



**ΠΛΑΙΣΙΟ ΜΑΘΗΣΗΣ
ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ Α΄ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ 2025 - 2026
Α΄ ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ**

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΠΕΡΙΟΔΟΙ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ: 2**ΜΗ ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ****Διδακτικά εγχειρίδια:**

1. Αγωγή Υγείας Α΄ Γυμνασίου. Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου. Υπηρεσία Ανάπτυξης Προγραμμάτων, 2023.
2. Υφασματολογία (Κόβω - Ράβω) Α΄ Γυμνασίου (Α΄ Έκδοση). Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου. Υπηρεσία Ανάπτυξης Προγραμμάτων, 2012.

Υλικά και μέσα που θα χρησιμοποιήσουν οι μαθητές/μαθήτριες κατά τη διδασκαλία του μαθήματος: Διδακτικά εγχειρίδια, τετράδιο, φάκελος εργασιών

ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΚΟΠΟΣ (ΓΕΝΙΚΟΣ ΔΕΙΚΤΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ)

Σκοπός του μαθήματος της Αγωγής Υγείας είναι η προαγωγή της ψυχικής, σωματικής και κοινωνικής ευεξίας των μαθητών/μαθητριών, ως εφόδιο ζωής, αφενός με την ανάπτυξη προσωπικών και κοινωνικών δεξιοτήτων και αξιών και, αφετέρου με τη συλλογική δράση ως προς την αναβάθμιση του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντός τους.

- https://sch.cy/sch/126/ap_genikos_skopos_kata_taxi.pdf
- <https://agogym.schools.ac.cy/index.php/el/agogi-ygeias/analytiko-programma>

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ (ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ)

- <https://agogym.schools.ac.cy/index.php/el/agogi-ygeias/analytiko-programma>

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ – ΕΝΟΤΗΤΕΣ**Κεφάλαιο 1: Η υγεία μου**

- 1.1 Η έννοια της υγείας
- 1.2 Οι διαστάσεις της υγείας
- 1.3 Καθοριστικοί παράγοντες της υγείας
- 1.4 Δημόσια Υγεία

Κεφάλαιο 2: Ο εαυτός μου

- 2.1 Εαυτός και αυτογνωσία
- 2.2 Οι σημαντικές διαστάσεις του εαυτού
- 2.3 Βασικές συνιστώσες του εαυτού

Κεφάλαιο 3: Η εφηβεία

- 3.1 Η χρονική περίοδος της εφηβείας
- 3.2 Αλλαγές στην εφηβεία
- 3.3 Σημαντικές σχέσεις στην εφηβεία
- 3.4 Φορείς παροχής βοήθειας στην εφηβεία

Κεφάλαιο 4: Ασφάλεια και υγιεινή

- 4.1 Ασφάλεια στην κουζίνα
- 4.2 Ασφάλεια και υγιεινή τροφίμων
- 4.3 Πειραματικές δραστηριότητες στο εργαστήριο

Κεφάλαιο 5: Φαγητό, διατροφή και υγεία (συνεχίζεται στο Β΄ τετράμηνο)

- 5.1 Διατροφή και υγεία
- 5.2 Ο ρόλος της τροφής

<https://agogym.schools.ac.cy/index.php/el/agogi-ygeias/programmatismoι>



ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ	
ΓΡΑΠΤΗ Γραπτή προειδοποιημένη αξιολόγηση (διαγώνισμα) τετράμηνου	ΠΡΟΦΟΡΙΚΗ / ΣΥΝΤΡΕΧΟΥΣΑ (από τον/τη διδάσκοντα/διδάσκουσα)
ΜΟΡΦΗ	ΜΟΡΦΗ
Γραπτή προειδοποιημένη αξιολόγηση κατά τη διάρκεια του τετράμηνου διάρκειας σαράντα (40) λεπτών / σαράντα πέντε (45) λεπτών.	i. Συμμετοχή του/της μαθητή/μαθήτριας στην τάξη ή/και στο εργαστήριο (η προσπάθεια που καταβάλλει, το ενδιαφέρον που επιδεικνύει, η συνέπεια στις υποχρεώσεις και στα καθήκοντά του/της, η αυτοαξιολόγησή του/της). ii. Κατ' οίκον εργασία (η συνέπεια στη συμπλήρωση της κατ' οίκον εργασίας, η οποία δίνεται για εμπέδωση των διδακτέων, εφόσον χρειαστεί, αλλά και ως προετοιμασία για τη γραπτή αξιολόγηση). iii. Ατομική ή ομαδική δημιουργική εργασία μελέτης (προετοιμάζεται κατόπιν ανάθεσης και με την καθοδήγηση του/της διδάσκοντα/διδάσκουσας και αξιολογούνται τα πιο κάτω: προγραμματισμός πορείας εργασίας, συγκέντρωση και επεξεργασία υλικού, συγγραφή εργασίας, παρουσίαση, αναστοχασμός). iv. Πρακτική εργασία (ενεργός συμμετοχή του/της μαθητή/μαθήτριας σε δημιουργικές εργασίες και στη διεξαγωγή πειραματικών δραστηριοτήτων). v. Δραστηριότητες διάκρισης ή/και εθελοντική εργασία οι οποίες σχετίζονται με το μάθημα πέραν της διδασκαλίας στην τάξη.