



Ενότητα 6
Σχέδιο μαθήματος 1



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Όνομα μαθήματος	Βήμα προς βήμα – Θέτοντας στόχους και γιορτάζοντας την πρόοδο
Σύνδεση με το Πλαίσιο ThrivingSchools	<p>Το μάθημα αυτό υποστηρίζει την Επίτευξη, βοηθώντας τους μαθητές να θέτουν στόχους, να παρακολουθούν την πρόοδό τους και να γιορτάζουν τόσο την ατομική όσο και τη συλλογική επιτυχία. Αναπτύσσει δεξιότητες Κοινωνικοσυναισθηματικής Μάθησης (SEL) όπως η αυτοδιαχείριση, η κινητοποίηση και η κοινωνική συνείδηση. Ενσωματώνει προσδοκίες SWPBS όπως ο Σεβασμός στη Μάθηση και ο Σεβασμός στον Εαυτό σου, ενώ εισάγει τη συνεργατική επιτυχία μέσω κοινών στόχων της τάξης.</p>
Διάρκεια	60 λεπτά
Ηλικιακό εύρος	10–12 ετών
Στόχοι	<p>Με την ολοκλήρωση αυτού του μαθήματος, οι μαθητές θα μπορούν να:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Θέτουν έναν προσωπικό και έναν κοινό στόχο της τάξης χρησιμοποιώντας το πλαίσιο SMART. 2. Εντοπίζουν δύο ενέργειες που υποστηρίζουν την επίτευξη αυτών των στόχων. 3. Αναγνωρίζουν την πρόοδο στον εαυτό τους και στους άλλους και να γιορτάζουν τις κοινές επιτυχίες.
Χώρος	Αίθουσα διδασκαλίας ή ανοιχτός χώρος
Απαραίτητο Υλικό/Πόροι	<ul style="list-style-type: none"> ● Φύλλο εργασίας SMART στόχων ● Φύλλο παρακολούθησης προόδου ● Μεγάλα χαρτιά, μαρκαδόροι σε διάφορα χρώματα, αυτοκόλλητα ● Υλικά για την “Πρόκληση Ομαδικού Πύργου”: χάρτινα ποτηράκια ή τουβλάκια (10–15), χρονόμετρο

Δραστηριότητες μαθήματος

Δραστηριότητα 1 – Η Δύναμη του «Ακόμα» (10 λεπτά)

Σκοπός: Αυτή η δραστηριότητα βοηθά τους μαθητές να κατανοήσουν ότι η προσπάθεια και η επιμονή είναι το κλειδί για την επιτυχία, και ότι το «ακόμα» σημαίνει πως η πρόοδος είναι ακόμη δυνατή.

Βήμα προς βήμα:

1. Γράψτε στον πίνακα: «Δεν μπορώ να το κάνω... ακόμα!» Ρωτήστε τι αλλάζει όταν προσθέτουμε το «ακόμα».
2. Δείξτε ένα σύντομο βίντεο 2 λεπτών ή αφηγηθείτε μια ιστορία για ένα διάσημο πρόσωπο που πέτυχε μετά από πολλές προσπάθειες (π.χ. J.K. Rowling, Michael Jordan).
3. Ζητήστε από τους μαθητές να μοιραστούν σε ζευγάρια κάτι που δεν μπορούσαν να κάνουν παλαιότερα αλλά έμαθαν με εξάσκηση.
4. Συνοψίστε: η επιτυχία προέρχεται από την προσπάθεια, όχι από την τελειότητα.

Διδακτική μέθοδος: Αναστοχαστική συζήτηση.

Εμπλοκή: Ανταλλαγή προσωπικών εμπειριών και σύνδεση με καταστάσεις της πραγματικής ζωής.

Μέγεθος ομάδας: Ολομέλεια → Ζευγάρια.

Πόροι: Πίνακας, προαιρετικό βίντεο.

Δραστηριότητα 2 – Πρόκληση Ομαδικού Πύργου (Συνεργατικό παιχνίδι – 25 λεπτά)

Σκοπός: Αυτή η δραστηριότητα βοηθά τους μαθητές να βιώσουν την ομαδική δουλειά, τον σχεδιασμό και την επιμονή — δείχνοντάς τους ότι η επιτυχία συχνά απαιτεί συνεργασία και επικοινωνία.

Βήμα προς βήμα:

1. Χωρίστε τους μαθητές σε μικρές ομάδες (4–5 άτομα). Δώστε σε κάθε ομάδα 10–15 χάρτινα ποτηράκια ή τουβλάκια.
2. Εξηγήστε την πρόκληση: «Χτίστε τον ψηλότερο πύργο που μπορείτε σε 10 λεπτά χρησιμοποιώντας μόνο αυτά τα υλικά.»
3. Πριν ξεκινήσουν, κάθε ομάδα πρέπει να θέσει έναν **SMART Ομαδικό Στόχο** (π.χ. Θα χτίσουμε έναν πύργο τουλάχιστον 40 εκ. σε 10 λεπτά, δουλεύοντας ήσυχα και με τη σειρά).
4. Ξεκινήστε το χρονόμετρο και παρατηρήστε τη συνεργασία και την επίλυση προβλημάτων.
5. Όταν ο χρόνος τελειώσει, μετρήστε κάθε πύργο και ζητήστε από τις ομάδες να αναστοχαστούν:
 - Τι σας βοήθησε να πετύχετε;
 - Τι θα αλλάζατε την επόμενη φορά;
 - Πώς νιώσατε δουλεύοντας ως ομάδα;

6. Συγχαρείτε όλες τις ομάδες για την προσπάθεια και τη συνεργασία — τονίστε ότι επιτυχία = προσπάθεια + ομαδική εργασία.

Διδακτική μέθοδος: Συνεργατική μάθηση και βιωματικό παιχνίδι.

Εμπλοκή: Πρακτική, ενεργητική δραστηριότητα που προάγει την αλληλοϋποστήριξη.

Μέγεθος ομάδας: Μικρές ομάδες 4–5 ατόμων.

Πόροι: Χάρτινα ποτηράκια/τουβλάκια, μεζούρα, χρονόμετρο, ερωτήσεις αναστοχασμού.

Δραστηριότητα 3 – Ο SMART Στόχος μου & Παρακολούθηση Προόδου (25 λεπτά)

Σκοπός: Αυτή η δραστηριότητα καθοδηγεί τους μαθητές να μεταφέρουν την εμπειρία της ομαδικής εργασίας στον καθορισμό ατομικών στόχων και στον αναστοχασμό, συνδέοντας την προσπάθεια και την πρόοδο με την προσωπική ανάπτυξη.

Βήμα προς βήμα:

1. Παρουσιάστε το πλαίσιο SMART Στόχων (Συγκεκριμένος, Μετρήσιμος, Εφικτός, Σχετικός, Χρονικά προσδιορισμένος). Δώστε παράδειγμα: «Θα διαβάσω ένα νέο βιβλίο μέχρι το τέλος του μήνα.»
2. Μοιράστε το Φύλλο εργασίας SMART Στόχου. Οι μαθητές γράφουν έναν προσωπικό στόχο εμπνευσμένο από όσα έμαθαν στη συνεργατική δραστηριότητα.
3. Χρησιμοποιώντας το **Φύλλο Παρακολούθησης Προόδου**, οι μαθητές καταγράφουν δύο μικρές ενέργειες για την επίτευξη του στόχου τους.
4. Σε ζευγάρια, μοιράζονται τους στόχους τους και δίνουν μια θετική ανατροφοδότηση («Ακούγεται ξεκάθαρο επειδή...»).
5. Κλείστε με αναστοχασμό: «Ποιο βήμα θα κάνω πρώτο;» και «Πώς θα γιορτάσω τις μικρές νίκες;»

Διδακτική μέθοδος: Καθοδηγούμενος αυτοαναστοχασμός και ανατροφοδότηση από τους συμμαθητές.

Εμπλοκή: Ατομική ευθύνη με ενθάρρυνση από συνομηλίκους.

Μέγεθος ομάδας: Ατομικά → Ζευγάρια → Ολομέλεια τάξης.

Πόροι: Φύλλο εργασίας SMART στόχου, Φύλλο παρακολούθησης προόδου, στυλό.

Αξιολόγηση

- Παρατηρήστε την ομαδική δουλειά, τη συμμετοχή και την επικοινωνία κατά τη διάρκεια του συνεργατικού παιχνιδιού.
- Εξετάστε τα φύλλα εργασίας SMART στόχων για σαφήνεια και σύνδεση με τη μάθηση.
- Χρησιμοποιήστε την ερώτηση εξόδου: «*Τι έμαθα για το να πετυχαίνουμε κάτι μαζί;*»

Πρόσθετοι Πόροι

Dweck, C. (2015). *Growth Mindset: The New Psychology of Success*.

Edutopia (www.edutopia.org): “*How to Foster Student Motivation.*”

MindsetWorks (www.mindsetworks.com).

Παράρτημα

Σημειώσεις για τους εκπαιδευτικούς

Ο στόχος αυτής της συνεδρίας είναι να βοηθήσει τους μαθητές να βιώσουν την επιτυχία τόσο μέσω της προσωπικής προσπάθειας όσο και μέσω της ομαδικής εργασίας. Το μάθημα συνδυάζει τον αυτοαναστοχασμό (SMART στόχοι) με μια συνεργατική πρόκληση, ενισχύοντας την ιδέα ότι η επιτυχία δεν αφορά μόνο τα αποτελέσματα αλλά και την επιμονή, τον σχεδιασμό και τη συνεργασία.

Πριν από το μάθημα:

- Ετοιμάστε Φύλλα εργασίας SMART Στόχων και Φύλλα Παρακολούθησης Προόδου (ένα ανά μαθητή).
- Οργανώστε υλικά για την Πρόκληση Ομαδικού Πύργου (10–15 χάρτινα ποτηράκια, τουβλάκια ή ανακυκλώσιμα υλικά ανά ομάδα, καθώς και χρονόμετρο και μεζούρα).
- Προβάλετε στον πίνακα τη φράση «Επιτυχία = Προσπάθεια + Ομαδικότητα» ως οπτική αναφορά.

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος:

- Διατηρήστε μια ενθαρρυντική και διασκεδαστική ατμόσφαιρα— γιορτάστε την πρόοδο, όχι μόνο τον «ψηλότερο πύργο».
- Παρατηρήστε πώς επικοινωνούν οι ομάδες και αναδείξτε θετική συνεργασία (π.χ. ακρόαση, ενθάρρυνση, επίλυση προβλημάτων).
- Δώστε επαίνους χρησιμοποιώντας γλώσσα που προάγει την νοοτροπία ανάπτυξης, όπως:
 - «Μου άρεσε που συνεχίσατε να δοκιμάζετε νέες ιδέες.»
 - «Συνεργαστήκατε ακόμη και όταν ήταν δύσκολο.»
 - «Το σχέδιό σας έδειξε επιμονή και ομαδικότητα.»

Προσαρμογές:

- Για ομάδες μικρότερης ηλικίας ή ομάδες με μαθητές μικτών ικανοτήτων, μειώστε την πολυπλοκότητα στόχων ή παρατείνετε τον χρόνο κατασκευής.
- Για διαδικτυακή μάθηση, ο «πύργος» μπορεί να φτιαχτεί από εικονικά αντικείμενα ή σχέδια.
- Ενθαρρύνετε τους μαθητές να εφαρμόσουν SMART στόχους σε οποιονδήποτε τομέα (μάθηση, καλοσύνη, χόμπι, αθλητισμό).

Υποστηρικτικό Υλικό

Φύλλο Εργασίας SMART Στόχου

Χρησιμοποίησε αυτό το φύλλο για να ορίσεις με σαφήνεια τον προσωπικό σου στόχο ή στόχο για το σχολείο. Βεβαιώσου ότι ακολουθεί τα κριτήρια SMART:

Βήμα SMART	Ερώτηση οδηγός	Ο στόχος μου
Συγκεκριμένος	Τι ακριβώς θέλω να πετύχω;	
Μετρήσιμος	Πώς θα ξέρω ότι κάνω πρόοδο;	
Εφικτός	Είναι αυτός ο στόχος ρεαλιστικός για μένα τώρα;	
Σχετικός	Γιατί αυτός ο στόχος έχει σημασία για μένα;	
Χρονικά προσδιορισμένος	Πότε θέλω να τον πετύχω;	

Ερώτηση Αναστοχασμού: Μία ενέργεια που θα κάνω σήμερα για να έρθω πιο κοντά στον στόχο μου είναι...

Φύλλο Παρακολούθησης Προόδου

Χρησιμοποίησε αυτό το φύλλο για να παρακολουθήσεις την προσπάθειά σου και τις μικρές επιτυχίες μέσα στην εβδομάδα. Κάθε μέρα, σημείωσε ✓ όταν ολοκληρώνεις το βήμα σου ή ★ όταν καταβάλλεις μεγάλη προσπάθεια.

Ημέρα	Το βήμα δράσης μου	✓/★	Σημείωση Αναστοχασμού
Δευτέρα			
Τρίτη			
Τετάρτη			
Πέμπτη			
Παρασκευή			

Εβδομαδιαίος Αναστοχασμός:

- Για τι νιώθω περήφανος/η αυτή την εβδομάδα;
- Τι έμαθα σχετικά με την επιμονή;
- Τι είναι αυτό που θα προσπαθήσω ξανά την επόμενη εβδομάδα;

Οδηγός Πρόκλησης Ομαδικού Πύργου

Σκοπός:

Να ενισχύσει το αίσθημα της επιτυχίας των μαθητών μέσω ομαδικής εργασίας και συλλογικής επίλυσης προβλημάτων.

Υλικά ανά ομάδα:

- 10–15 χάρτινα ποτηράκια ή τουβλάκια
- 1 μεζούρα
- 1 χρονόμετρο (10 λεπτά)

Οδηγίες:

1. Κάθε ομάδα ορίζει έναν SMART Ομαδικό Στόχο (π.χ. «Θα χτίσουμε έναν πύργο τουλάχιστον 40 εκ. σε 10 λεπτά δουλεύοντας ήσυχα και με τη σειρά.»)
2. Οι ομάδες κατασκευάζουν ενώ ο εκπαιδευτικός παρατηρεί την ομαδική εργασία και την επικοινωνία.
3. Όταν ο χρόνος τελειώσει, μετρήστε τους πύργους και συζητήστε:
 - Τι βοήθησε την ομάδα σας να πετύχει;
 - Τι μάθατε σχετικά με τη συνεργασία;
 - Πώς νιώσατε όταν η ομάδα πέτυχε τον στόχο της;

Αναμενόμενα Μαθησιακά Οφέλη:

- Κατανόηση ότι η επιτυχία περιλαμβάνει κοινή προσπάθεια, επιμονή και συναισθηματική ρύθμιση.
- Βίωση θετικής ενίσχυσης μέσω της ομαδικής επιτυχίας.

Εναλλακτικές Δραστηριότητες

Κήπος Στόχων (Δημιουργική Προέκταση)

Οι μαθητές σχεδιάζουν μια τοιχογραφία «Κήπος Στόχων» όπου κάθε λουλούδι αντιπροσωπεύει έναν στόχο. Το κοτσάνι = τα βήματα δράσης τους, τα φύλλα = πράγματα ή άτομα που τους υποστηρίζουν, το λουλούδι = το τελικό τους επίτευγμα. Αυτή η οπτική αναπαράσταση ενισχύει την ιδέα ότι η ανάπτυξη απαιτεί χρόνο και φροντίδα.

Τοίχος Επιτευγμάτων της Τάξης

Δημιουργήστε έναν πίνακα τάξης όπου οι μαθητές τοποθετούν μικρά αυτοκόλλητα σημειώματα με εβδομαδιαίες επιτυχίες τους («Βοήθησα έναν φίλο», «Τελείωσα ένα βιβλίο», «Καθαρίσαμε μαζί τον χώρο μας»). Ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να αναδεικνύει ένα «αστέρι προσπάθειας» κάθε εβδομάδα, αναγνωρίζοντας εξίσου την επιμονή και την καλοσύνη.

Συνεργατική Σκυταλοδρομία (Φυσική Παραλλαγή)

Αν ο χώρος το επιτρέπει, αντικαταστήστε την πρόκληση πύργου με μια σκυταλοδρομία στόχων: κάθε ομάδα ολοκληρώνει μικρές δραστηριότητες (π.χ. ταξινόμηση, οργάνωση καρτών, απλά παζλ). Οι ομάδες καταγράφουν κάθε επιτυχία σε ένα κοινό «Ημερολόγιο Επιτευγμάτων». Αυτή η επιλογή είναι ιδανική για μαθητές κιναισθητικού τύπου και για συνεδρίες σε υπαίθριους χώρους.

Αναστοχασμός Εκπαιδευτικού

Μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να αναλογιστούν:

- Ποιες δραστηριότητες ενέπλεξαν περισσότερο τους μαθητές;
- Κατάλαβαν οι μαθητές ότι η επίτευξη είναι πρόοδος και όχι μόνο νίκη;
- Πώς μπορώ να ενσωματώσω τον καθορισμό στόχων στην καθημερινή ρουτίνα της τάξης;