόρα διαδικασία. Σ*

*Χρειάζονταν πολύ έρευνα, για να βρω το κατάλληλο υλικό, που να ταιριάζει με την τάξη και το επίπεδο γνώσεων των μαθητών μου. Κ*

*Ναι, ήταν αρκετά εύκολο να βρω κατάλληλο υλικό. Μ*

## 5.3 Αξιολόγηση ως προς την επάρκεια του υλικού

Και οι πέντε εκπαιδευτικοί θεωρούν το αξιολογούμενο υλικό ως επαρκές γενικά, επειδή βοηθά στην απόκτηση γνώσεων σχετικά με την παχυσαρκία, την υγιεινή διατροφή και τη σωματική άσκηση. Γίνεται χρήση πολυμορφικού διαδραστικού υλικού, όπως κείμενα, ασκήσεις, βίντεο, διάλογοι μεταξύ των ηρώων(κόμικς), γεγονός που το κάνει ευέλικτο και βοηθάει στο να ανταποκριθεί σε κάθε στυλ μάθησης. Το εκπαιδευτικό υλικό θεωρούν ότι επιτελεί τους σκοπού και τους στόχους για τους οποίους έχει παραχθεί. Οι εκπαιδευτικοί



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

πιστεύουν ότι είναι ένα σύγχρονο και ενημερωμένο εκπαιδευτικό υλικό, το οποίο με διαθεματικό τρόπο διαπραγματεύεται ρεαλιστικές και αυθεντικές καταστάσεις. Το εκπαιδευτικό υλικό αναφέρουν καλλιεργεί την κριτική σκέψη και παρέχει διαφορετικούς τρόπους επίλυσης προβλημάτων. Επιπρόσθετα δίνει τη δυνατότητα στον εκπαιδευόμενο να επικοινωνήσει με τον εκπαιδευτικό. Παρακάτω παρουσιάζονται τα σχόλιά τους αναλυτικά.

### 5.3.1 Κάλυψη επιδιωκόμενων σκοπών και στόχων

Οι εκπαιδευτικοί θεωρούν ότι καλύπτονται σε πολύ ικανοποιητικό επίπεδο οι σκοποί και οι στόχοι που τίθενται.

Συγκεκριμένα αναφέρουν:

*Σε πολύ καλό βαθμό! Τους καλύπτει, ναι. Α*

*Το υλικό καλύπτει τους στόχους στον μέγιστο βαθμό. Φ*

*Σε πολύ ικανοποιητικό βαθμό, καθώς διατυπώνεται με σαφήνεια ο σκοπός της κάθε διδακτικής ενότητας, όπως και τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα. Σ*

*Θεωρώ ότι σε πολύ ικανοποιητικό βαθμό το υλικό καλύπτει τους επιδιωκόμενους στόχους. Κ*

*Το εκπαιδευτικό υλικό καλύπτει αρκετά τους επιδιωκόμενους σκοπούς και στόχους. Χ*

### 5.3.2 Διαπραγμάτευση αυθεντικών-ρεαλιστικών καταστάσεων

Και οι πέντε εκπαιδευτικοί απαντούν ότι το υλικό ασχολείται με πραγματικές – ρεαλιστικές καταστάσεις που πηγάζουν από την καθημερινότητα, για αυτό το λόγο όπως αναφέρουν είναι και ενδιαφέρον το παρόν εκπαιδευτικό υλικό. Τονίζουν ότι το πρόβλημα της παχυσαρκίας είναι ένα σημαντικό πρόβλημα της εποχής μας και αυτό κάνει το εκπαιδευτικό μας υλικό απαραίτητο για τα σύγχρονα παιδιά.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Στον τομέα αυτών πήραμε απαντήσεις από δύο ερωτήσεις η μία ήταν, αν το υλικό διαπραγματεύεται ρεαλιστικές – αυθεντικές καταστάσεις και η άλλη αν το Εκπαιδευτικό Υλικό σχετίζεται με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών.

Παραθέτουμε τις αναφορές των εκπαιδευτικών:

*Ναι! Α*

*Ναι, ειδικά εδώ, ναι, έχουμε μεγάλο δείκτη παχυσαρκίας. Α*

*Είναι σα να έχει κάνει το καλύτερο δυνατό για την παχυσαρκία. Α*

*Ναι, το υλικό βασίζεται σε πραγματικές καταστάσεις γι' αυτό και είναι ενδιαφέρον. Φ*

*Το υλικό βασίζεται σε πραγματικές καταστάσεις που τα περισσότερα παιδιά έχουν βιώσει. Φ*

*Ναι, διαπραγματεύεται καταστάσεις που είναι ρεαλιστικές για τους εκπαιδευόμενους. Σ*

*Σχετίζεται άμεσα με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών. Σ*

*Ναι, οπωσδήποτε οι συνθήκες και οι καταστάσεις που διαπραγματεύεται είναι απολύτως ρεαλιστικές, όλα αυτά τα βλέπουμε να συμβαίνουν στις τάξεις και τα σπίτια μας. Κ*

*Οπωσδήποτε είναι άμεσα συνδεδεμένο με τις εμπειρίες και αυτά που κάνουν τα παιδιά. Κ*

*Τις περισσότερες φορές διαπραγματεύεται ρεαλιστικές καταστάσεις. Μ*

*Σε πολύ μεγάλο βαθμό και μάλιστα είναι ένα υλικό που έχουν ανάγκη τα σύγχρονα παιδιά. Μ*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

### 5.3.3 Προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων

Οι ερωτηθείσες θεωρούν ότι έχει προσαρμοστεί και ανταποκρίνεται στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων γιατί όσα παρουσιάζονται στο υλικό είναι κοντά στις ανάγκες των παιδιών αυτής της ηλικίας. Μια εκπαιδευτικός επισήμανε ότι ανταποκρίνεται στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων και σε αυτό βοηθάει το γεγονός ότι είναι ελκυστικό, διαδραστικό αλλά και πολυαισθητηρικό.

Συγκεκριμένα, αναφέρουν:

*Ναι! Α*

*Ναι, είναι σε ικανοποιητικό βαθμό. Φ*

*Ανταποκρίνεται στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων, Σ  
καθώς είναι ελκυστικό, διαδραστικό και πολυαισθητηριακό Σ*

*Έχει προσαρμοστεί σίγουρα στις ανάγκες γενικά των παιδιών και φαντάζομαι, αν κρίνω από τους στόχους και τα επιδιωκόμενα μαθησιακά αποτελέσματα, και στις ανάγκες ειδικά των παιδιών της τάξης. Κ*

*Σε μεγάλο βαθμό είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων. Μ*

### 5.3.4 Χαρακτηρίζεται από ευελιξία

Όλες οι εκπαιδευτικοί δηλώνουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό χαρακτηρίζεται από ευελιξία για τον εκπαιδευόμενο, αλλά και για τον εκπαιδευτικό, όπως αναφέρει μια εκπαιδευτικός. Μια ακόμα εκπαιδευτικός επισημαίνει την ανάγκη γνώσης βασικών γνώσεων χρήσης ηλεκτρονικών υπολογιστών. Σχολιάζεται επίσης το γεγονός ότι το εκπαιδευτικό υλικό γίνεται ευέλικτο, εξαιτίας της διαίρεσης του σε μικρές και ευέλικτες ενότητες.

Θωρούν ότι υπάρχει το χαρακτηριστικό της ευελιξίας και της δυνατότητας επιλογής ανάμεσα σε ερωτήσεις ή δραστηριότητες



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*Ναι! Ναι! Μπορείς να πηγαίνεις μπρος πίσω... Α*

*Ναι, έχει ευελιξία. Α*

*Το υλικό είναι ευέλικτο αρκεί να έχουν τις βασικές γνώσεις στη χρήση υπολογιστών. Φ*

*Ναι, καθώς το εκπαιδευτικό υλικό είναι διαιρεμένο σε μικρές και ευέλικτες ενότητες και παρέχει τη δυνατότητα στον εκπαιδευόμενο να το μελετήσει σε χώρο και χρόνο της επιλογής του. Σ*

*Ναι, θεωρώ πως είναι αρκετά ευέλικτο, ώστε να προσαρμόζεται ανάλογα στις ειδικές ανάγκες των μαθητών και σε αυτό που ο κάθε εκπαιδευτικός θέλει να επιτύχει. Κ*

*Ναι, πιστεύω ότι είναι πολύ ευέλικτο Μ*

### **5.3.5 Διαθεματική προσέγγιση**

Οι τέσσερις από τις πέντε ερωτηθείσες καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι υπάρχει διαθεματική προσέγγιση στο υλικό και ότι συνδυάζονται γνώσεις από διαφορετικές επιστημονικές πλευρές και μαθημάτων όπως, η Γλώσσα, η Πληροφορική, η Φυσική. Μονάχα η μία ερωτηθείσα δήλωσε ότι δεν το πρόσεξε και δεν απάντησε ούτε θετικά ούτε αρνητικά.

*Αυτό δεν το παρατήρησα ιδιαίτερα στο υλικό Α*

*Συνδυάζονται γνώσεις από διάφορες θεματικές περιοχές, της Γλώσσας της Πληροφορικής καθώς και της Φυσικής. Φ*

*Υπάρχει σε ικανοποιητικό βαθμό συνδυασμός γνώσεων από διαφορετικές επιστημονικές*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*περιοχές. Σ*

*Ναι, χαρακτηρίζεται από διαθεματικότητα. Κ*

*Ναι, υπάρχει διαθεματική προσέγγιση. Χ*

### **5.3.6 Επιβράβευση σωστών απαντήσεων- λύσεων**

Όλες οι συμμετέχουσες συμφωνούν ότι ο μαθητής επιβραβεύεται όταν δίνει σωστές απαντήσεις στις ερωτήσεις και ότι γενικά υπάρχει ανατροφοδότηση στις δραστηριότητες. Παρακάτω παρατίθενται οι δηλώσεις τους:

*Ναι! Α*

*Στο τέλος κάθε δραστηριότητας ο μαθητής βλέπει πόσες ήταν οι σωστές απαντήσεις Φ*

*Ναι, καθώς παρέχεται ανατροφοδότηση. Σ*

*Υπάρχει επιβράβευση. Κ*

*Φυσικά και επιβραβεύεται ο μαθητής σε κάθε δραστηριότητα. Μ*

### **5.3.7 Αλληλεπίδραση εκπαιδευτικού και εκπαιδευόμενου**

Οι ερωτηθείσες απαντούν ότι παρέχεται η δυνατότητα αλληλεπίδρασης ανάμεσα σε εκπαιδευτικό και εκπαιδευόμενο, τηλεφωνικά, με e-mail ακόμα και με το padlet. Μια συνάδελφος θεωρεί ότι η αλληλεπίδραση πραγματοποιείται και μέσα από τις επιβραβεύσεις που υπάρχουν στο τέλος της κάθε δραστηριότητας.

Ακολουθούν οι απόψεις των εκπαιδευτικών:

*Δίνει τη δυνατότητα επικοινωνίας με τον εκπαιδευτικό, αλλά όπως γίνεται στην εξ*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕζΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*αποστάσεως την ασύγχρονη, αυτή τη δυνατότητα τη δίνει. Εντάζει! Ναι **A***

*Η αλληλεπίδραση πραγματοποιείται με την επιβράβευση που δέχεται ο μαθητής στο τέλος κάθε δραστηριότητας. **Φ***

*Ναι μέσα από διαδραστικές δραστηριότητες, όπως το *radlet*. **Σ***

*Στα πλαίσια που αυτό επιτρέπεται, νομίζω ότι υπάρχει μία μορφή αλληλεπίδρασης ανάμεσα στον δάσκαλο και τον εκπαιδευόμενο. **K***

*Σε πολύ μεγάλο βαθμό, αφού το δίνει και τη δυνατότητα να επικοινωνήσει μαζί του τηλεφωνικά ή με *email*. **M***

### **5.3.8 Σύγχρονο και ενημερωμένο**

Οι συμμετέχουσες συμφωνούν ότι το εκπαιδευτικό υλικό είναι σύγχρονο και ενημερωμένο. Αναφέρουν επίσης ότι έχει αναπτυχθεί επαρκώς και με σαφήνεια, καθώς τα δεδομένα του είναι επιστημονικά και οι πληροφορίες του προέρχονται από παγκόσμιους οργανισμούς και πρόσφατες μελέτες. Μια εκπαιδευτικός αναφέρει ότι μόνο ένα εκπαιδευτικό βίντεο δεν είναι από αισθητικής άποψης σύγχρονο, αλλά τα δεδομένα του και ο τρόπος που μεταφέρονται οι πληροφορίες είναι τέλεια και ωραία.

Παρακάτω παρατίθενται οι απόψεις των εκπαιδευτικών:

*Ναι, είναι σύγχρονο και ενημερωμένο. **A***

*Ναι, είναι! **A***

*Μόνο ενώ είναι σύγχρονο, πώς να το πω αυτά που λέει είναι επικαιροποιημένα, το μόνο είναι ότι από άποψης αισθητικής το ένα βίντεο ενώ αυτά που λέει είναι τέλεια και ωραία δεμένο με τις ερωτήσεις που μπαίνουν, το βίντεο από την εκπαιδευτική τηλεόραση αισθητικά φαίνεται*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*ότι είναι παλιό, αλλά είναι δύσκολο να βρεις κάτι πιο καινούριο φαντάζομαι που να βολεύει.*

**A**

*Γενικά όμως...ναι είναι σύγχρονο και ενημερωμένο. A*

*Τα στοιχεία που παρουσιάζονται είναι σύγχρονα καθώς προέρχονται από σχετικά πρόσφατες μελέτες. Φ*

*Ναι, καθώς το γνωστικό αντικείμενο του έχει αναπτυχθεί επαρκώς, καθώς διαθέτει περιεκτικότητα, ποικιλία περιεχομένου και επιστημονικότητα. Σ*

*Ναι, σίγουρα είναι σύγχρονο και ενημερωμένο από παγκόσμιους οργανισμούς και στατιστικές και αναφέρεται σε πραγματικά δεδομένα. K*

*Θεωρώ ότι είναι απόλυτα σύγχρονο και ενημερωμένο εκπαιδευτικό υλικό. M*

### **5.3.9 Ανταπόκριση στο στυλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων**

Όλοι οι εκπαιδευτικοί συμφωνούν στο ότι το εκπαιδευτικό υλικό ανταποκρίνεται σε κάθε στυλ και ρυθμό μάθησης, μιας και παρέχει στον εκπαιδευόμενο τη δυνατότητα επιλογής του χρόνου, του χώρου, αλλά και του ρυθμού μελέτης του. Η ποικιλία των δραστηριοτήτων ενισχύει τον τομέα αυτό.

Παρακάτω φαίνονται οι αναφορές των εκπαιδευτικών:

*Σε κάποιο βαθμό θα μπορούσες να πεις ναι, με την έννοια ότι έχει και κάνα δυο παιχνιδάκια, να κάνουν το Padlet εκεί πέρα και το κρυπτόλεξο και αυτά, μπορεί αν κάποιος βαρεθεί να τα προσπεράσει και να πάει στα παιχνίδια ή να δει το βίντεο ή να μη δει το βίντεο και να δει τις διαφάνειες μετά που είναι το βίντεο σε τίτλους κάπως. A*

*Νομίζω ότι δίνει επιλογές για διαφορετικά στυλ μάθησης. A*



Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης

Ναι καθώς είναι εφικτό οι εκπαιδευόμενοι να κάνουν τις δραστηριότητες στον δικό τους χρόνο, όσες φορές θελήσουν. **Φ**

Καθοδηγεί συστηματικά τον εκπαιδευόμενο στη μελέτη του και παρέχει τη δυνατότητα της επιλογής του χρόνου, χώρου αλλά και του ρυθμού μελέτης του. **Σ**

Πιστεύω ότι μπορεί να προσαρμοστεί στο ρυθμό μάθησης κάθε μαθητή αλλά εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό και από τις επιλογές που θα κάνει ο δάσκαλος της τάξης κάθε φορά. **Κ**

Θεωρώ πως ναι, προσαρμόζεται στο κάθε στίλ και ρυθμό μάθησης. **Μ**

### 5.3.10 Διαφορετικοί τρόποι επίλυσης προβλημάτων

Οι ερωτηθείσες συμφωνούν στο γεγονός ότι το παρόν εκπαιδευτικό υλικό παρουσιάζει διαφορετικούς τρόπους επίλυσης των προβλημάτων και εναλλακτικές λύσεις. Ακολουθούν οι απόψεις των εκπαιδευτικών:

Ναι, ναι δίνει, ξεκάθαρα. **Α**

Παρουσιάζεται μια πληθώρα τρόπων επίλυσης και ο κάθε μαθητής μπορεί να επιλέξει τον τρόπο που επιθυμεί και του ταιριάζει για να εφαρμόσει. **Φ**

Αρκετά **Σ**

Ναι, παρέχει τρόπους επίλυσης προβλημάτων και εναλλακτικές λύσεις. **Κ**

Ναι, το συγκεκριμένο υλικό εμφανίζει αρκετούς εναλλακτικούς τρόπους για την επίλυση του προβλήματος της παιδικής παχυσαρκίας. **Μ**



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

### **5.3.11 Καλλιέργεια κριτικής σκέψης των μαθητών**

Η πλειοψηφία των εκπαιδευτικών, τέσσερις στις πέντε, κρίνουν ότι καλλιεργείται η κριτική σκέψη των μαθητών σε ικανοποιητικό επίπεδο, μέσα από τις δραστηριότητες και από τα βίντεο, τα οποία προβληματίζουν τον εκπαιδευόμενο και τον καλούν να λάβει αποφάσεις για τον τρόπο ζωής του. Η πέμπτη εκπαιδευτικός θεωρεί το εκπαιδευτικό υλικό περισσότερο πληροφοριακό και δεν ξέρει αν καλλιεργεί την κριτική σκέψη.

Παρουσιάζονται οι θέσεις των εκπαιδευτικών παρακάτω:

*Κοίτα το υλικό είναι πληροφοριακό και τους μαθαίνει κάποια πράγματα... τώρα για την κριτική σκέψη δεν ξέρω αν την καλλιεργεί **A***

*Φυσικά και καλλιεργείται η κριτική σκέψη των μαθητών καθώς καλούνται να αξιολογήσουν αυτά που βλέπουν και να αναλογιστούν αν ο τρόπος που οι ίδιοι τρέφονται είναι ο σωστός. **Φ***

*Ναι μέσα από τις δραστηριότητες. **Σ***

*Κοίτα, υπάρχουν αρκετές δραστηριότητες και βίντεο, που προβληματίζουν και υπό αυτή την έννοια ναι, καλλιεργεί την κριτική σκέψη των παιδιών. **K***

*Σε μεγάλο βαθμό πιστεύω ότι καλλιεργεί την κριτική σκέψη. **M***

### **5.3.12 Καλλιέργεια λήψης αποφάσεων**

Οι συμμετέχουσες κρίνουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων, μια και διαπραγματεύεται ένα θέμα το οποίο αφορά τη ζωή τους και με τη βοήθεια αυτού του εκπαιδευτικού υλικού μπορούν να υιοθετήσουν τον πιο ορθό τρόπο διατροφής για μια καλύτερη ζωή.

Παρατίθενται οι απόψεις τους:



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*Ναι, ως ένα βαθμό ίσως. Α*

*Ναι, το υλικό καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων καθώς οι μαθητές καλούνται να επιλέξουν την κατάλληλη λύση-μέθοδο και να την εφαρμόσουν για να υιοθετήσουν μια σωστή διατροφή. Φ*

*Αρκετά Σ*

*μέσα από όλα όσα δείχνει και διαπραγματεύεται σίγουρα καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων. Κ*

*Βεβαίως και καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων Μ*

## **5.4 Αξιολόγηση ως προς την ευχρηστία του υλικού**

Οι εκπαιδευτικοί θεωρούν ότι το εκπαιδευτικό υλικό εύχρηστο και γρήγορο και παρέχει τη δυνατότητα στον εκπαιδευόμενο να ελέγχει τις πληροφορίες, παρέχει επιπρόσθετα τη δυνατότητα για περαιτέρω διερεύνηση του θέματος. Το εκπαιδευτικό υλικό αλληλοεπιδρά με τον χρήστη, του παρέχει τις απαραίτητες συμβουλές, σχόλια και οδηγίες, όμως του παρέχει και τη δυνατότητα για αυτενέργεια και αυτονομία. Παρακάτω αναλύονται περισσότερο.

### **5.4.1 Έλεγχο της ροής των πληροφοριών**

Οι ερωτηθείσες απάντησαν ότι το εκπαιδευτικό υλικό δίνει τη δυνατότητα ελέγχου της ροής των πληροφοριών με μεγάλη ευκολία.

Παρακάτω φαίνονται οι παρατηρήσεις των εκπαιδευτικών:

*Ναι, ξεκάθαρα. Α*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*Ο χρήστης μπορεί να ελέγχει τη ροή των πληροφοριών καθώς ο ίδιος επιλέγει τον χρόνο εμφάνισης του υλικού. Φ*

*Ναι δίνεται η δυνατότητα μέσα από τον οδηγό πλοήγησης. Σ*

*Παρουσιάζει ευκολία ως προς αυτό. Κ*

*Σε αρκετά μεγάλο βαθμό δίνει τη δυνατότητα ο χρήστης να ελέγξει τις πληροφορίες και τη ροή τους. Μ*

#### **5.4.2 Αλληλεπίδραση χρήστη και υλικού**

Οι συνεντευξιαζόμενες θεωρούν ότι το εκπαιδευτικό υλικό αλληλοεπιδρά με τον εκπαιδευόμενο μέσα από τις διαδραστικές δραστηριότητες του, καθώς και από τον πολυαισθητηριακό του χαρακτήρα.

Τα λόγια τους είναι τα εξής στον συγκεκριμένο τομέα:

*Ναι Α*

*Ναι, υπάρχει αλληλεπίδραση μέσα από τις διαδραστικές δραστηριότητες. Φ*

*Το εκπαιδευτικό υλικό αλληλοεπιδρά με το χρήστη καθώς είναι διαδραστικό και πολυαισθητηριακό. Σ*

*Ναι, θεωρώ ότι είναι πολύ καλά οργανωμένο σε αυτό το σημείο. Κ*

*Σε πάρα πολλά σημεία της διδασκαλίας υπάρχει αλληλεπίδραση με το χρήστη Μ*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

#### **5.4.3 Προώθηση αυτενέργειας και αυτονομίας των χρηστών**

Όλες οι συμμετέχουσες πιστεύουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό προάγει την αυτενέργεια και την αυτονομία των εκπαιδευόμενων. Ο εκπαιδευόμενος φτάνει στην αυτομάθηση επιλέγοντας τον χώρο, τον χρόνο, τον ρυθμό αλλά και τον τρόπο μελέτης του εκπαιδευτικού υλικού. Επιπρόσθετα του δίνεται η δυνατότητα να επιλέξει πόσες και ποιες δραστηριότητες θα πραγματοποιήσει.

Συγκεκριμένα αναφέρουν:

*Ναι* **A**

*Ναι, προάγεται η αυτενέργεια και η αυτονομία των χρηστών σε μεγάλο βαθμό.* **Φ**

*Προάγει την αυτονομία των χρηστών μέσα από διαδικασίες αυτομάθησης.* **Σ**

*Φυσικά, αφού οι χρήστες έχουν το ελεύθερο να κάνουν όσες δραστηριότητες θέλουν, όσες φορές θέλουν και στο χρόνο που διαθέτουν.* **K**

*Βεβαίως και προάγει την αυτενέργεια και την αυτονομία των μαθητών.* **M**

#### **5.4.4 Περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος**

Οι εκπαιδευτικοί συμφωνούν ότι το εκπαιδευτικό υλικό παρέχει τη δυνατότητα στο εκπαιδευόμενο που το επιθυμεί να διερευνήσει περαιτέρω το θέμα και να ενημερωθεί επιπλέον για το θέμα που διαπραγματεύεται.

Τα λεγόμενά τους παρατίθενται παρακάτω:

*Τους ενημερώνει σίγουρα* **A**

*Ναι, για αυτόν που θέλει σίγουρα, έχει στο τέλος και τις παραπομπές.* **A**



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*Παρέχονται οι κατάλληλες οδηγίες και πληροφορίες για επιπλέον ενημέρωση. Φ*

*Καθοδηγεί τον εκπαιδευόμενο ώστε να διευρύνει το θέμα, μέσα από υπερσυνδέσμους, παραδείγματα, επιπρόσθετο υλικό. Σ*

*Κοίτα, αυτό πιστεύω ότι εξαρτάται περισσότερο από το κάθε παιδί και την οικογένειά του, ωστόσο για κάποιον, που θέλει να το ψάξει λίγο περισσότερο, παρέχει τέτοιες ευκαιρίες. Κ*

*Μέσα από την πλούσια βιβλιογραφία που διατίθεται και βέβαια επιτυγχάνεται η περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση πάνω στο συγκεκριμένο θέμα. Χ*

#### **5.4.5 Είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό**

Οι εκπαιδευτικοί κρίνουν το εκπαιδευτικό υλικό ως εύχρηστο και γρήγορο ως προς τον χειρισμό του. Σε αυτό σύμφωνα με τις δηλώσεις μίας από τις συνεντευξιζουσες βοηθούν και τα σύμβολα της πλοήγησης.

Συγκεκριμένα αναφέρουν:

*Ναι Α*

*Ναι, είναι εύχρηστο μιας και διαθέτει τα κατάλληλα σύμβολα για την πλοήγηση. Φ*

*Ναι είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό του και την πλοήγηση του Σ*

*Ναι, είναι πολύ εύκολη η πλοήγηση και ο χειρισμός. Κ*

*Ναι, πολύ εύκολο!! Μ*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

#### **5.4.6 Παροχή συμβουλών, σχολίων και οδηγιών**

Οι ερωτηθείσες απάντησαν ότι το εκπαιδευτικό είναι υποστηρικτικό καθώς περιλαμβάνει όλες τις απαραίτητες οδηγίες, συμβουλές, σχόλια και παραδείγματα. Ο μαθητής με την βοήθεια τους μπορεί να πραγματοποιήσει κάθε δραστηριότητα μόνος και αυτό το γεγονός επιπρόσθετα τον εμπυγχώνει να συνεχίσει τη μελέτη του, όπως χαρακτηριστικά αναφέρει μια από τις ερωτηθείσες.

Οι γνώμες τους παρατίθενται εδώ:

*Ναι! Ναι! Α*

*Το υλικό περιλαμβάνει όλες τις απαραίτητες οδηγίες ώστε οι χρήστες να μπορούν να αξιοποιήσουν όλες τις ενέργειες που περιέχει. Φ*

*Είναι υποστηρικτικό προς τον χρήστη, καθώς παρέχει αρκετές συμβουλές, παραδείγματα και συμβουλές και τον εμπυγχώνει να συνεχίσει. Σ*

*Και πάλι θα πω ότι τόσο τα σχόλια, όσο και οι οδηγίες είναι προσαρμοσμένες στο να μπορεί ο μαθητής μόνος του να δουλέψει με το υλικό αυτό. Κ*

*Βοηθάει πολύ το μαθητή με τις συμβουλές, τα σχόλια και τις οδηγίες για τις ενέργειες που πρέπει να πραγματοποιήσει σε κάθε δραστηριότητα Μ*

#### **5.5 Αξιολόγηση ως προς τη δομή και παρουσίαση του υλικού**

Οι εκπαιδευτικοί κρίνουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό είναι πολύ καλό ως προς τη δομή και το περιεχόμενο, με καλή αισθητική και εμφάνιση, προσελκύει το ενδιαφέρον των εκπαιδευόμενων και δημιουργεί ευχάριστη και θετική διάθεση στο μαθητή που τον βοηθάει να συνεχίσει τη μελέτη του. Είναι ένα εκπαιδευτικό υλικό εύκολο στην κατανόηση και μελέτη του και προσαρμοσμένο στην ηλικία και το μαθησιακό επίπεδο των μαθητών της γ'



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

και δ' δημοτικού, στους οποίους απευθύνεται. Επιπρόσθετα έχει ορθή δομή και οργάνωση και είναι απαλλαγμένο από ορθογραφικά και συντακτικά λάθη.

### **5.5.1 Προσέλκυση ενδιαφέροντος των μαθητών**

Οι συμμετέχουσες κρίνουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό είναι ελκυστικό και ενδιαφέρον και ότι προσελκύει το ενδιαφέρον των εκπαιδευόμενων με τις εικόνες, τα βίντεο, τα χρώματα και τα παιχνίδια.

Οι κριτικές τους παρατίθενται εδώ:

*Ναι, το προσελκύει, όσο το δυνατόν. Α*

*Το υλικό περιέχει εικόνες, βίντεο, παιχνίδια που προσελκύουν το ενδιαφέρον των μαθητών σε μεγάλο βαθμό. Φ*

*Πιστεύω πως είναι ελκυστικό προς τους μαθητές καθώς έχει αρκετές εικόνες, χρώματα, παιχνίδια. Σ*

*Προσελκύει πολύ το ενδιαφέρον με τα χρώματα, τις εικόνες, τα βίντεο, γενικά είναι πολύ ελκυστικό. Κ*

*Σε πολύ μεγάλο βαθμό προσελκύει το ενδιαφέρον των μαθητών. Μ*

### **5.5.2 Καλή εμφάνιση και αισθητική**

Οι συνεντευξιζόμενες πιστεύουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό διαθέτει καλή εμφάνιση και αισθητική. Μια εκπαιδευτικός αναφέρει, συγκεκριμένα, ότι η παρουσίαση γίνεται με ευχάριστο τρόπο, με ζωντανά χρώματα αλλά και μουσική.

Συγκεκριμένα αναφέρουν:



Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης

*Ναι, εντάξει. Α*

*Η παρουσίαση του υλικού γίνεται με ευχάριστο τρόπο, ζωντανά χρώματα και μουσική. Φ*

*Είναι καλαίσθητο. Σ*

*Σίγουρα, έχει και καλή εμφάνιση και υψηλή αισθητική. Κ*

*Ναι, διαθέτει πάρα πολύ καλή εμφάνιση αλλά και αισθητική. Μ*

### 5.5.3 Κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο

Οι ερωτηθείσες συγκλίνουν στην άποψη ότι το περιεχόμενο του εκπαιδευτικού υλικού είναι κατανοητό και εύληπτο, απλή γλώσσα γραφής και φιλικό ύφος κατάλληλα για την ηλικία στην οποία απευθύνεται.

Συγκεκριμένα αναφέρουν:

*Ναι Α*

*Ναι, το περιεχόμενο είναι κατανοητό. Φ*

*Η γλώσσα γραφής είναι απλή και κατανοητή και διαθέτει φιλικό ύφος. Σ*

*Ναι, είναι απολύτως κατανοητό και εύληπτο. Κ*

*Για την ηλικία που απευθύνεται, βέβαια και διαθέτει κατανοητό περιεχόμενο και λεξιλόγιο.*

**Μ**



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕζΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

#### **5.5.4 Μαθησιακό επίπεδο και ηλικία των παιδιών**

Όλες οι εκπαιδευτικοί συμφωνούν ότι το εκπαιδευτικό υλικό ανταποκρίνεται πλήρως στο μαθησιακό επίπεδο και την ηλικία των μαθητών για τους οποίους δημιουργήθηκε.

Οι εκπαιδευτικοί αναφέρουν συγκεκριμένα:

*Ναι Α*

*Το υλικό είναι κατάλληλο για τους μαθητές της Γ' και Δ' τάξης. Φ*

*Ναι, ανταποκρίνεται πλήρως στο μαθησιακό επίπεδο και στην ηλικία. Σ*

*Πιστεύω πως ναι, ανάλογα βέβαια και με το επίπεδο της συγκεκριμένης τάξης, αφού όλοι ξέρουμε πως κάθε τάξη έχει και τα δικά της ιδιαίτερα χαρακτηριστικά. Κ*

*Ναι, ανταποκρίνεται απόλυτα στο μαθησιακό επίπεδο και την ηλικία των μαθητών της γ' και δ' δημοτικού. Χ*

#### **5.5.5 Δημιουργία θετικής και ευχάριστης διάθεσης στο μαθητή για να συνεχίσει**

Οι ερωτηθείσες πιστεύουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό δημιουργεί ευχάριστη διάθεση στο μαθητή γεγονός που τον παρακινεί να συνεχίσει τη μελέτη του. Οι διάλογοι των ηρώων που υπάρχουν το κάνουν πιο ευχάριστο. Δημιουργεί μια θετική αίσθηση, παρόλο που διαπραγματεύεται ένα δυσάρεστο θέμα, αυτό της παχυσαρκίας, όπως χαρακτηριστικά αναφέρει μία εκπαιδευτικός.

Οι γνώμες τους παρατίθενται παρακάτω:

*Ναι, δημιουργεί ευχάριστη διάθεση στο μαθητή, γεγονός που τον κάνει να θέλει να συνεχίσει τη μελέτη του. Με τους διαλόγους των ηρώων γίνεται πιο ευχάριστο. Α*



Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης

*Φυσικά! Το υλικό που περιλαμβάνει παρακινεί τους μαθητές να συνεχίσουν. Φ*

*Ναι και εμπυχώνει το χρήστη να συνεχίσει. Σ*

*Ναι, είναι πολύ ευχάριστο κατά την περιήγηση του και δημιουργεί μια θετική αίσθηση καθώς το χρησιμοποιείς, παρόλο που κάποιες φορές διαπραγματεύεται δυσάρεστα πράγματα. Κ*

*Ναι, δημιουργεί!!! Μ*

#### **5.5.6 Δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου**

Οι συνεντευξιαζόμενες είναι ικανοποιημένες από το εκπαιδευτικό υλικό σχετικά με τη δομή και την οργάνωση του. Θεωρούν ότι το εκπαιδευτικό υλικό έχει ολοκληρωμένη οργάνωση, συνοχή στη δομή και αλληλουχία στο περιεχόμενο. Ότι είναι ένα εκπαιδευτικό υλικό με αρχή, μέση και τέλος.

Οι αναφορές τους παρατίθενται παρακάτω:

*Ναι, έχει οργάνωση και αλληλουχία. Με αρχή, μέση και τέλος. Α*

*Είναι ολοκληρωμένο και κατάλληλα δομημένο με συνοχή. Φ*

*Ναι έχει ολοκληρωμένη δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου. Σ*

*Είμαι πολύ ευχαριστημένη τόσο από τη δομή, όσο και από την οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου. Κ*

*Οπότε, θεωρώ ότι μια χαρά έχει αξιοποιηθεί το υλικό. Κ*

*Έχει και δομή και οργάνωση και αλληλουχία περιεχομένου Μ*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

### **5.5.7 Ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη**

Οι εκπαιδευτικοί συμφωνούν ότι πρόκειται για ένα ορθογραφημένο εκπαιδευτικό υλικό, χωρίς γραμματικά και συντακτικά λάθη.

Συγκεκριμένα αναφέρουν:

*Ναι, δε βρήκα κάποιο Α*

*Πρόκειται για ένα σωστά ορθογραφημένο υλικό χωρίς γραμματικό-συντακτικά λάθη. Φ*

*Ναι είναι. Σ*

*Δεν εντόπισα κάτι συγκεκριμένο. Κ*

*Νομίζω πως, ναι. Μ*

### **5.5.8 Ευανάγνωστα κείμενα**

Όλες οι συνεντευξιαζόμενες κρίνουν τα κείμενα ευανάγνωστα και περιεκτικά επίσης. Μία εκπαιδευτικός σχολιάζει επίσης την γλώσσα και το ύφος γραφής, αλλά και το γεγονός ότι τα διδακτικά κείμενα είναι διαιρεμένα σε μικρές και ευέλικτες ενότητες. Επιπρόσθετα μια άλλη εκπαιδευτικός αναφέρει ότι τα κείμενα είναι τόσο ευανάγνωστα που το υλικό είναι κατάλληλο ακόμα και για παιδιά που δυσκολεύονται με την ανάγνωση

Οι εκπαιδευτικοί ανέφεραν συγκεκριμένα τα εξής:

*Ναι! Α*

*Τα κείμενα του είναι ευανάγνωστα και περιεκτικά. Φ*

*Είναι καθώς η γλώσσα γραφής είναι απλή και κατανοητή και τα διδακτικά κείμενα είναι*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*διαιρεμένα σε μικρές και ευέλικτες ενότητες. Σ*

*Ναι είναι πολύ ευανάγνωστα, πιστεύω ακόμα και για παιδιά που δυσκολεύονται στην ανάγνωση. Κ*

*Ναι. Μ*

## **5.6 Προτάσεις βελτίωσης**

Η συνεντεύξεις των εκπαιδευτικών ολοκληρώνονται τις προτάσεις για βελτίωση του εκπαιδευτικού υλικού. Στο τομέα αυτό οι εκπαιδευτικοί αναφέρουν αν και με ποιο τρόπο θα έκαναν χρήση του συγκεκριμένου εκπαιδευτικού υλικού στην τάξη τους. Επιπρόσθετα αναλύουν τα δυνατά σημεία του καθώς και τα σημεία του εκπαιδευτικού υλικού που χρήζουν βελτίωσης.

### **5.6.1 Εκπαιδευτική χρήση του υλικού από τις συμμετέχουσες στην έρευνα**

Όλες οι εκπαιδευτικοί θα χρησιμοποιούσαν το εκπαιδευτικό υλικό στην πλειοψηφία τους μάλιστα θα κατά αποκλειστικότητα, δύο εκπαιδευτικοί μόνο θα το συμπλήρωναν αν το χρησιμοποιούσαν σε δια ζώσης μαθήματα σε συνδυασμό είτε από επιπλέον έντυπο υλικό είτε με συμπληρωματικές ομαδικές δραστηριότητες.

Πιο αναλυτικά αναφέρουν:

*Ναι, θα το χρησιμοποιούσα, γιατί είναι... έτσι πολύ... είναι... το θέμα του το αντιμετωπίζει στοχευμένα και ολοκληρωμένα. Α*

*Ναι, θα το χρησιμοποιούσα έτσι όπως παρουσιάζεται Φ*

*Θα το χρησιμοποιούσα κατά αποκλειστικότητα στην εξ αποστάσεως διδασκαλία. Στην δια ζώσης ίσως να το συμπλήρωνα με κάποιες ομαδικές δραστηριότητες. Σ*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*Οπωσδήποτε και θα το χρησιμοποιούσα, διότι είναι ένα πρωτότυπο υλικό, που σίγουρα θα προκαλέσει το ενδιαφέρον των μαθητών μου. **K***

*Κοίτα, επειδή έχω κάνει πάρα πολλές φορές προγράμματα Διατροφής, θα το χρησιμοποιούσα σε συνδυασμό με άλλο έντυπο υλικό, που έχω. **K***

*Θα το χρησιμοποιούσα κατά αποκλειστικότητα, σίγουρα όμως μέσα στην τάξη και όχι ατομικά ο κάθε μαθητής. **M***

### **5.6.2 Γενική εικόνα – Δυνατά σημεία**

Οι εκπαιδευτικοί εντόπισαν αρκετά δυνατά σημεία στο εκπαιδευτικό υλικό. Δυνατά σημεία που σχετίζονται κυρίως με τις διαδραστικές δραστηριότητες, οι οποίες οδηγούν τους μαθητές στην αυτόνομη μάθηση, ανατροφοδοτώντας σε καθεμία δραστηριότητα ξεχωριστά. Τους εντυπωσίασαν τα διαδραστικά βίντεο με τις ερωτήσεις.

Επίσης ένα από τα δυνατά σημεία που ανέφεραν είναι η οργάνωση και η πληρότητα του υλικού, αλλά και το ευχάριστο περιβάλλον, με τα χρώματα, τη μουσική και το τραγούδι που ακούγεται. Μια εκπαιδευτικός σημειώνει μάλιστα ότι παρόλο που θέμα που διαπραγματεύεται το παρόν εκπαιδευτικό υλικό είναι ένα δυσάρεστο θέμα για ορισμένα παιδιά, με τις λύσεις που προτείνει το εκπαιδευτικό υλικό τελειώνει θετικά και ευχάριστα.

Παρακάτω φαίνονται οι παρατηρήσεις των εκπαιδευτικών:

*Μου άρεσε πολύ το βίντεο με τις ερωτήσεις, **A***

*θεωρώ ότι θα άρεσε πολύ στα παιδιά και τα παιχνίδια, **A***

*τα θεωρώ από το δυνατά του σημεία και θεωρώ ότι υπάρχει οργάνωση και μια πληρότητα ως προς το θέμα. **A***



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*Οι διαδραστικές δραστηριότητες μου άρεσαν περισσότερο, οι οποίες βρισκόταν στο κατάλληλο σημείο ώστε να κινητοποιεί τους μαθητές. **Φ***

*Το εκπαιδευτικό υλικό προάγει την αυτόνομη μελέτη του από τον εκπαιδευόμενο, περιέχοντας ασκήσεις αυτοαξιολόγησης με ανατροφοδότηση, διαδραστικά βίντεο και δραστηριότητες. **Σ***

*Μου άρεσαν γενικά τα πάντα, οι εικόνες, τα χρώματα, η μουσική, το τραγουδάκι που ακούγεται. **Κ***

*Μου άφησε μια ευχάριστη αίσθηση στο τέλος, παρόλο που διαπραγματεύεται ένα σχετικά δυσάρεστο θέμα, όπως αυτό της παχυσαρκίας και των προβλημάτων, που δημιουργεί. **Κ***

*Όμως δίνει λύσεις και προτείνει πολλά πράγματα για βελτίωση της κατάστασης, οπότε τελειώνει θετικά και ευχάριστα. **Κ***

*Μου άρεσαν πάρα πολύ οι ερωτήσεις κατά τη διάρκεια προβολής των βίντεο. **Μ***

*Το ευχάριστο δικτυακό περιβάλλον, καθώς και οι λύσεις που προτείνονται για την καθημερινή σωματική άσκηση! **Μ***

### **5.6.3 Προτάσεις βελτίωσης**

Δύο από τις εκπαιδευτικούς δεν θα άλλαζαν κάτι στο εκπαιδευτικό υλικό ενώ οι άλλες τρεις θα έκαναν μικρές αλλαγές, οι δύο σχετίζονται με την εμφάνιση και συγκεκριμένα η μία συνάδελφος θα ήθελα να αλλάξει το εκπαιδευτικό βίντεο, από την εκπαιδευτική τηλεόραση με τίτλο: «Παιδική παχυσαρκία», γιατί από άποψη γραφικών μοιάζει παλιό, παρόλο που οι πληροφορίες του και ο ρυθμός μετάδοσης τους είναι πολύ καλός. Η δεύτερη εκπαιδευτικός θα άλλαζε ίσως κάποιες εικόνες και αναφέρεται στα βελάκια πλοήγησης τα οποία στο τελικό παραδοτέο εκπαιδευτικό υλικό έχουν αλλάξει.

Και τέλος, η τρίτη συνάδελφος θα πρόσθετε αφήγηση στα κείμενα, ώστε να μην αντιμετωπίσουν δυσκολίες στη μελέτη τους οι μαθητές μαθησιακές δυσκολίες.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Παρακάτω φαίνονται οι προτεινόμενες βελτιώσεις των εκπαιδευτικών καθώς και η γνώμη των εκπαιδευτικών που θεωρούν το εκπαιδευτικό υλικό πλήρες:

*Θα έβρισκα ένα πιο μοντέρνο βίντεο... Α*

*Βελτιώσεις; Δεν ξέρω! Δεν ξέρω! Α*

*Θεωρώ πως το υλικό είναι ολοκληρωμένο και περιέχει όλα τα απαραίτητα στοιχεία που χρειάζονται ώστε οι μαθητές να κατανοήσουν βασικές έννοιες και να παρακινηθούν ώστε να αλλάξουν τρόπο ζωής. Φ*

*Το παρόν υλικό δεν χρήζει βελτίωσης. Είναι τέλειο! Σ*

*Αυτό που θα άλλαζα στο υλικό είναι ότι θα πρόσθετα αφήγηση στα κείμενα, διότι θεωρώ πολύ σημαντικό τα παιδιά, που δυσκολεύονται να διαβάσουν, να έχουν μια δίκαιη ευκαιρία σε σχέση με αυτά, που διαβάζουν άνετα. Κ*

*Ίσως θα άλλαζα εικόνες ή το μέγεθός τους σε κάποια σημεία. Μ*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **6. Συζήτηση – Συμπεράσματα**

Όσον αφορά την επάρκεια του υλικού, οι γνώμες των εκπαιδευτικών είναι πολύ θετικές. Δηλώνουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό διαπραγματεύεται αυθεντικές ρεαλιστικές καταστάσεις και καλύπτει το θέμα απόλυτα. Όπως αναφέρουν, οι μαθητές μέσα από τη μελέτη του εκπαιδευτικού υλικού υιοθετούν ορθούς τρόπους συμπεριφοράς σχετικά με την διατροφή και τη σωματική άσκηση, γεγονός το οποίο θα τα προστατεύσει από την παχυσαρκία. Επιπρόσθετα, αναφέρουν ότι είναι ένα εκπαιδευτικό υλικό το οποίο ανταποκρίνεται στις ανάγκες των παιδιών και είναι απαραίτητο για τους μαθητές της σύγχρονης εποχής, καθώς η παιδική παχυσαρκία αποτελεί ένα σοβαρό πρόβλημα.

Οι εκπαιδευτικοί συμφωνούν ότι οι επιδιωκόμενοι στόχοι επιτυγχάνονται σε μεγάλο βαθμό. Οι συμμετέχουσες διαπιστώνουν ότι το υλικό περιλαμβάνει αρκετές δραστηριότητες που καλλιεργούν την κριτική σκέψη και βοηθάει το μαθητή να καλλιεργήσει την ικανότητα λήψης αποφάσεων.

Το εκπαιδευτικό υλικό διαθέτει το γνώρισμα της ευελιξίας, αφού, όπως τονίζουν οι ερωτηθείσες, δίνει τη δυνατότητα στο εκπαιδευόμενο να μελετήσει το εκπαιδευτικό υλικό στο χώρο και το χρόνο που επιθυμεί και φυσικά με το ρυθμό μελέτης που ο ίδιος θα επιλέξει και επίσης έχει τη δυνατότητα να επαναλάβει τις δραστηριότητες. Για τον ίδιο λόγο αναφέρουν επίσης ότι το υλικό προσαρμόζεται στο κάθε στίλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων. Σε αυτό εξυπηρετεί και το γεγονός ότι πρόκειται για ένα πολυμεσικό, πολυμορφικό, διαδραστικό υλικό με ποικιλία δραστηριοτήτων. Δραστηριότητες στις οποίες οι μαθητές επιβραβεύονται, όταν δίνουν σωστές απαντήσεις και τους παρέχεται ανατροφοδότηση. Μια πρόταση που τέθηκε είναι να προστεθεί αφήγηση στο εκπαιδευτικό υλικό για να διευκολύνονται ακόμα περισσότερο οι ακουστικοί τύποι μαθητών, αλλά και οι μαθητές που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην ανάγνωση.

Οι εκπαιδευτικοί παρατηρούν ότι το υλικό συνδυάζει γνώσεις από διαφορετικές επιστημονικές περιοχές, καθώς πολλές από τις ασκήσεις εντάσσονται και σε άλλα μαθήματα, όπως Γλώσσα, Μελέτη Περιβάλλοντος, Φυσική, Ιστορία, Μαθηματικά, Πληροφορική. Άρα γίνεται διαθεματική προσέγγιση της γνώσης.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Ο εκπαιδευόμενος έχει τη δυνατότητα να αλληλεπιδράσει με τον εκπαιδευτικό μέσω τηλεφώνου, e-mail ή μέσω του chat. Ο εκπαιδευτικός δίνει οδηγίες, κατευθύνει και συντονίζει τους μαθητές στην όλη τους προσπάθεια.

Το περιεχόμενο του υλικού θεωρείται σύγχρονο και ενημερωμένο από τις ερωτηθείσες. Όπως δηλώνουν οι συνεντευξιαζόμενες, το εκπαιδευτικό υλικό δείχνει στους μαθητές πώς να επιλύουν προβλήματα της καθημερινής τους ζωής, προβλήματα που σχετίζονται με την ποιότητα ζωής τους. Και βοηθάει στην καλλιέργεια της κριτικής σκέψης μέσα από τις δραστηριότητες αλλά και το ίδιο το θέμα προκαλεί τους μαθητές να αξιολογήσουν αυτά τα οποία μαθαίνουν και να αναλογιστούν αν ο δικός τους τρόπος ζωής είναι ορθός και αν όχι ποιες αλλαγές θα πρέπει να πραγματοποιήσουν για να τον βελτιώσουν.

Οι εκπαιδευτικοί αποτιμούν με πολύ θετικές αναφορές την ευχρηστία του υλικού. Όπως αναφέρουν, οι χρήστες έχουν τον έλεγχο της ροής των πληροφοριών και μεταβαίνουν εύκολα από διαφάνεια σε διαφάνεια και από ενότητα σε ενότητα, ενώ μπορούν να μελετήσουν ξανά και ξανά το υλικό. Η αλληλοεπίδραση των εκπαιδευόμενων με το υλικό είναι πολύ ικανοποιητική, καθώς το εκπαιδευτικό υλικό δίνει ερέθισμα-δραστηριότητες που προκαλούν την αντίδραση των εκπαιδευόμενων και στη συνέχεια λαμβάνουν την ανάλογη ανατροφοδότηση.

Οι εκπαιδευόμενοι έχουν αυτονομία και το δικαίωμα αυτενέργειας. Έχουν το δικαίωμα να επιλέξουν οι ίδιοι τον ρυθμό μελέτης τους, τον χώρο και το χρόνο που θα μελετήσουν. Τους παρέχεται επιπρόσθετα εκπαιδευτικό υλικό για περαιτέρω διερεύνηση του θέματος, γεγονός που συμβάλει στην κινητοποίηση των μαθητών και από αυτή την ηλικία τους στρέφει στο «να μαθαίνουν μόνοι».

Οι ερωτηθείσες συμφωνούν ότι ο χειρισμός του υλικού γίνεται εύκολα και γρήγορα. Με τα κουμπιά πλοήγησης οι εκπαιδευόμενοι μπορεί να μετακινηθούν μέσα στο εκπαιδευτικό υλικό είτε αλλάζοντας μία μία τις σελίδες είτε μεταβαίνοντας αμέσως στην ενότητα που επιθυμούν. Οι μαθητές γνωρίζουν κάθε φορά σε ποιο σημείο του μαθήματος βρίσκονται.

Παρέχονται ακόμα τα απαραίτητα σχόλια, συμβουλές, οδηγίες και βοήθεια για την εκτέλεση των ενεργειών που ζητούνται από τον χρήστη, αλλά και το έγγραφο με τις αρχικές οδηγίες για την εγγραφή και εισαγωγή στο μάθημα.

Όσον αφορά τη δομή και παρουσίαση του υλικού, οι εκπαιδευτικοί έχουν επίσης πολύ θετικές απόψεις. Αναφέρουν ότι πρόκειται για ένα ελκυστικό, διαδραστικό, ενημερωτικό



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

εκπαιδευτικό υλικό που προκαλεί το ενδιαφέρον των εκπαιδευόμενων. Έχει ωραία εμφάνιση με χρώματα, εικόνες, μουσική, βίντεο και μια σταθερή, ομοιόμορφη δομή που διευκολύνει τη μελέτη. Απαλλαγμένο από ορθογραφικά, γραμματικά και συντακτικά λάθη με κείμενά ευανάγνωστα και ξεκάθαρα.

Είναι χωρισμένο σε τρεις ενότητες σωστά δομημένες με καλή οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου. Το περιεχόμενο που υλικού είναι κατανοητό και εύληπτο, όπως δηλώνουν οι εκπαιδευτικοί. Οι πληροφορίες παρέχονται με απλό κατανοητό τρόπο. Το εκπαιδευτικό υλικό είναι προσαρμοσμένο στο μαθησιακό επίπεδο και την ηλικία των μαθητών της γ' και της δ' τάξης του δημοτικού σχολείου. Το υλικό σχετίζεται με τα βιώματα και τις εμπειρίες των παιδιών.

Κατά τη χρήση του υλικού δημιουργείται θετική και ευχάριστη διάθεση στους χρήστες για να συνεχίσουν τη μελέτη του, όπως τονίζουν οι συμμετέχουσες. Τα κεφάλαια είναι μικρά, οι πληροφορίες δίνονται με ευχάριστο και εύκολο τρόπο, συνδυάζοντας εικόνα, κείμενο και βίντεο, υπάρχουν εναλλαγές ανάμεσα σε πληροφορίες και δραστηριότητες, ώστε να μη βαριούνται οι εκπαιδευόμενοι.

Μια μόνο εκπαιδευτικός έκρινε ότι θα ήταν καλύτερο αν θα μπορούσε το εκπαιδευτικό βίντεο της Εκπαιδευτική τηλεόραση, με τίτλο «Παιδική παχυσαρκία» να αντικατασταθεί από κάποιο πιο νέο από άποψη γραφικών γιατί ενώ είναι ένα αξιόλογο βίντεο με ορθές και σημαντικές πληροφορίες δίνει την αίσθηση του παλιού και έρχεται σε αντίθεση με την όλη αισθητική του εκπαιδευτικού υλικού που είναι μοντέρνο και ευχάριστο.

Οι εκπαιδευτικοί περιγράφουν τον τρόπο με τον οποίο θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν το υλικό στη διδασκαλία τους. Θα μπορούσε να εφαρμοστεί σαν συμπληρωματική σχολική εξ αποστάσεως εκπαίδευση στο σπίτι και στο σχολείο να γίνεται περαιτέρω συζήτηση και διερεύνηση του θέματος με τη μέθοδο της Ανεστραμμένης τάξης. Μπορεί να εφαρμοστεί δια ζώσης στο σχολείο στην αίθουσα υπολογιστών με τα παιδιά να δουλεύουν σε ατομικά ή σε ομάδες ή σαν παρουσίαση σε όλους τους μαθητές μαζί στην τάξη αν δεν υπάρχει εργαστήριο Η/Υ.

Οι εκπαιδευτικοί πιστεύουν ότι από τα δυνατά στοιχεία του εκπαιδευτικού υλικού, «Για μια καλύτερη ζωή, αλλάζω διατροφή» είναι η οργάνωση και η δομή του υλικού, καθώς και η επίτευξη των στόχων μέσα από δραστηριότητες που περιέχονται μέσα στο εκπαιδευτικό υλικό.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Τα στοιχεία που αναφέρθηκαν ότι άρεσαν περισσότερο στις εκπαιδευτικούς είναι οι διαδραστικές δραστηριότητες, οι οποίες κινητοποιούν τους μαθητές και τους ανατροφοδοτούν, στοιχεία που τους οδηγούν στην αυτόνομη μάθηση. Τα διαδραστικά βίντεο εντυπωσίασαν τις συμμετέχουσες και τα θεώρησαν από τα δυνατά σημεία του εκπαιδευτικού υλικού. Είναι στοιχεία τα με παιγνιώδη τρόπο οδηγούν τα παιδιά στη γνώση και κυρίως στην υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής.

Η εμφάνιση του εκπαιδευτικού υλικού κρίθηκε πολύ θετικά από τους εκπαιδευτικούς, το ευχάριστο περιβάλλον, με τα χρώματα και τη μουσική τους τράβηξε το ενδιαφέρον και θεωρούν ότι θα κεντρίσει και το ενδιαφέρον των μικρών μαθητών.

Και τέλος, οι εκπαιδευτικοί θεώρησαν πολύ καλή την επιλογή του συγκεκριμένου θέματος, για να διδαχθεί στα πλαίσια της Ευέλικτης ζώνης. Είναι ένα θέμα, όπως αναφέρουν, που απασχολεί την σύγχρονη κοινωνία και ένα θέμα που έχει επηρεάσει την καθημερινότητα, την υγεία και γενικά τη ζωή πολλών παιδιών. Και μάλιστα αναφέρουν ότι τα παιδιά ενημερώνονται για αυτό το τόσο κρίσιμο, ευαίσθητο και δύσκολο θέμα με έναν εύκολο και ευχάριστο τρόπο.

Δύο βελτιώσεις προτείνονται από τις συμμετέχουσες η μία είναι αυτή για το βίντεο που προαναφέραμε και η δεύτερη βελτίωση που προτείνει μία εκπαιδευτικός είναι ο εμπλουτισμός του εκπαιδευτικού υλικού με αφήγηση, ώστε και οι μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες να μπορέσουν να επωφεληθούν από το παρόν εκπαιδευτικό υλικό τα μέγιστα. Το εκπαιδευτικό υλικό αυτό εσκεμμένα, όμως δεν είχε αφήγηση γιατί σαν στόχο είχαμε να κινητοποιήσουμε ακόμα και τα παιδιά με δυσκολίες στην ανάγνωση να συμμετέχουν και να κάνουν ανάγνωση των κειμένων, για αυτό και τα κείμενα ήταν τόσο μικρά και επίσης είχαν την μορφή κόμικς, που τους παρέχει τη δυνατότητα να το δραματοποιήσουν με τη βοήθεια ενός προσώπου από το οικογενειακό τους περιβάλλον. Με τον τρόπο αυτό θα τα εμπνεύσουμε και θα τα ενεργοποιήσουμε να προσπαθήσουν να κάνουν ανάγνωση, θα είναι ένας ευχάριστος και εύκολος τρόπος εξάσκησης στην ανάγνωση μιας κι έχουν και αρκετό χρόνο να αλληλοεπιδράσουν με το εκπαιδευτικό υλικό.

Συμπερασματικά, οι εκπαιδευτικοί αναφέρουν ότι το εκπαιδευτικό υλικό είναι ένα πολύ καλό εκπαιδευτικό υλικό το οποίο θα χρησιμοποιούσαν και οι ίδιες στην τάξη τους, ο κάθε μια με τον δικό της διαφορετικό τρόπο.



Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης

## 7. Βιβλιογραφία

- Demiray, U., & Isman, A. (2001). *History of distance education*. Ανάκτηση από 9 Απριλίου 2020 <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/115681>
- Freebody, P. (2003). *Qualitative research in education: Interaction and practice*. London: Sage.
- Holmberg, B. (1977). *Distance Education: A Survey and Bibliography*.
- Holmberg, B. (1983). Guided didactic conversation in distance education. . Στο K. D. Sewart D., *Distance education: International perspectives* (σσ. 114-122). London: Croom Helm.
- Holmberg, B. (1995). *Theory and Practice of Distance Education*. Routledge.
- Keegan, D. (1988). On Defining distance education. Στο D. Sewart, D. Keegan, & B. Holmberg, *Distance education: International perspectives* (σσ. 6-33). New York: Routledge.
- Lionarakis, A. (1998). Polymorphic Education: A Pedagogical framework for open and distance learning. Στο Szucs A. & Wagner A., *Universities in a Digital Era – Transformation, Innovation and Tradition – Roles and Perspectives of Open and Distance Learning* (σσ. 499-505). European Distance Education Network, University of Bologna.
- Lionarakis, A. (1999). Distance, but not distant education – The first steps into the 21st century. Στο D. K. (Ed.), *Melanges – L' Enseignement a Distance a l' aube du troisieme millenaire* (σσ. 157 – 174). Centre National d' Enseignement a Distance – CNED.
- Perraton, H. (1988). A theory for distance education. In *Distance education: International perspectives* ed. D. Sewart, D. Keegan, and B. Holmberg. (σσ. 34-45). New York: Routledge.
- Race, P. ( 1999). *Το εγχειρίδιο της Ανοιχτής Εκπαίδευσης*. . Αθήνα: Μεταίχμιο.
- style, A. (2010). *δασδφασδ φασδφ ασδφ φ σδαα*. Ανάκτηση April 23, 2012, από <http://asdfs.gg.gsf>
- Βασάλα, Π. ( 2005). *Εξ Αποστάσεως Σχολική Εκπαίδευση*. Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.



Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης

- Βέργου, Μ., Κουτσούμπα, Μ., & Μουζάκης, Χ. (2016). *Η συμπληρωματική εξ αποστάσεως εκπαίδευση στη νηπιακή ηλικία μέσα από το παράδειγμα μιας έρευνας δράσης στη μουσειακή αγωγή*. Πάτρα.
- Δασκαλάκη, Μ. (2019). *Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση πολυμορφικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ στο πρόγραμμα Αγωγής Υγείας για τη Στοματικής Υγιεινή για μαθητές Δ' τάξης του Δημοτικού*. Ρέθυμνο.
- Τσαρη, Φ., & Πουρκός, Μ. (2015). Ποιοτική Μεθοδολογία Έρευνας. Στο *Εφαρμογές στην Ψυχολογία και την Εκπαίδευση* (σσ. 11-124). ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΩΝ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΩΝ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΩΝ.
- Κελενίδου, Π., Αντωνίου, Π., & Παπαδάκης, Σ. (2017). Η εξ αποστάσεως σχολική εκπαίδευση. Συστηματική ανασκόπηση της ελληνικής και διεθνούς βιβλιογραφίας. *Διεθνές Συνέδριο για την Ανοικτή & εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση*. 9(2Α), (σσ. 168-184).
- Λιοναράκης, Α. (2001). *Ανοικτή και Εξ Αποστάσεως Πολυμορφική Εκπαίδευση: Προβληματισμοί για μια Ποιοτική προσέγγιση σχεδιασμού διδακτικού υλικού*. Αθήνα: Προπομπός.
- Λιοναράκης, Α. (2009). Στο *Η Εκπόνηση μεθοδολογικής Προσέγγισης (Διδακτική) των προγραμμάτων Δια Βίου Εκπαιδευτικών προγραμμάτων από απόσταση* (σσ. 3-44). Αθήνα.
- Λιοναράκης, Α. (2006). Η θεωρία της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και η πολυπλοκότητα της πολυμορφικής της διάστασης. Στο Α. Λιοναράκης, *Ανοικτή και εξ αποστάσεως Εκπαίδευση. Στοιχεία Θεωρίας και Πράξης* (σσ. 11-41). Αθήνα: Προπομπός.
- Μαμαλάκη, Ε. (2018). *Δημιουργία διαδραστικού Εκπαιδευτικού Υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ στο μάθημα της Κυκλοφοριακής Αγωγής για τις Ε' και Στ' τάξεις του Δημοτικού Σχολείου*. Ρέθυμνο.
- Μανούσου, Ε. (2008). Στο *Προδιαγραφές παιδαγωγικού πλαισίου για την εφαρμογή πολυμορφικής, συμπληρωματικής Εξ Αποστάσεως, Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης σε μαθητές Πρωτοβάθμιας, Ολιγοθέσιων και απομακρυσμένων σχολείων της Ελλάδας* (σσ. 26-154). Πάτρα.
- Μιμίνου, Α. &. (2013). Σχολική εξ αποστάσεως εκπαίδευση: Καταγραφή και συζήτηση μίας βιβλιογραφικής επισκόπησης. Στο Α. Λιοναράκης (Επιμ.), *Πρακτικά 7ου*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

*Συνεδρίου για την Ανοικτή και Εξ Αποστάσεως Μάθηση. Μεθοδολογίες μάθησης, 8-10 Νοεμβρίου 2013 (σσ. 78-90, Section A). Αθήνα: Ελληνικό Δίκτυο Ανοικτής και Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης.*

*Πανεπιστήμιο Κύπρου. Πανεπιστημιακό Κέντρο Ερευνών Πεδίου. (n.d.). Ανάκτηση 01-05-2020, από <http://www.ucy.ac.cy/pakepe/el/RESEARCH-SERVICES/RESEARCH-KIND>*

*Τζέμου, Χ., & Σόφος, Λ. (2013). Η ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση σε διεθνές επίπεδο. Παράγοντες που επηρεάζουν την εκπλήρωση του ιδεώδους της Ανοικτής Εκπαίδευσης. Στο Α. Λ. (Επιμ.), *Πρακτικά 7ου Συνεδρίου για την Ανοικτή και Εξ Αποστάσεως Μάθηση. Μεθοδολογίες μάθησης, 8-10 Νοεμβρίου 2013* (). (σσ. 158-171, Section A). Αθήνα: Ελληνικό Δίκτυο Ανοικτής και Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης.*

*Τσουπάκη, Χ. (2019). Σχεδιασμός, υλοποίηση και αποτίμηση ενός προγράμματος συμπληρωματικής σχολικής εξ αποστάσεως εκπαίδευσης σε μαθητές Β' Δημοτικού στα πλαίσια του μαθήματος της Ευέλικτης Ζώνης με θέμα: "ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ". Ρέθυμνο.*



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Παράρτημα Α: «Ενημερωτική επιστολή εκπαιδευτικών»**

Αγαπητοί συνάδελφοι,

Στο πλαίσιο της διπλωματικής μου εργασίας, έφτιαξα ένα συμπληρωματικό εκπαιδευτικό εργαλείο που θα βοηθήσει τον/την δάσκαλο/α να διδάξει το μάθημα της Αγωγής Υγείας στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης στις Γ' και Δ' τάξεις και ένα μέσο που θα διευκολύνει τους μαθητές κατά την επεξεργασία, κατανόηση και εμπέδωση του γνωστικού αντικειμένου που διαπραγματεύονται.

Οι δραστηριότητες που εμπεριέχονται στο υλικό μπορούν να πραγματοποιηθούν από τον/την κάθε μαθητή/τρια ξεχωριστά είτε εξ αποστάσεως από το σπίτι μέσω του ηλεκτρονικού υπολογιστή είτε μέσα στη σχολική τάξη. Ωστόσο, κρίνεται σκόπιμο το υλικό να συνδυάζεται με συζήτηση στην τάξη, ώστε οι μαθητές να εκφράζουν σκέψεις και συμπεράσματα.

Οι ερωτήσεις της συνέντευξης που θα ακολουθήσουν δημιουργήθηκαν, προκειμένου να λάβω υπόψη μου τις γνώμες σας μετά την ολοκλήρωση του διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με θέμα: «Για μια καλύτερη ζωή, αλλάζω διατροφή».

Οι απαντήσεις σας είναι εμπιστευτικές και θα χρησιμοποιηθούν αποκλειστικά και μόνο για τους σκοπούς αυτής της έρευνας. Επιπλέον, τα στοιχεία της ταυτότητάς σας δεν πρόκειται να δημοσιευτούν κάπου. Η συνομιλία μας θα καταγραφεί για λόγους διευκόλυνσης της καταχώρησης των απαντήσεών σας.

Σας ευχαριστώ, εκ των προτέρων!

Με εκτίμηση

Ερμιόνη Κυριακάκη



Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης

## Παράρτημα Β: «Ερωτήσης συνέντευξης»

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ:

### Α. Προσωπικά στοιχεία:

Φύλο:

Ηλικία:

Χρόνια εμπειρίας:

Επίπεδο γνώσης υπολογιστών:

### Β. Γενικές – Αρχικές ερωτήσεις:

B1. Χρησιμοποιείτε γενικά τον υπολογιστή κατά τη διδασκαλία σας. Αν ναι πώς; Σε ποια μαθήματα;

B2. Έχετε αναλάβει ποτέ πρόγραμμα Αγωγής Υγείας στο σχολείο;

B3. Αν ναι, πόσο εύκολο ήταν να βρείτε και να χρησιμοποιήσετε το κατάλληλο υλικό;

### Γ. Αξιολόγηση ως προς την επάρκεια του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Γ.1. Θέτει και καλύπτει τους επιδιωκόμενους σκοπούς και στόχους;

Γ.2. Διαπραγματεύεται αυθεντικές, πραγματικές, ρεαλιστικές καταστάσεις;

Γ.3. Είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων;



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

- Γ.4. Χαρακτηρίζεται από ευελιξία;
- Γ.5. Υπάρχει συνδυασμός γνώσεων από διαφορετικές επιστημονικές περιοχές (διαθεματική προσέγγιση);
- Γ.6. Επιβραβεύεται ο μαθητής σε σωστές απαντήσεις – λύσεις;
- Γ.7. Επιτρέπει την αλληλεπίδραση ανάμεσα σε εκπαιδευτικό και εκπαιδευόμενο;
- Γ.8. Είναι σύγχρονο και ενημερωμένο;
- Γ.9. Προσαρμόζεται στο κάθε στιλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων;
- Γ.10. Εμφανίζει διαφορετικούς τρόπους επίλυσης προβλημάτων;
- Γ.11. Καλλιεργεί την κριτική σκέψη των μαθητών;
- Γ.12. Καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων;

#### Δ. Αξιολόγηση ως προς την ευχρηστία του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

- Δ.1. Δίνει τη δυνατότητα στο χρήστη για έλεγχο της ροής των πληροφοριών;
- Δ.2. Αλληλοεπιδρά με το χρήστη;



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Δ.3. Προάγει την αυτενέργεια και αυτονομία των χρηστών;

Δ.4. Οδηγεί σε πρωτοβουλίες για περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος;

Δ.5. Είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό του και την πλοήγηση του;

Δ.6. Βοηθά με συμβουλές, σχόλια και οδηγίες στην εκτέλεση των απαιτούμενων από το χρήστη ενεργειών;

#### Ε. Αξιολόγηση ως προς την παρουσίαση και δομή του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Ε.1. Προσελκύει το ενδιαφέρον των μαθητών;

Ε.2. Διαθέτει καλή εμφάνιση και αισθητική;

Ε.3. Έχει κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο;

Ε.4. Ανταποκρίνεται στο μαθησιακό επίπεδο και στην ηλικία των παιδιών;

Ε.5. Δημιουργεί θετική, ευχάριστη διάθεση στον χρήστη για να συνεχίσει να το χρησιμοποιεί;

Ε.6. Σχετίζεται με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών;



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Ε.7. Έχει ολοκληρωμένη δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου;

Ε.8. Είναι απαλλαγμένο από ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη;

Ε.9. Έχει ευανάγνωστα κείμενα;

ΣΤ. Συμπερασματικές-τελικές ερωτήσεις

ΣΤ1. Θα χρησιμοποιούσατε το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό στην διδασκαλία σας;

Αν ναι, κατά αποκλειστικότητα ή σε συμπληρωματικά με κάτι άλλο;

ΣΤ2. Τι ήταν αυτό που σας άρεσε περισσότερο στο υλικό; (δυνατά σημεία)

ΣΤ3. Τι θα αλλάζατε στο παρόν υλικό; (βελτιώσεις που μπορούν να γίνουν)



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Παράρτημα Γ: «Συνεντεύξεις»**

### **Εκπαιδευτικός: Α**

#### Α. Προσωπικά στοιχεία:

Φύλο: Γυναίκα

Ηλικία: 32

Χρόνια εμπειρίας: 10

Επίπεδο γνώσης υπολογιστών:

Καλή – Β1 και ECDL

#### Β. Γενικές – Αρχικές ερωτήσεις:

B1. Χρησιμοποιείτε γενικά τον υπολογιστή κατά τη διδασκαλία σας. Αν ναι πώς; Σε ποια μαθήματα;

Στη Γλώσσα κυρίως στις μικρές τάξεις. Τώρα θα σου πω τρόπους που το χρησιμοποιούσα; Μμμμ, είτε για να δείχνω βιντεάκια με κανόνες γραμματικής, στην πρώτη πάρα πολύ για τα τραγουδάκια και για αυτά ή για να κάνουμε κάποιες ασκησούλες πιο διαδραστικά στον πίνακα, τέλος πάντων. Αυτά έτσι τον χρησιμοποιούσα μέχρι τώρα

B2. Έχετε αναλάβει ποτέ πρόγραμμα Αγωγής Υγείας στο σχολείο;

Ναι, το ένα ήταν ψυχικής υγείας βασικά και το είχα κάνει επειδή είχα παρακολουθήσει σχετικό σεμινάριο και έχω κάνει μια δυο φορές για τη διατροφή αλλά χωρίς ιδιαίτερη επιτυχία.

B3. Αν ναι, πόσο εύκολο ήταν να βρείτε και να χρησιμοποιήσετε το κατάλληλο υλικό;



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Εγώ που έχω ψάξει κυρίως για διατροφή, εεε υπάρχει πολύ υλικό αλλά δεν θεωρώ ότι είναι... εγώ δεν βρήκα κάτι που να με ικανοποιεί ιδιαίτερα ενώ υπάρχει αρκετό υλικό στο ίντερνετ σχετικά.

### Γ. Αξιολόγηση ως προς την επάρκεια του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Γ.1. Θέτει και καλύπτει τους επιδιωκόμενους σκοπούς και στόχους;

Α! Σε πολύ καλό βαθμό! Τους καλύπτει, ναι.

Γ.2. Διαπραγματεύεται αυθεντικές, πραγματικές, ρεαλιστικές καταστάσεις;

Ναι!

Γ.3. Είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων;

Ναι!

Γ.4. Χαρακτηρίζεται από ευελιξία;

Ναι! Ναι! Μπορείς να πηγαίνεις μπρος πίσω... Ναι, έχει ευελιξία.

Γ.5. Υπάρχει συνδυασμός γνώσεων από διαφορετικές επιστημονικές περιοχές

(διαθεματική προσέγγιση);

Εεεε, περίμενε... Αυτό δεν το παρατήρησα ιδιαίτερα στο υλικό

Γ.6. Επιβραβεύεται ο μαθητής σε σωστές απαντήσεις – λύσεις;

Ναι!



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Γ.7. Επιτρέπει την αλληλεπίδραση ανάμεσα σε εκπαιδευτικό και εκπαιδευόμενο;

Δίνει τη δυνατότητα επικοινωνίας με τον εκπαιδευτικό, αλλά όπως γίνεται στην εξ αποστάσεως την ασύγχρονη, αυτή τη δυνατότητα τη δίνει. Εντάξει! Ναι

Γ.8. Είναι σύγχρονο και ενημερωμένο;

Ναι, είναι σύγχρονο και ενημερωμένο. Ναι, είναι! Μόνο ενώ είναι σύγχρονο, πώς να το πω αυτά που λέει είναι επικαιροποιημένα, το μόνο είναι ότι από άποψης αισθητικής το ένα βίντεο ενώ αυτά που λέει είναι τέλεια και ωραία δεμένο με τις ερωτήσεις που μπαίνουν, το βίντεο από την εκπαιδευτική τηλεόραση αισθητικά φαίνεται ότι είναι παλιό, αλλά είναι δύσκολο να βρεις κάτι πιο καινούριο φαντάζομαι που να βολεύει. Α ναι φαίνεται, ρε παιδί μου, στην αρχή μπορεί κάποιον να τον ξενίζει αλλά αν το παρακολουθήσει είναι τέλειο, είναι ιδανικό και στο πως μιλάει αυτός, δε μιλάει γρήγορα, σου αφήνει χώρο και χρόνο για να βάλεις ερωτήσεις, υπάρχει οργάνωση, είναι όντως εκπαιδευτικό βίντεο. Είναι αυτό που θέλεις.

Γενικά όμως...ναι είναι σύγχρονο και ενημερωμένο.

Γ.9. Προσαρμόζεται στο κάθε στυλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων;

Σε κάποιο βαθμό θα μπορούσες να πεις ναι, με την έννοια ότι έχει και κάνα δυο παιχνιδάκια, να κάνουν το Padlet εκεί πέρα και το κρυπτόλεξο και αυτά, μπορεί αν κάποιος βαρεθεί να τα προσπεράσει και να πάει στα παιχνίδια ή να δει το βίντεο ή να μη δει το βίντεο και να δει τις διαφάνειες μετά που είναι το βίντεο σε τίτλους κάπως. Νομίζω ότι δίνει επιλογές για διαφορετικά στυλ μάθησης.

Γ.10. Εμφανίζει διαφορετικούς τρόπους επίλυσης προβλημάτων;

Ναι, ναι δίνει, ξεκάθαρα.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Γ.11. Καλλιεργεί την κριτική σκέψη των μαθητών;

Κοίτα το υλικό είναι πληροφοριακό και τους μαθαίνει κάποια πράγματα... τώρα για την κριτική σκέψη δεν ξέρω αν την καλλιεργεί. Τους ενημερώνει σίγουρα

Γ.12. Καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων;

Ναι, ως ένα βαθμό ίσως.

#### Δ. Αξιολόγηση ως προς την ευχρηστία του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Δ.1. Δίνει τη δυνατότητα στο χρήστη για έλεγχο της ροής των πληροφοριών;

Ναι, ξεκάθαρα.

Δ.2. Αλληλοεπιδρά με το χρήστη;

Ναι

Δ.3. Προάγει την αυτενέργεια και αυτονομία των χρηστών;

Ναι

Δ.4. Οδηγεί σε πρωτοβουλίες για περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος;

Ναι, για αυτόν που θέλει σίγουρα, έχει στο τέλος και τις παραπομπές.

Δ.5. Είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό του και την πλοήγηση του;

Ναι, εγώ είχα ένα τεχνικό θέμα, αλλά ίσως ήταν θέμα του δικού μου υπολογιστή. Δεν μπορούσα να τσεκάρω και τη Τρίτη σωστή απάντηση



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Δ.6. Βοηθά με συμβουλές, σχόλια και οδηγίες στην εκτέλεση των απαιτούμενων από το χρήστη ενεργειών;

Ναι! Ναι!

#### Ε. Αξιολόγηση ως προς την παρουσίαση και δομή του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Ε.1. Προσελκύει το ενδιαφέρον των μαθητών;

Ναι, το προσελκύει, όσο το δυνατόν.

Ε.2. Διαθέτει καλή εμφάνιση και αισθητική;

Ναι, εντάξει.

Ε.3. Έχει κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο;

Ναι

Ε.4. Ανταποκρίνεται στο μαθησιακό επίπεδο και στην ηλικία των παιδιών;

Ναι

Ε.5. Δημιουργεί θετική, ευχάριστη διάθεση στον χρήστη για να συνεχίσει να το χρησιμοποιεί;

Ναι

Ε.6. Σχετίζεται με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών;

Ναι, ειδικά εδώ, ναι, έχουμε μεγάλο δείκτη παχυσαρκίας.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Ε.7. Έχει ολοκληρωμένη δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου;

Ναι, έχει οργάνωση και αλληλουχία

Ε.8. Είναι απαλλαγμένο από ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη;

Ναι, δε βρήκα κάποιο

Ε.9. Έχει ευανάγνωστα κείμενα;

Ναι!

#### ΣΤ. Συμπερασματικές-τελικές ερωτήσεις

ΣΤ1. Θα χρησιμοποιούσατε το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό στην διδασκαλία σας;

Ναι, θα το χρησιμοποιούσα, γιατί είναι... έτσι πολύ... είναι... το θέμα του το αντιμετωπίζει στοχευμένα και ολοκληρωμένα. Είναι σα να έχει κάνει το καλύτερο δυνατό για την παχυσαρκία. Με αρχή, μέση και τέλος.

Αν ναι, κατά αποκλειστικότητα ή σε συμπληρωματικά με κάτι άλλο;

ΣΤ2. Τι ήταν αυτό που σας άρεσε περισσότερο στο υλικό; (δυνατά σημεία)

Μου άρεσε πολύ το βίντεο με τις ερωτήσεις, θεωρώ ότι θα άρεσε πολύ στα παιδιά και τα παιχνίδια, τα θεωρώ από το δυνατά του σημεία και θεωρώ ότι υπάρχει οργάνωση και μια πληρότητα ως προς το θέμα.

ΣΤ3. Τι θα αλλάζατε στο παρόν υλικό; (βελτιώσεις που μπορούν να γίνουν)

Τι βελτιώσεις; Τι βελτιώσεις; Θα έβρισκα ένα πιο μοντέρνο βίντεο... πλάκα κάνω!  
Βελτιώσεις; Δεν ξέρω! Δεν ξέρω!



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Εκπαιδευτικός: Φ**

### Α. Προσωπικά στοιχεία:

Φύλο: Γυναίκα

Ηλικία: 30 ετών

Χρόνια εμπειρίας: 2 χρόνια

Επίπεδο γνώσης υπολογιστών: ECDL

### Β. Γενικές – Αρχικές ερωτήσεις:

B1. Χρησιμοποιείτε γενικά τον υπολογιστή κατά τη διδασκαλία σας. Αν ναι πώς; Σε ποια μαθήματα;

Ναι, τον χρησιμοποιώ σε μαθήματα όπως τη Φυσική για να δείξω στους μαθητές τα πειράματα που λόγω έλλειψη των υλικών είναι δύσκολο να πραγματοποιηθούν στην αίθουσα.

B2. Έχετε αναλάβει ποτέ πρόγραμμα Αγωγής Υγείας στο σχολείο;

Όχι, δεν έχω αναλάβει κάποιο πρόγραμμα.

B3. Αν ναι, πόσο εύκολο ήταν να βρείτε και να χρησιμοποιήσετε το κατάλληλο υλικό;

–

### Γ. Αξιολόγηση ως προς την επάρκεια του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Γ.1. Θέτει και καλύπτει τους επιδιωκόμενους σκοπούς και στόχους;

Το υλικό καλύπτει τους στόχους στον μέγιστο βαθμό.

Γ.2. Διαπραγματεύεται αυθεντικές, πραγματικές, ρεαλιστικές καταστάσεις;

Ναι, το υλικό βασίζεται σε πραγματικές καταστάσεις γι' αυτό και είναι ενδιαφέρον.

Γ.3. Είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων;

Ναι, είναι σε ικανοποιητικό βαθμό.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Γ.4. Χαρακτηρίζεται από ευελιξία;

Το υλικό είναι ευέλικτο αρκεί να έχουν τις βασικές γνώσεις στη χρήση υπολογιστών.

Γ.5. Υπάρχει συνδυασμός γνώσεων από διαφορετικές επιστημονικές περιοχές (διαθεματική προσέγγιση);

Συνδυάζονται γνώσεις από διάφορες θεματικές περιοχές, της Γλώσσας της Πληροφορικής καθώς και της Φυσικής.

Γ.6. Επιβραβεύεται ο μαθητής σε σωστές απαντήσεις – λύσεις;

Στο τέλος κάθε δραστηριότητας ο μαθητής βλέπει πόσες ήταν οι σωστές απαντήσεις

Γ.7. Επιτρέπει την αλληλεπίδραση ανάμεσα σε εκπαιδευτικό και εκπαιδευόμενο;

Η αλληλεπίδραση πραγματοποιείται με την επιβράβευση που δέχεται ο μαθητής στο τέλος κάθε δραστηριότητας.

Γ.8. Είναι σύγχρονο και ενημερωμένο;

Τα στοιχεία που παρουσιάζονται είναι σύγχρονα καθώς προέρχονται από σχετικά πρόσφατες μελέτες.

Γ.9. Προσαρμόζεται στο κάθε στιλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων;

Ναι καθώς είναι εφικτό οι εκπαιδευόμενοι να κάνουν τις δραστηριότητες στον δικό τους χρόνο, όσες φορές θελήσουν.

Γ.10. Εμφανίζει διαφορετικούς τρόπους επίλυσης προβλημάτων;

Παρουσιάζεται μια πληθώρα τρόπων επίλυσης και ο κάθε μαθητής μπορεί να επιλέξει τον τρόπο που επιθυμεί και του ταιριάζει για να εφαρμόσει.

Γ.11. Καλλιεργεί την κριτική σκέψη των μαθητών;

Φυσικά και καλλιεργείται η κριτική σκέψη των μαθητών καθώς καλούνται να αξιολογήσουν αυτά που βλέπουν και να αναλογιστούν αν ο τρόπος που οι ίδιοι τρέφονται είναι ο σωστός.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Γ.12. Καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων;

Ναι, το υλικό καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων καθώς οι μαθητές καλούνται να επιλέξουν την κατάλληλη λύση-μέθοδο και να την εφαρμόσουν για να υιοθετήσουν μια σωστή διατροφή.

#### Δ. Αξιολόγηση ως προς την ευχρηστία του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Δ.1. Δίνει τη δυνατότητα στο χρήστη για έλεγχο της ροής των πληροφοριών;

Ο χρήστης μπορεί να ελέγχει τη ροή των πληροφοριών καθώς ο ίδιος επιλέγει τον χρόνο εμφάνισης του υλικού.

Δ.2. Αλληλοεπιδρά με το χρήστη;

Ναι, υπάρχει αλληλεπίδραση μέσα από τις διαδραστικές δραστηριότητες.

Δ.3. Προάγει την αυτενέργεια και αυτονομία των χρηστών;

Ναι, προάγεται η αυτενέργεια και η αυτονομία των χρηστών σε μεγάλο βαθμό.

Δ.4. Οδηγεί σε πρωτοβουλίες για περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος;

Παρέχονται οι κατάλληλες οδηγίες και πληροφορίες για επιπλέον ενημέρωση.

Δ.5. Είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό του και την πλοήγηση του;

Ναι, είναι εύχρηστο μιας και διαθέτει τα κατάλληλα σύμβολα για την πλοήγηση.

Δ.6. Βοηθά με συμβουλές, σχόλια και οδηγίες στην εκτέλεση των απαιτούμενων από το χρήστη ενεργειών;

Το υλικό περιλαμβάνει όλες τις απαραίτητες οδηγίες ώστε οι χρήστες να μπορούν να αξιοποιήσουν όλες τις ενέργειες που περιέχει.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

### Ε. Αξιολόγηση ως προς την παρουσίαση και δομή του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Ε.1. Προσελκύει το ενδιαφέρον των μαθητών;

Το υλικό περιέχει εικόνες, βίντεο, παιχνίδια που προσελκύουν το ενδιαφέρον των μαθητών σε μεγάλο βαθμό.

Ε.2. Διαθέτει καλή εμφάνιση και αισθητική;

Η παρουσίαση του υλικού γίνεται με ευχάριστο τρόπο, ζωντανά χρώματα και μουσική.

Ε.3. Έχει κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο;

Ναι, το περιεχόμενο είναι κατανοητό.

Ε.4. Ανταποκρίνεται στο μαθησιακό επίπεδο και στην ηλικία των παιδιών;

Το υλικό είναι κατάλληλο για τους μαθητές της Γ' και Δ' τάξης.

Ε.5. Δημιουργεί θετική, ευχάριστη διάθεση στον χρήστη για να συνεχίσει να το χρησιμοποιεί;

Φυσικά! Το υλικό που περιλαμβάνει παρακινεί τους μαθητές να συνεχίσουν.

Ε.6. Σχετίζεται με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών;

Το υλικό βασίζεται σε πραγματικές καταστάσεις που τα περισσότερα παιδιά έχουν βιώσει.

Ε.7. Έχει ολοκληρωμένη δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου;

Είναι ολοκληρωμένο και κατάλληλα δομημένο με συνοχή.

Ε.8. Είναι απαλλαγμένο από ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη;

Πρόκειται για ένα σωστά ορθογραφημένο υλικό χωρίς γραμματικό-συντακτικά λάθη.

Ε.9. Έχει ευανάγνωστα κείμενα;

Τα κείμενα του είναι ευανάγνωστα και περιεκτικά.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

### ΣΤ. Συμπερασματικές-τελικές ερωτήσεις

ΣΤ1. Θα χρησιμοποιούσατε το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό στην διδασκαλία σας;

Αν ναι, κατά αποκλειστικότητα ή σε συμπληρωματικά με κάτι άλλο;

Ναι, θα το χρησιμοποιούσα έτσι όπως παρουσιάζεται

ΣΤ2. Τι ήταν αυτό που σας άρεσε περισσότερο στο υλικό; (δυνατά σημεία)

Οι διαδραστικές δραστηριότητες μου άρεσαν περισσότερο, οι οποίες βρισκόταν στο κατάλληλο σημείο ώστε να κινητοποιεί τους μαθητές.

ΣΤ3. Τι θα αλλάζατε στο παρόν υλικό; (βελτιώσεις που μπορούν να γίνουν)

Θεωρώ πως το υλικό είναι ολοκληρωμένο και περιέχει όλα τα απαραίτητα στοιχεία που χρειάζονται ώστε οι μαθητές να κατανοήσουν βασικές έννοιες και να παρακινηθούν ώστε να αλλάξουν τρόπο ζωής. Να υιοθετήσουν μια σωστή υγιεινή διατροφή σε συνδυασμό με τη σωματική άσκηση που τους ταιριάζει.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Εκπαιδευτικός: Σ**

### Α. Προσωπικά στοιχεία:

Φύλο: Γυναίκα

Ηλικία:33

Χρόνια εμπειρίας:11

Επίπεδο γνώσης υπολογιστών: Α' επίπεδο- ΜΔΕ «Επιστήμες της Αγωγής - Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση με την χρήση των ΤΠΕ (e-Learning)»

### Β. Γενικές – Αρχικές ερωτήσεις:

B1. Χρησιμοποιείτε γενικά τον υπολογιστή κατά τη διδασκαλία σας. Αν ναι πώς; Σε ποια μαθήματα;

Χρησιμοποιώ τον υπολογιστή στην τάξη μου σχεδόν σε όλα τα μαθήματα, συνήθως προβάλλοντας εκπαιδευτικό υλικό στον πίνακα.

B2. Έχετε αναλάβει ποτέ πρόγραμμα Αγωγής Υγείας στο σχολείο;

Ναι, έχω αναλάβει προγράμματα Αγωγής Υγείας που σχετίζονται κυρίως με την ψυχική υγεία.

B3. Αν ναι, πόσο εύκολο ήταν να βρείτε και να χρησιμοποιήσετε το κατάλληλο υλικό;

Η εύρεση υλικού ήταν αρκετά χρονοβόρα διαδικασία.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

### Γ. Αξιολόγηση ως προς την επάρκεια του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Γ.1. Θέτει και καλύπτει τους επιδιωκόμενους σκοπούς και στόχους;

Σε πολύ ικανοποιητικό βαθμό, καθώς διατυπώνεται με σαφήνεια ο σκοπός της κάθε διδακτικής ενότητας, όπως και τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα.

Γ.2. Διαπραγματεύεται αυθεντικές, πραγματικές, ρεαλιστικές καταστάσεις;

Ναι διαπραγματεύεται καταστάσεις που είναι ρεαλιστικές για τους εκπαιδευόμενους.

Γ.3. Είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων;

Ανταποκρίνεται στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων, καθώς είναι ελκυστικό, διαδραστικό και πολυαισθητηριακό.

Γ.4. Χαρακτηρίζεται από ευελιξία;

Ναι, καθώς το εκπαιδευτικό υλικό είναι διαιρεμένο σε μικρές και ευέλικτες ενότητες και παρέχει τη δυνατότητα στον εκπαιδευόμενο να το μελετήσει σε χώρο και χρόνο της επιλογής του.

Γ.5. Υπάρχει συνδυασμός γνώσεων από διαφορετικές επιστημονικές περιοχές

(διαθεματική προσέγγιση);

Υπάρχει σε ικανοποιητικό βαθμό συνδυασμός γνώσεων από διαφορετικές επιστημονικές περιοχές.

Γ.6. Επιβραβεύεται ο μαθητής σε σωστές απαντήσεις – λύσεις;

Ναι, καθώς παρέχεται ανατροφοδότηση.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Γ.7. Επιτρέπει την αλληλεπίδραση ανάμεσα σε εκπαιδευτικό και εκπαιδευόμενο;

Ναι μέσα από διαδραστικές δραστηριότητες, όπως το padlet.

Γ.8. Είναι σύγχρονο και ενημερωμένο;

Ναι, καθώς το γνωστικό αντικείμενο του έχει αναπτυχθεί επαρκώς, καθώς διαθέτει περιεκτικότητα, ποικιλία περιεχομένου και επιστημονικότητα.

Γ.9. Προσαρμόζεται στο κάθε στιλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων;

Καθοδηγεί συστηματικά τον εκπαιδευόμενο στη μελέτη του και παρέχει τη δυνατότητα της επιλογής του χρόνου, χώρου αλλά και του ρυθμού μελέτης του.

Γ.10. Εμφανίζει διαφορετικούς τρόπους επίλυσης προβλημάτων;

Αρκετά

Γ.11. Καλλιεργεί την κριτική σκέψη των μαθητών;

Ναι μέσα από τις δραστηριότητες.

Γ.12. Καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων;

Αρκετά

#### Δ. Αξιολόγηση ως προς την ευχρηστία του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Δ.1. Δίνει τη δυνατότητα στο χρήστη για έλεγχο της ροής των πληροφοριών;

Ναι δίνεται η δυνατότητα μέσα από τον οδηγό πλοήγησης.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Δ.2. Αλληλοεπιδρά με το χρήστη;

Το εκπαιδευτικό υλικό αλληλοεπιδρά με το χρήστη καθώς είναι διαδραστικό και πολυαισθητηριακό.

Δ.3. Προάγει την αυτενέργεια και αυτονομία των χρηστών;

Προάγει την αυτονομία των χρηστών μέσα από διαδικασίες αυτομάθησης.

Δ.4. Οδηγεί σε πρωτοβουλίες για περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος;

Καθοδηγεί τον εκπαιδευόμενο ώστε να διευρύνει το θέμα, μέσα από υπερσυνδέσμους, παραδείγματα, επιπρόσθετο υλικό.

Δ.5. Είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό του και την πλοήγηση του;

Ναι είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό του και την πλοήγηση του

Δ.6. Βοηθά με συμβουλές, σχόλια και οδηγίες στην εκτέλεση των απαιτούμενων από το χρήστη ενεργειών;

Είναι υποστηρικτικό προς τον χρήστη, καθώς παρέχει αρκετές συμβουλές, παραδείγματα και συμβουλές και τον εμπνέει να συνεχίσει.

#### Ε. Αξιολόγηση ως προς την παρουσίαση και δομή του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Ε.1. Προσελκύει το ενδιαφέρον των μαθητών;

Πιστεύω πως είναι ελκυστικό προς τους μαθητές καθώς έχει αρκετές εικόνες, χρώματα, παιχνίδια.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Ε.2. Διαθέτει καλή εμφάνιση και αισθητική;

Είναι καλαίσθητο.

Ε.3. Έχει κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο;

Η γλώσσα γραφής είναι απλή και κατανοητή και διαθέτει φιλικό ύφος.

Ε.4. Ανταποκρίνεται στο μαθησιακό επίπεδο και στην ηλικία των παιδιών;

Ναι, ανταποκρίνεται πλήρως στο μαθησιακό επίπεδο και στην ηλικία.

Ε.5. Δημιουργεί θετική, ευχάριστη διάθεση στον χρήστη για να συνεχίσει να το χρησιμοποιεί;

Ναι και εμπυχώνει το χρήστη να συνεχίσει.

Ε.6. Σχετίζεται με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών;

Σχετίζεται άμεσα με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών.

Ε.7. Έχει ολοκληρωμένη δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου;

Ναι έχει ολοκληρωμένη δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου.

Ε.8. Είναι απαλλαγμένο από ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη;

Ναι είναι.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Ε.9. Έχει ευανάγνωστα κείμενα;

Είναι καθώς η γλώσσα γραφής είναι απλή και κατανοητή και τα διδακτικά κείμενα είναι διαιρεμένα σε μικρές και ευέλικτες ενότητες.

#### ΣΤ. Συμπερασματικές-τελικές ερωτήσεις

ΣΤ1. Θα χρησιμοποιούσατε το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό στην διδασκαλία σας;

Αν ναι, κατά αποκλειστικότητα ή σε συμπληρωματικά με κάτι άλλο;

Θα το χρησιμοποιούσα κατά αποκλειστικότητα στην εξ αποστάσεως διδασκαλία. Στην διαζώση ίσως να το συμπλήρωνα με κάποιες ομαδικές δραστηριότητες.

ΣΤ2. Τι ήταν αυτό που σας άρεσε περισσότερο στο υλικό; (δυνατά σημεία)

Το εκπαιδευτικό υλικό προάγει την αυτόνομη μελέτη του από τον εκπαιδευόμενο, περιέχοντας ασκήσεις αυτοαξιολόγησης με ανατροφοδότηση, διαδραστικά βίντεο και δραστηριότητες.

ΣΤ3. Τι θα αλλάζατε στο παρόν υλικό; (βελτιώσεις που μπορούν να γίνουν)

Το παρόν υλικό δεν χρήζει βελτίωσης. Είναι τέλειο!



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Εκπαιδευτικός: Κ**

### Α. Προσωπικά στοιχεία:

Φύλο: Θήλυ

Ηλικία: 52

Χρόνια εμπειρίας: 27 έτη

Επίπεδο γνώσης υπολογιστών: Πιστοποίηση Β2

### Β. Γενικές – Αρχικές ερωτήσεις:

Β1. Χρησιμοποιείτε γενικά τον υπολογιστή κατά τη διδασκαλία σας. Αν ναι πώς; Σε ποια μαθήματα;

Στη Γλώσσα και στα Μαθηματικά σε καθημερινή βάση και συμπληρωματικά στην Ιστορία, στη Μελέτη Περιβάλλοντος και στην Ευέλικτη Ζώνη ή σε project, που υλοποιώ στην τάξη με τους μαθητές μου.

Β2. Έχετε αναλάβει ποτέ πρόγραμμα Αγωγής Υγείας στο σχολείο;

Ναι, πολλές φορές.

Β3. Αν ναι, πόσο εύκολο ήταν να βρείτε και να χρησιμοποιήσετε το κατάλληλο υλικό;

Χρειάζονταν πολύ έρευνα, για να βρω το κατάλληλο υλικό, που να ταιριάζει με την τάξη και το επίπεδο γνώσεων των μαθητών μου.

### Γ. Αξιολόγηση ως προς την επάρκεια του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Γ.1. Θέτει και καλύπτει τους επιδιωκόμενους σκοπούς και στόχους;

Θεωρώ ότι σε πολύ ικανοποιητικό βαθμό το υλικό καλύπτει τους επιδιωκόμενους στόχους.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Γ.2. Διαπραγματεύεται αυθεντικές, πραγματικές, ρεαλιστικές καταστάσεις;

Ναι, οπωσδήποτε οι συνθήκες και οι καταστάσεις που διαπραγματεύεται είναι απολύτως ρεαλιστικές, όλα αυτά τα βλέπουμε να συμβαίνουν στις τάξεις και τα σπίτια μας.

Γ.3. Είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων;

Έχει προσαρμοστεί σίγουρα στις ανάγκες γενικά των παιδιών και φαντάζομαι, αν κρίνω από τους στόχους και τα επιδιωκόμενα μαθησιακά αποτελέσματα, και στις ανάγκες ειδικά των παιδιών της τάξης.

Γ.4. Χαρακτηρίζεται από ευελιξία;

Ναι, θεωρώ πως είναι αρκετά ευέλικτο, ώστε να προσαρμόζεται ανάλογα στις ειδικές ανάγκες των μαθητών και σε αυτό που ο κάθε εκπαιδευτικός θέλει να επιτύχει.

Γ.5. Υπάρχει συνδυασμός γνώσεων από διαφορετικές επιστημονικές περιοχές (διαθεματική προσέγγιση);

Ναι, χαρακτηρίζεται από διαθεματικότητα.

Γ.6. Επιβραβεύεται ο μαθητής σε σωστές απαντήσεις – λύσεις;

Υπάρχει επιβράβευση.

Γ.7. Επιτρέπει την αλληλεπίδραση ανάμεσα σε δάσκαλο και εκπαιδευόμενο;

Στα πλαίσια που αυτό επιτρέπεται, νομίζω ότι υπάρχει μία μορφή αλληλεπίδρασης ανάμεσα στον δάσκαλο και τον εκπαιδευόμενο.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Γ.8. Είναι σύγχρονο και ενημερωμένο;

Ναι, σίγουρα είναι σύγχρονο και ενημερωμένο από παγκόσμιους οργανισμούς και στατιστικές και αναφέρεται σε πραγματικά δεδομένα.

Γ.9. Προσαρμόζεται στο κάθε στιλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων;

Πιστεύω ότι μπορεί να προσαρμοστεί στο ρυθμό μάθησης κάθε μαθητή αλλά εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό και από τις επιλογές που θα κάνει ο δάσκαλος της τάξης κάθε φορά.

Γ.10. Εμφανίζει διαφορετικούς τρόπους επίλυσης προβλημάτων;

Ναι, παρέχει τρόπους επίλυσης προβλημάτων και εναλλακτικές λύσεις.

Γ.11. Καλλιεργεί την κριτική σκέψη των μαθητών;

Κοίτα, υπάρχουν αρκετές δραστηριότητες και βίντεο, που προβληματίζουν και υπό αυτή την έννοια ναι, καλλιεργεί την κριτική σκέψη των παιδιών.

Γ.12. Καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων;

Ως συνέχεια της προηγούμενης θέσης μου, πιστεύω ότι μέσα από όλα όσα δείχνει και διαπραγματεύεται σίγουρα καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων.

#### Δ. Αξιολόγηση ως προς την ευχρηστία του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Δ.1. Δίνει τη δυνατότητα στο χρήστη για έλεγχο της ροής των πληροφοριών;

Παρουσιάζει ευκολία ως προς αυτό.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Δ.2. Αλληλοεπιδρά με το χρήστη;

Ναι, θεωρώ ότι είναι πολύ καλά οργανωμένο σε αυτό το σημείο.

Δ.3. Προάγει την αυτενέργεια και αυτονομία των χρηστών;

Φυσικά, αφού οι χρήστες έχουν το ελεύθερο να κάνουν όσες δραστηριότητες θέλουν, όσες φορές θέλουν και στο χρόνο που διαθέτουν.

Δ.4. Οδηγεί σε πρωτοβουλίες για περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος;

Κοίτα, αυτό πιστεύω ότι εξαρτάται περισσότερο από το κάθε παιδί και την οικογένειά του, ωστόσο για κάποιον, που θέλει να το ψάξει λίγο περισσότερο, παρέχει τέτοιες ευκαιρίες.

Δ.5. Είναι εύκολος και γρήγορος ο χειρισμός του και η πλοήγηση σε αυτό;

Ναι, είναι πολύ εύκολη η πλοήγηση και ο χειρισμός.

Δ.6. Βοηθά με συμβουλές, σχόλια και οδηγίες στην εκτέλεση των απαιτούμενων από το χρήστη ενεργειών;

Και πάλι θα πω ότι τόσο τα σχόλια, όσο και οι οδηγίες είναι προσαρμοσμένες στο να μπορεί ο μαθητής μόνος του να δουλέψει με το υλικό αυτό.

#### Ε. Αξιολόγηση ως προς την παρουσίαση και δομή του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Ε.1. Προσελκύει το ενδιαφέρον των μαθητών;

Προσελκύει πολύ το ενδιαφέρον με τα χρώματα, τις εικόνες, τα βίντεο, γενικά είναι πολύ ελκυστικό.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

E.2. Διαθέτει καλή εμφάνιση και αισθητική;

Σίγουρα, έχει και καλή εμφάνιση και υψηλή αισθητική.

E.3. Έχει κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο;

Ναι, είναι απολύτως κατανοητό και εύληπτο.

E.4. Ανταποκρίνεται στο μαθησιακό επίπεδο και στην ηλικία των παιδιών;

Πιστεύω πως ναι, ανάλογα βέβαια και με το επίπεδο της συγκεκριμένης τάξης, αφού όλοι ξέρουμε πως κάθε τάξη έχει και τα δικά της ιδιαίτερα χαρακτηριστικά.

E.5. Δημιουργεί θετική, ευχάριστη διάθεση στον χρήστη για συνέχιση χρησιμοποίησής του;

Ναι, είναι πολύ ευχάριστο κατά την περιήγηση του και δημιουργεί μια θετική αίσθηση καθώς το χρησιμοποιείς, παρόλο που κάποιες φορές διαπραγματεύεται δυσάρεστα πράγματα.

E.6. Σχετίζεται με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών;

Οπωσδήποτε είναι άμεσα συνδεδεμένο με τις εμπειρίες και αυτά που κάνουν τα παιδιά.

E.7. Έχει ολοκληρωμένη δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου;

Είμαι πολύ ευχαριστημένη τόσο από τη δομή, όσο και από την οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου. Φυσικά, πρέπει να πω ότι αυτό είναι και λίγο υποκειμενικό δηλαδή κάθε εκπαιδευτικός οραματίζεται με τον δικό του τρόπο πώς θα οργανώσει το υλικό του. Οπότε, θεωρώ ότι μια χαρά έχει αξιοποιηθεί το υλικό.

E.8. Είναι απαλλαγμένο από ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη;

Δεν εντόπισα κάτι συγκεκριμένο.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Ε.9. Έχει ευανάγνωστα κείμενα;

Ναι είναι πολύ ευανάγνωστα, πιστεύω ακόμα και για παιδιά που δυσκολεύονται στην ανάγνωση.

#### ΣΤ. Συμπερασματικές-τελικές ερωτήσεις

ΣΤ1. Θα χρησιμοποιούσατε το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό στην διδασκαλία σας;

Οπωσδήποτε και θα το χρησιμοποιούσα, διότι είναι ένα πρωτότυπο υλικό, που σίγουρα θα προκαλέσει το ενδιαφέρον των μαθητών μου.

Αν ναι, κατά αποκλειστικότητα ή σε συμπληρωματικά με κάτι άλλο;

Κοίτα, επειδή έχω κάνει πάρα πολλές φορές προγράμματα Διατροφής, θα το χρησιμοποιούσα σε συνδυασμό με άλλο έντυπο υλικό, που έχω.

ΣΤ2. Τι ήταν αυτό που σας άρεσε περισσότερο στο υλικό; (δυνατά σημεία)

Μου άρεσαν γενικά τα πάντα, οι εικόνες, τα χρώματα, η μουσική, το τραγουδάκι που ακούγεται. Μου άφησε μια ευχάριστη αίσθηση στο τέλος, παρόλο που διαπραγματεύεται ένα σχετικά δυσάρεστο θέμα, όπως αυτό της παχυσαρκίας και των προβλημάτων, που δημιουργεί. Όμως δίνει λύσεις και προτείνει πολλά πράγματα για βελτίωση της κατάστασης, οπότε τελειώνει θετικά και ευχάριστα.

ΣΤ3. Τι θα αλλάζατε στο παρόν υλικό; (βελτιώσεις που μπορούν να γίνουν)

Αυτό που θα άλλαζα στο υλικό είναι ότι θα πρόσθετα αφήγηση στα κείμενα, διότι θεωρώ πολύ σημαντικό τα παιδιά, που δυσκολεύονται να διαβάσουν, να έχουν μια δίκαιη ευκαιρία σε σχέση με αυτά, που διαβάζουν άνετα. Να έχω έτσι εξασφαλίσει πως, ό,τι θα διαβάσουν, θα το καταλάβουν κιόλας. Δεν είναι πάντα βέβαιο αυτό αλλά να δημιουργήσω περισσότερες πιθανότητες.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

## **Εκπαιδευτικός: Μ**

### Α. Προσωπικά στοιχεία:

Φύλο: Γυναίκα

Ηλικία: 36

Χρόνια εμπειρίας: 15

Επίπεδο γνώσης υπολογιστών: Αρκετά καλό επίπεδο

### Β. Γενικές – Αρχικές ερωτήσεις:

B1. Χρησιμοποιείτε γενικά τον υπολογιστή κατά τη διδασκαλία σας. Αν ναι πώς; Σε ποια μαθήματα;

Αρκετά, σε όλα τα μαθήματα... Συγκεκριμένα, στη Γλώσσα βρίσκουμε πληροφορίες για κάποιον συγγραφέα ή προβάλλουμε κάποιο βίντεο που αφορά κάποιο γραμματικό φαινόμενο. Επίσης, όταν απαντάμε ομαδικά τις εργασίες των βιβλίων, προβάλλουμε τα διαδραστικά βιβλία στον πίνακα. Με την ίδια λογική χρησιμοποιώ τον υπολογιστή κατά τη διδασκαλία μου.

B2. Έχετε αναλάβει ποτέ πρόγραμμα Αγωγής Υγείας στο σχολείο;

Ναι, έχω αναλάβει.

B3. Αν ναι, πόσο εύκολο ήταν να βρείτε και να χρησιμοποιήσετε το κατάλληλο υλικό;

Ναι, ήταν αρκετά εύκολο να βρω κατάλληλο υλικό.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

### Γ. Αξιολόγηση ως προς την επάρκεια του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Γ.1. Θέτει και καλύπτει τους επιδιωκόμενους σκοπούς και στόχους;

Το εκπαιδευτικό υλικό καλύπτει αρκετά τους επιδιωκόμενους σκοπούς και στόχους.

Γ.2. Διαπραγματεύεται αυθεντικές, πραγματικές, ρεαλιστικές καταστάσεις;

Τις περισσότερες φορές διαπραγματεύεται ρεαλιστικές καταστάσεις.

Γ.3. Είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων;

Σε μεγάλο βαθμό είναι προσαρμοσμένο στις ανάγκες των εκπαιδευόμενων. Όμως επειδή ο κάθε εκπαιδευτικός έχει το δικό του προσωπικό προφίλ, πάντα χρειάζεται κάποια μικρή ή μεγάλη προσαρμογή στην εκάστοτε σχολική τάξη.

Γ.4. Χαρακτηρίζεται από ευελιξία;

Ναι, πιστεύω ότι είναι πολύ ευέλικτο

Γ.5. Υπάρχει συνδυασμός γνώσεων από διαφορετικές επιστημονικές περιοχές

(διαθεματική προσέγγιση);

Ναι, υπάρχει διαθεματική προσέγγιση.

Γ.6. Επιβραβεύεται ο μαθητής σε σωστές απαντήσεις – λύσεις;

Φυσικά και επιβραβεύεται ο μαθητής σε κάθε δραστηριότητα.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Γ.7. Επιτρέπει την αλληλεπίδραση ανάμεσα σε εκπαιδευτικό και εκπαιδευόμενο;

Σε πολύ μεγάλο βαθμό, αφού το δίνει και τη δυνατότητα να επικοινωνήσει μαζί του τηλεφωνικά ή με e-mail.

Γ.8. Είναι σύγχρονο και ενημερωμένο;

Θεωρώ ότι είναι απόλυτα σύγχρονο και ενημερωμένο εκπαιδευτικό υλικό.

Γ.9. Προσαρμόζεται στο κάθε στιλ και ρυθμό μάθησης των εκπαιδευόμενων;

Θεωρώ πως ναι, προσαρμόζεται στο κάθε στιλ και ρυθμό μάθησης.

Γ.10. Εμφανίζει διαφορετικούς τρόπους επίλυσης προβλημάτων;

Ναι, το συγκεκριμένο υλικό εμφανίζει αρκετούς εναλλακτικούς τρόπους για την επίλυση του προβλήματος της παιδικής παχυσαρκίας.

Γ.11. Καλλιεργεί την κριτική σκέψη των μαθητών;

Σε μεγάλο βαθμό πιστεύω ότι καλλιεργεί την κριτική σκέψη.

Γ.12. Καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων;

Βεβαίως και καλλιεργεί την ικανότητα λήψης αποφάσεων.

#### Δ. Αξιολόγηση ως προς την ευγρηστία του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Δ.1. Δίνει τη δυνατότητα στο χρήστη για έλεγχο της ροής των πληροφοριών;

Σε αρκετά μεγάλο βαθμό δίνει τη δυνατότητα ο χρήστης να ελέγξει τις πληροφορίες και τη ροή τους.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Δ.2. Αλληλοεπιδρά με τον χρήστη;

Σε πάρα πολλά σημεία της διδασκαλίας υπάρχει αλληλεπίδραση με το χρήστη

Δ.3. Προάγει την αυτενέργεια και αυτονομία των χρηστών;

Βεβαίως και προάγει την αυτενέργεια και την αυτονομία των μαθητών.

Δ.4. Οδηγεί σε πρωτοβουλίες για περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση του θέματος;

Μέσα από την πλούσια βιβλιογραφία που διατίθεται και βέβαια επιτυγχάνεται η περαιτέρω διερεύνηση και ενημέρωση πάνω στο συγκεκριμένο θέμα.

Δ.5. Είναι εύκολο και γρήγορο ως προς το χειρισμό του και την πλοήγηση του;

Ναι, πολύ εύκολο!!

Δ.6. Βοηθά με συμβουλές, σχόλια και οδηγίες στην εκτέλεση των απαιτούμενων από το χρήστη ενεργειών;

Βοηθάει πολύ το μαθητή με τις συμβουλές, τα σχόλια και τις οδηγίες για τις ενέργειες που πρέπει να πραγματοποιήσει σε κάθε δραστηριότητα

#### Ε. Αξιολόγηση ως προς την παρουσίαση και δομή του υλικού

Σε ποιο βαθμό το εκπαιδευτικό υλικό:

Ε.1. Προσελκύει το ενδιαφέρον των μαθητών;

Σε πολύ μεγάλο βαθμό προσελκύει το ενδιαφέρον των μαθητών.

Ε.2. Διαθέτει καλή εμφάνιση και αισθητική;

Ναι, διαθέτει πάρα πολύ καλή εμφάνιση αλλά και αισθητική.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

Ε.3. Έχει κατανοητό και εύληπτο περιεχόμενο;

Για την ηλικία που απευθύνεται, βέβαια και διαθέτει κατανοητό περιεχόμενο και λεξιλόγιο.

Ε.4. Ανταποκρίνεται στο μαθησιακό επίπεδο και στην ηλικία των παιδιών;

Ναι, ανταποκρίνεται απόλυτα στο μαθησιακό επίπεδο και την ηλικία των μαθητών της γ' και δ' δημοτικού.

Ε.5. Δημιουργεί θετική, ευχάριστη διάθεση στον χρήστη για να συνεχίσει να το χρησιμοποιεί;

Ναι, δημιουργεί!!!

Ε.6. Σχετίζεται με τις εμπειρίες και τα βιώματα των παιδιών;

Σε πολύ μεγάλο βαθμό και μάλιστα είναι ένα υλικό που έχουν ανάγκη τα σύγχρονα παιδιά.

Ε.7. Έχει ολοκληρωμένη δομή, οργάνωση και αλληλουχία του περιεχομένου;

Έχει και δομή και οργάνωση και αλληλουχία περιεχομένου

Ε.8. Είναι απαλλαγμένο από ορθογραφικά, γραμματικά, συντακτικά λάθη;

Νομίζω πως, ναι.

Ε.9. Έχει ευανάγνωστα κείμενα;

Ναι.



*Ερμιόνη Κυριακάκη, Σχεδιασμός, Υλοποίηση και Αποτίμηση Διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για τη γνωριμία και υιοθέτηση κανόνων υγιεινής διατροφής και σωματικής δραστηριότητας από μαθητές Γ'- Δ' δημοτικού σχολείου, στα πλαίσια της Ευέλικτης Ζώνης*

#### ΣΤ. Συμπερασματικές-τελικές ερωτήσεις

ΣΤ1. Θα χρησιμοποιούσατε το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό στην διδασκαλία σας;

Αν ναι, κατά αποκλειστικότητα ή σε συμπληρωματικά με κάτι άλλο;

Θα το χρησιμοποιούσα κατά αποκλειστικότητα, σίγουρα όμως μέσα στην τάξη και όχι ατομικά ο κάθε μαθητής.

ΣΤ2. Τι ήταν αυτό που σας άρεσε περισσότερο στο υλικό; (δυνατά σημεία)

Μου άρεσαν πάρα πολύ οι ερωτήσεις κατά τη διάρκεια προβολής των βίντεο. Το ευχάριστο δικτυακό περιβάλλον, καθώς και οι λύσεις που προτείνονται για την καθημερινή σωματική άσκηση!

ΣΤ3. Τι θα αλλάζατε στο παρόν υλικό; (βελτιώσεις που μπορούν να γίνουν)

Ίσως θα άλλαζα εικόνες ή το μέγεθός τους σε κάποια σημεία.