

# Ο Naro για τους δασκάλους



Ο Naro στο...Προστάτεψε το σώμα σου - Κίνδυνοι και Προστασία της πλάτης

Scene URL: <https://napofilm.net/el/learning-with-napo/napo-for-teachers/be-body-wise-napo-back>

## Introductory text

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό εργαλείο για την ΑΥΕ εισάγει τα παιδιά στη σημασία της προστασίας του δέρματος και της πλάτης από απλούς, καθημερινούς κινδύνους. Με την αξιοποίηση σειράς εργασιών και δραστηριοτήτων, το εκπαιδευτικό εργαλείο έχει ως στόχο να βοηθήσει τα παιδιά να αναγνωρίζουν τους κινδύνους για τη σωματική υγεία και την ασφάλεια εξαιτίας κακών συνηθειών που μπορεί ωστόσο να αποφευχθούν, να αναγνωρίζουν εκ των προτέρων παρόμοιους κινδύνους σε άλλες, νέες καταστάσεις καθώς και να τους εξηγήσει πώς να αποφεύγουν τους κινδύνους αυτούς.

## Μαθησιακοί Στόχοι

Αναγνώριση των κινδύνων που απειλούν τη σωματική ασφάλεια και υγεία  
Πρόβλεψη ανάλογων κινδύνων σε νέες καταστάσεις  
Ικανότητα εξήγησης τρόπων αποφυγής σχετικών κινδύνων

## Unterrichtseinstieg

### Διάρκεια: 5 λεπτά

Προτεινόμενες δράσεις:

- Παρουσίαση στους μαθητές ενός σχεδίου ή μιας φωτογραφίας ενός ανθρώπινου σκελετού

Οι μαθητές θα πρέπει να κάνουν μία προσπάθεια εκτίμησης του συνολικού αριθμού των κοκάλων που συνθέτουν τον ανθρώπινο σκελετό (απάντηση: 280 κόκαλα)

- Συζήτηση με τα παιδιά για το αν ποτέ τα ίδια (ή οι γονείς τους) παρουσίασαν προβλήματα υγείας σχετικά με την πλάτη τους

## Δραστηριότητες

### 40/45 λεπτά

Δείτε την ταινία Naro που σχετίζεται με αυτό το μάθημα: [«Ο Naro στο...Μειώστε την καταπόνηση - Μυοσκελετικά προβλήματα που σχετίζονται με την εργασία»](#)

Divide and rule

# Ο Naro για τους δασκάλους



## Ο Naro στο...Προστάτεψε το σώμα σου - Κίνδυνοι και Προστασία της πλάτης

Διαίρει και βασιλεύει

Σκέψη για κίνηση

Κράτα με σφιχτά

Εργονομία - Δραστικά μέτρα (σκηνή με Η/Υ)

Η δράση αυτή περιλαμβάνει συζήτηση για το σώμα μας και το πόσο ευαίσθητο είναι σε επιβλαβείς παράγοντες (πηγές κινδύνου) που σχετίζονται με τη λανθασμένη στάση όταν καθόμαστε, ανυψώνουμε βάρη ή στεκόμαστε όρθιοι. Η συζήτηση μπορεί να επεκταθεί στους πιθανούς τρόπους ή άλλα μέτρα που μπορούμε να λάβουμε ώστε να αποφύγουμε τυχόν βλάβες στην πλάτη που οφείλονται σε αυτούς τους κινδύνους. Μπορείτε ακόμα να χρησιμοποιήσετε το πρότυπο σχήμα αποτύπωσης του ανθρώπινου σώματος και πάνω του να κολλήσετε προειδοποιητικές πινακίδες για κινδύνους που σχετίζονται με την πλάτη, παρέχοντας κατάλληλες συμβουλές στα παιδιά ώστε να παραμείνουν υγιή, λαμβάνοντας τα κατάλληλα μέτρα πρόληψης για την αποφυγή τους.

## Περαιτέρω ανάπτυξη του θέματος

Γράψτε ή αναπαραστήστε μιαν ιστορία όπου ο Naro μαθαίνει για τους κινδύνους που σχετίζονται με το σώμα του (με ειδική αναφορά στην πλάτη) στην περίοδο των διακοπών του.

Στην ιστορία αυτή μπορεί να περιλαμβάνονται καταστάσεις όπως:

Σηκώνω μια βαριά βαλίτσα

Πολύωρη απασχόληση με ένα ηλεκτρονικό παιχνίδι

## Αξιολόγηση

Κάθε μαθητής εξηγεί στην τάξη τι σημαίνει «προστατεύω το σώμα μου» κάνοντας ειδική αναφορά στην πλάτη και δίνοντας σχετικά παραδείγματα.

Ελέγξτε το επίπεδο κατανόησης των όσων συζητήθηκαν στην τάξη και του κατά πόσο οι μαθητές έχουν πετύχει τους μαθησιακούς στόχους. Πολύ συχνά, εκπαιδευτές και εκπαιδευόμενοι αξιολογούν το επίπεδο γνώσης που αποκτήθηκε μέσω της εκπαιδευτικής διαδικασίας με βάση το ακόλουθο εργαλείο επιβράβευσης:

- **βραβείο (χρυσό):** Σε όσα παιδιά είναι σε θέση να παραθέσουν και να εξηγήσουν τουλάχιστον τρεις (3) περιπτώσεις κινδύνων για την πλάτη και αντίστοιχους τρόπους πρόληψης.
- **βραβείο (αργυρό):** Σε όσα παιδιά είναι σε θέση να παραθέσουν και να εξηγήσουν δύο (2) περιπτώσεις κινδύνων για την πλάτη και αντίστοιχους τρόπους πρόληψης.
- **βραβείο (χάλκινο):** Σε όσα παιδιά είναι σε θέση να παραθέσουν και να εξηγήσουν μία (1) περίπτωση κινδύνου για την πλάτη και πώς αυτή μπορεί να προληφθεί.

## Απαιτούμενο εκπαιδευτικό υλικό

- Πρότυπο σχέδιο Ανθρώπινο Σώμα
- Απλό λευκό χαρτί και μολύβια
- Προειδοποιητικές πινακίδες π.χ. μην “κολλάς” μπροστά στον ηλεκτρονικό υπολογιστή
- Πινακίδες με επιτυχημένες συμβουλές για να κολλήσουν τα παιδιά πάνω στο πρότυπο σχέδιο «Ανθρώπινο Σώμα» π.χ. κάθισε με την πλάτη σε όρθια θέση
- Δελτίο βοήθειας για δασκάλους: κίνδυνοι για την πλάτη
- [Ο Naro στο...Προστάτεψε το σώμα σου - Κίνδυνοι και Προστασία της πλάτης](#)

Για την μεταφόρτωση των παρεχόμενων πόρων, πηγαίνετε στη διεύθυνση: [Βιβλιοθήκη εκπαιδευτικού υλικού](#)

# Ο Ναρο για τους δασκάλους



Ο Ναρο στο...Προστάτεψε το σώμα σου - Κίνδυνοι και Προστασία της πλάτης

## Σύνδεση με άλλες Θεματικές Ενότητες

### **Θεματικό πεδίο: Εκπαίδευση του ατόμου, κοινωνική εκπαίδευση και αγωγή υγείας**

Κανόνες και τρόποι για τη διατήρηση της προσωπικής μας ασφάλειας

Αναγνώριση του πώς η συμπεριφορά των μαθητών επηρεάζει τους άλλους ανθρώπους

Εκτίμηση των κινδύνων που απειλούν την προσωπική υγεία και περιορισμός τους, όπου αυτό είναι δυνατόν

### **Θεματικό πεδίο: Φυσική Αγωγή**

Εκτίμηση του κινδύνου σε κάθε σωματική δραστηριότητα και υιοθέτηση σχετικών συμπεριφορών πρόληψης

### **Θεματικό πεδίο: Επιστήμες**

Ανάπτυξη της ικανότητας αναγνώρισης της χρησιμοποιούμενης σε διάφορους επιστημονικούς τομείς σήμανσης (πινακίδες) και της δυνατότητας κατανόησης της ιδιαίτερης σημασίας της ή της παρεχόμενης σχετικής πληροφόρησης

### **Θεματικό πεδίο: Αγωγή του πολίτη**

Αναγνώριση των διαφόρων πηγών κινδύνου, αξιολόγηση των κινδύνων που αυτές συνεπάγονται και προσδιορισμός των αναγκαίων μέτρων για τον αποτελεσματικό έλεγχό τους

### **Θεματικό πεδίο: Γλώσσα / Εκμάθηση ξένων γλωσσών**

Σύνταξη από τους μαθητές μιας ολοκληρωμένης ιστορίας με αρχή, μέση και τέλος, αποτελούμενη από απλές προτάσεις