Thriving Schools

Σχέδιο Μαθήματος
Εμπλοκή



Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Μέρος Α

Όνομα μαθήματος	Μαζί ευημερούμε: ποια τα χαρακτηριστικά της ενεργού συμμετοχής;
Σύνδεση με το Πλαίσιο Thriving Schools	Το μάθημα υποστηρίζει κυρίως την **Εμπλοκή (Engagement)**, βοηθώντας τους μαθητές να αναγνωρίζουν τι τους κρατά συγκεντρωμένους, ενεργούς και ουσιαστικά συμμετέχοντες στη μαθησιακή διαδικασία. Μέσα από συνεργατικές προκλήσεις, οι μαθητές εξασκούνται στη συγκέντρωση, στην ενεργή συνεισφορά και στην επιμονή. Παράλληλα, η συνεργασία, η επικοινωνία με σεβασμό και η υποστήριξη μεταξύ συμμαθητών ενισχύουν και τις θετικές σχέσεις. Οι θετικές ρουτίνες και η ανατροφοδότηση βοηθούν στη δημιουργία ενός υποστηρικτικού κλίματος τάξης και στην εφαρμογή της Εμπλοκής στην καθημερινή σχολική ζωή. **Στοιχείο PERMA:** Εμπλοκή (Engagement). **Δεξιότητες SEL:** Αυτογνωσία, αυτοδιαχείριση, συνεργασία και κοινωνική επίγνωση. **Πρακτικές SWPBS:** Σαφείς προσδοκίες, ενεργή συμμετοχή, θετική ανατροφοδότηση, συνεργασία και επικοινωνία με σεβασμό.
Διάρκεια	45 λεπτά
Ηλικιακό Εύρος	10-12 ετών
Οργάνωση	Ολομέλεια, μικρές ομάδες 4–5 μαθητών, ατομική εργασία και εργασία σε ζευγάρια
Χώρος	Το μάθημα πραγματοποιείται μέσα στην τάξη, η οποία έχει διαμορφωθεί έτσι ώστε να υποστηρίζει τη συνεργατική ομαδική εργασία και την ενεργή συμμετοχή. Τα θρανία ή τα τραπέζια είναι οργανωμένα σε μικρές ομάδες για να ενθαρρύνουν την επικοινωνία και την ομαδική εργασία. Η δραστηριότητα μπορεί επίσης να περιλαμβάνει ένα σύντομο τμήμα κίνησης ή αναστοχασμού, το οποίο μπορεί να γίνει σε έναν εσωτερικό ανοιχτό χώρο (π.χ. στο πίσω μέρος της τάξης ή σε έναν κοινόχρηστο χώρο) ώστε να διευκολυνθεί η συμμετοχή και η αλληλεπίδραση.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Τύπος Δραστηριότητας	Βιωματικό και συνεργατικό μάθημα διερεύνησης της ενεργού εμπλοκής, της συγκέντρωσης και της ομαδικής συμμετοχής
Στόχοι	Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι μαθητές θα μπορούν να: • **Αναγνωρίζουν** πότε αισθάνονται περισσότερο συγκεντρωμένοι και ενεργά εμπλεκόμενοι σε μια μαθησιακή δραστηριότητα. • **Εντοπίζουν** παράγοντες και στρατηγικές που τους βοηθούν να διατηρούν τη συγκέντρωση, το ενδιαφέρον και την ενεργή συμμετοχή τους. • **Περιγράφουν** πώς η κατάλληλη πρόκληση, η συνεργασία και η υποστήριξη από τους άλλους μπορούν να επηρεάσουν την εμπλοκή τους. • **Εφαρμόζουν** στρατηγικές που τους βοηθούν να παραμένουν ενεργά εμπλεκόμενοι όταν μια δραστηριότητα γίνεται δύσκολη ή όταν χάνουν τη συγκέντρωσή τους. • **Θέτουν** έναν προσωπικό στόχο για το πώς μπορούν να συμμετέχουν πιο ενεργά και ουσιαστικά στη μάθησή τους.
Απαραίτητο Υλικό/Πόροι	• **Πίνακας και μαρκαδόροι** – για την καταγραφή βασικών ιδεών, ομαδικών αναστοχασμών και τη σύνοψη μοτίβων συμμετοχής κατά τη διάρκεια των συζητήσεων. • **Αυτοκόλλητα χαρτάκια** – για χρήση στη Δραστηριότητα 1, ώστε οι μαθητές να γράψουν και να μοιραστούν προσωπικές στρατηγικές συμμετοχής. • **Χαρτί και κολλητική ταινία** – για ομαδικό καταιγισμό ιδεών και για την ανάρτηση των δημιουργιών της ομάδας. • **Χρονόμετρο τάξης** – για να βοηθά στη διαχείριση του χρόνου κατά τις ομαδικές προκλήσεις και τους αναστοχασμούς. • **Κάρτες με ερωτήσεις αναστοχασμού** – με καθοδηγητικές ερωτήσεις για τον κύκλο αναστοχασμού (π.χ. «Τι βοήθησε την ομάδα σας να συνεργαστεί καλά;»). • **Μολύβια και υλικά ζωγραφικής** – για γραφή και δημιουργική διακόσμηση φύλλων εργασίας ή δεσμεύσεων συμμετοχής. • **Πίνακας συμμετοχής της τάξης ή επιτοίχια έκθεση** – ένας ειδικός χώρος για την ανάρτηση των μαθητικών

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

	δεσμεύσεων και για τον εορτασμό της συνεχούς συμμετοχής.
Δραστηριότητες μαθήματος	**Δραστηριότητα 1: Ανακαλύπτοντας τη Συμμετοχή – Τι μας βοηθά να ευημερούμε;** **Βήματα:** **Βήμα 1:** Ξεκινήστε με μια ερώτηση: «Πότε νιώθετε περισσότερο συγκεντρωμένοι και ενθουσιασμένοι για τη μάθηση;» Ενθαρρύνετε τους μαθητές να μοιραστούν προσωπικά παραδείγματα. **Βήμα 2:** Καταγράψτε βασικές ιδέες στον πίνακα σε δύο στήλες: «Ενεργή Συμμετοχή» και «Μη Συμμετοχή». **Βήμα 3:** Κάντε μια σύντομη εισαγωγή στο PERMA και εξηγήστε ότι το «E» αναφέρεται στη Εμπλοκή (Engagement) — το να είμαστε πλήρως απορροφημένοι σε μια δραστηριότητα που θεωρούμε ουσιαστική και ευχάριστη (Παράρτημα 2, Φύλλο Εργασίας 1). **Βήμα 4:** Ζητήστε από τους μαθητές να γράψουν σε ένα αυτοκόλλητο χαρτάκι ένα πράγμα που τους βοηθά να παραμένουν σε συμμετοχή και να το τοποθετήσουν στον πίνακα (Παράρτημα 2, Φύλλο Εργασίας 3). **Βήμα 5:** Συνοψίστε τα μοτίβα (π.χ. ομαδική εργασία, δημιουργικότητα, πρόκληση) και συνδέστε με τον στόχο του σημερινού μαθήματος: «Θα εξερευνήσουμε πώς η ομαδικότητα και ο σεβασμός βοηθούν όλους να συμμετέχουν ενεργά.» **Συμμετοχή μαθητών:** Οι μαθητές αναστοχάζονται, συνεισφέρουν ιδέες και συνδιαμορφώνουν την κατανόηση μέσω του διαλόγου και της οπτικής συμμετοχής. **Δραστηριότητα 2: Η Ομαδική Πρόκληση – Συνεργαζόμαστε με Σεβασμό** **(20–25 λεπτά)** **Βήματα:** **Βήμα 1:** Χωρίστε τους μαθητές σε μικρές ομάδες και εξηγήστε ότι κάθε ομάδα θα ολοκληρώσει μια διασκεδαστική πρόκληση που απαιτεί ομαδική εργασία, συγκέντρωση και δημιουργικότητα (π.χ. κατασκευή του πιο ψηλού πύργου από

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

χαρτί, σχεδίαση της μασκότ της τάξης ή δημιουργία ενός σύντομου τραγουδιού για την καλοσύνη).

Βήμα 2: Επαναλάβετε τις προσδοκίες της τάξης σύμφωνα με τις ρουτίνες SWPBS — ακούμε, παίρνουμε σειρά, ενθαρρύνουμε τους άλλους, γιορτάζουμε την προσπάθεια.

Βήμα 3: Μοιράστε τα υλικά της πρόκλησης και ξεκινήστε το χρονόμετρο (10–15 λεπτά). Ο/Η εκπαιδευτικός κινείται ανάμεσα στις ομάδες ενισχύοντας θετικές συμπεριφορές με λεκτικό έπαινο και ενθάρρυνση (π.χ. «Εξαιρετική ομαδικότητα, βλέπω ότι όλοι συμμετέχετε!»).

Βήμα 4: Όταν ο χρόνος ολοκληρωθεί, κάθε ομάδα παρουσιάζει το δημιούργημά της ή εξηγεί τη διαδικασία που ακολούθησε.

Οι μαθητές συνεργάζονται ενεργά, μοιράζονται ρόλους και βιώνουν τη «ροή» καθώς εστιάζουν σε έναν κοινό στόχο. Εξασκούνται στην επικοινωνία με σεβασμό, στη λήψη αποφάσεων και στη δημιουργική επίλυση προβλημάτων.

Δραστηριότητα 3: Κύκλος Αναστοχασμού – Πώς Συμμετείχαμε;

(10 λεπτά)

Βήματα:

Βήμα 1: Ζητήστε από τους μαθητές να καθίσουν σε κύκλο και να σκεφτούν την εμπειρία τους στην ομαδική δραστηριότητα.

Βήμα 2: Χρησιμοποιήστε καθοδηγητικές ερωτήσεις, όπως: **«Τι βοήθησε την ομάδα σας να λειτουργήσει καλά;», «Πώς νιώσατε όταν συμμετείχατε;», «Πώς συμπεριλάβατε τους άλλους;»**

Βήμα 3: Προσκαλέστε εθελοντές να μοιραστούν τις απαντήσεις τους. Τονίστε τις θετικές συμπεριφορές που παρατηρήθηκαν κατά τη διάρκεια της ομαδικής εργασίας.

Βήμα 4: Συνοψίστε τα βασικά σημεία: Η συμμετοχή ενισχύεται όταν συγκεντρωνόμαστε, συνεργαζόμαστε και υποστηρίζουμε ο ένας τον άλλον.

Οι μαθητές συμμετέχουν μέσω συζήτησης και συναισθηματικού αναστοχασμού, συνδέοντας την εμπειρία τους με την αυτογνωσία και την ενσυναίσθηση. Η δραστηριότητα προάγει τη κοινωνική και συναισθηματική μάθηση ενώ παράλληλα ενισχύει τους κοινούς κανόνες της τάξης.

Δραστηριότητα 4: Μπορώ να έχω ενεργή εμπλοκή!

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

	(8–10 λεπτά) **Βήματα:** **Βήμα 1:** Μοιράστε τα φύλλα εργασίας και ζητήστε από τους μαθητές να συμπληρώσουν τις προτάσεις (Παράρτημα 2, φύλλο εργασίας 2): **«Ένα πράγμα που με βοηθά να παραμένω σε συμμετοχή είναι…»** **«Μια συμπεριφορά που θα εφαρμόσω για να βοηθώ την τάξη μου να παραμένει σε συμμετοχή είναι…»** **«Όταν είμαι συγκεντρωμένος/η, νιώθω…»** **Βήμα 2:** Οι μαθητές γράφουν ήσυχα για 3–5 λεπτά και στη συνέχεια μοιράζονται τις δεσμεύσεις τους με έναν συμμαθητή. **Βήμα 3:** Συλλέξτε ή αναρτήστε τις εθελοντικές δεσμεύσεις στον «Τοίχο Συμμετοχής της Τάξης» για να ενισχύσετε τη συνεχή προσπάθεια και προσήλωση. Οι μαθητές αναλαμβάνουν ευθύνη της μάθησής τους, προσδιορίζοντας προσωπικές στρατηγικές για συγκέντρωση και συμμετοχή τους. Αυτό ενισχύει την αυτορρύθμιση, την εσωτερική παρακίνηση και την υπευθυνότητα — βασικές πτυχές του πυλώνα Engagement (Εμπλοκή-Συμμετοχή) στο μοντέλο PERMA.
Αξιολόγηση	**Διαμορφωτική Αξιολόγηση** • Οι μαθητές δίνουν τουλάχιστον ένα σαφές παράδειγμα για το πότε νιώθουν ότι συμμετέχουν ενεργά. • Οι μαθητές προσδιορίζουν τουλάχιστον έναν παράγοντα που βοηθά στην εμπλοκή- συμμετοχή (π.χ. ομαδική εργασία, πρόκληση, δημιουργικότητα). • Οι μαθητές συμβάλλουν με ιδέες σε αυτοκόλλητα χαρτάκια και ακούν με σεβασμό τους άλλους. • Αν υπάρχει χρόνος, ζητήστε από τους μαθητές να γράψουν μία πρόταση: «Ένα πράγμα που με βοηθά να παραμένω σε συμμετοχή είναι ___.» • Δώστε 1–2 λεπτά ανατροφοδότηση σε όλη την τάξης: επισημάνετε κοινούς παράγοντες συμμετοχής, επαινέστε παραδείγματα και διορθώστε τυχόν παρανοήσεις που ακούσατε. • Παράρτημα 2, φύλλο εργασίας 4. Διερευνητικές ερωτήσεις που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε κατά την παρατήρηση: «Μπορείς να πεις περισσότερα για το γιατί αυτή η δραστηριότητα σε κράτησε συγκεντρωμένο/η;»,

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

	«Πώς σε βοήθησε η συνεργασία με άλλους να διατηρήσεις το ενδιαφέρον σου;»
Πρόσθετοι Πόροι	Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Free Press.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Παραρτήματα

Παράρτημα 1

Σημειώσεις για τον/την Εκπαιδευτικό

Η αποτελεσματική διδασκαλία δεν περιορίζεται στην απλή μετάδοση γνώσεων, αλλά περιλαμβάνει τη δημιουργία ενός μαθησιακού περιβάλλοντος όπου οι μαθητές νιώθουν ασφαλείς, σημαντικοί και παρακινημένοι να συμμετέχουν. Οι παρακάτω συμβουλές έχουν σχεδιαστεί για να σας βοηθήσουν να ενισχύσετε την εμπλοκή- συμμετοχή, να ενθαρρύνετε τη συνεργασία και να υποστηρίξετε θετικές συμπεριφορές καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος. Μοντελοποιώντας τον σεβασμό, δίνοντας σαφείς οδηγίες και ανταποκρινόμενοι με ευελιξία στις ανάγκες των μαθητών, μπορείτε να μεγιστοποιήσετε τη μάθηση, να χτίσετε εμπιστοσύνη και να δημιουργήσετε μια τάξη όπου κάθε μαθητής νιώθει ότι ανήκει και εμπνέεται να συνεισφέρει.

Συστάσεις:

- Δημιουργήστε ένα θετικό, ασφαλές περιβάλλον, ξεκινώντας το μάθημα με ζεστασιά και ενθουσιασμό. Ενισχύστε την άποψη ότι όλες οι ιδέες είναι ευπρόσδεκτες και ότι τα λάθη αποτελούν μέρος της μάθησης.
- Επιδείξτε ενεργητική ακρόαση, ενθάρρυνση και περιέργεια κατά τη διάρκεια συζητήσεων και δραστηριοτήτων. Οι μαθητές συχνά μιμούνται τη συμπεριφορά του/της εκπαιδευτικού.
- Να είστε προετοιμασμένοι να προσαρμόσετε τον χρόνο των δραστηριοτήτων ανάλογα με το επίπεδο συμμετοχής των μαθητών. Κάποιες ομάδες μπορεί να χρειαστούν περισσότερο χρόνο για συνεργασία ή αναστοχασμό.
- Για τις ομαδικές δραστηριότητες, δώστε σύντομες και σαφείς οδηγίες βήμα-βήμα και βεβαιωθείτε ότι οι μαθητές τις έχουν κατανοήσει πριν ξεκινήσετε.
- Προσεγγίστε ευγενικά τους πιο ήσυχους μαθητές με ερωτήσεις όπως «Εσύ τι πιστεύεις για αυτή την ιδέα;» ή «Μπορείς να μοιραστείς κάτι που βοήθησε την ομάδα σου;».
- Χρησιμοποιήστε συγκεκριμένο έπαινο, π.χ. «Παρατήρησα πως βοήθησες τον συμμαθητή σου να συμπεριλάβει όλους στη συζήτηση», αντί για γενικά σχόλια.

Ακόμα και σε ένα καλά σχεδιασμένο μάθημα, μπορεί να εμφανιστούν δυσκολίες που επηρεάζουν τη συμμετοχή των μαθητών, την ενεργό εμπλοκή τους ή τη δυναμική της τάξης. Οι παρακάτω στρατηγικές προσφέρουν πρακτικές λύσεις σε συνηθισμένα ζητήματα, βοηθώντας τον/την εκπαιδευτικό στη διατήρηση ενός θετικού και παραγωγικού μαθησιακού περιβάλλοντος, ενώ υποστηρίζει όλους τους μαθητές να επιτύχουν τους στόχους του μαθήματος.

Τι μπορείτε να κάνετε:

- Αναθέστε ρόλους (χρονομέτρης, παρουσιαστής, ενθαρρυντής κ.λπ.) για να διασφαλίσετε ότι κάθε μαθητής να έχει μια σαφή ευθύνη. Περιηγηθείτε ανάμεσα στις ομάδες για να ελέγχετε ότι όλοι συμβάλλουν.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

- Επαναφέρετε απαλά την προσοχή με ανοιχτές ερωτήσεις, όπως: «Πώς χρησιμοποιεί η ομάδα σας τις ιδέες όλων;» ή «Τι θα έκανε το πρότζεκτ σας ακόμη πιο δημιουργικό;»
- Προσφέρετε φράσεις-εκκινητές: «Ένα πράγμα που με βοήθησε να παραμείνω συγκεντρωμένος ήταν…», «Ένιωσα περήφανος/η όταν…».
- Η συζήτηση σε ζευγάρια πριν από αυτή στην ολομέλεια μπορεί να βοηθήσει στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησης.
- Χρησιμοποιήστε ορατό χρονόμετρο και δώστε περιοδικές υπενθυμίσεις. Να είστε έτοιμοι να συντομεύσετε ή να παρατείνετε ελαφρά τις δραστηριότητες, διατηρώντας τους βασικούς στόχους μάθησης.
- Αντιμετωπίστε συγκρούσεις με ηρεμία και διακριτικότητα. Δείξτε κατανόηση με ενσυναίσθηση και δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων. Υπενθυμίστε ότι η ομαδική εργασία βασίζεται στον σεβασμό και τη συνεργασία.

Αν θέλετε να μεγιστοποιήσετε την εμπλοκή-συμμετοχή:

- Χρησιμοποιήστε οπτικά βοηθήματα (αυτοκόλλητα χαρτάκια, διαγράμματα,αφίσες,) για να γίνουν οι αφηρημένες ιδέες πιο συγκεκριμένες.
- Τονίστε τα μοτίβα στις συνεισφορές των μαθητών για να δείξετε τις συνδέσεις μεταξύ των ιδεών.
- Γιορτάστε μικρές επιτυχίες (λεκτικός έπαινος, αυτοκόλλητα, ανάρτηση εργασιών στον «Τοίχο Συμμετοχής της Τάξης»).
- Ενθαρρύνετε τους μαθητές να παρατηρούν και να αναστοχάζονται για τη δική τους πρόοδο και τις δεξιότητες συνεργασίας.

Μετά το μάθημα, σκεφτείτε:

- Ποιες δραστηριότητες ροκάλεσαν τη μεγαλύτερη συμμετοχή και γιατί;
- Μπόρεσαν οι μαθητές να αναγνωρίσουν στρατηγικές για να παραμείνουν συγκεντρωμένοι και να συνεργαστούν;
- Πώς θα μπορούσατε να προσαρμόσετε μελλοντικά μαθήματα για να ενισχύσετε ακόμη περισσότερο τη συμμετοχή ή τον αναστοχασμό;

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Παράρτημα 2

Φύλλο εργασίας 1: *Τι είναι το PERMA?*

Το PERMA είναι ένα μοντέλο που δημιουργήθηκε από τον ψυχολόγο Martin Seligman για να μας βοηθήσει να κατανοήσουμε τι κάνει τους ανθρώπους χαρούμενους και να ευημερούν.
Κάθε γράμμα αντιπροσωπεύει κάτι που μας βοηθά να νιώθουμε καλά και να τα πηγαίνουμε καλά στη ζωή:

Γράμμα	Έννοια	Σε τι αφορά;
P	**Θετικά Συναισθήματα (Positive Emotions)**	**Το να νιώθουμε χαρά, ευγνωμοσύνη, ελπίδα και καλοσύνη.**
E	**Εμπλοκή-Συμμετοχή (Engagement)**	**Το να είμαστε συγκεντρωμένοι και πλήρως αφοσιωμένοι σε αυτό που κάνουμε.**
R	**Σχέσεις (Relationships)**	**Το να νιώθουμε σύνδεση, υποστήριξη και φροντίδα από τους άλλους.**
M	**Νόημα (Meaning)**	**Το να κάνουμε πράγματα που θεωρούμε σημαντικά και πολύτιμα.**
A	**Επιτεύγματα (Accomplishment)**	**Το να πετυχαίνουμε στόχους και να νιώθουμε περήφανοι για την πρόοδό μας.**

Η Εμπλοκή-Συμμετοχή σημαίνει να είμαστε πλήρως απορροφημένοι σε μια δραστηριότητα που θεωρούμε ουσιαστική και ευχάριστη.

Όταν συμμετέχουμε ενεργά, χάνουμε την αίσθηση του χρόνου γιατί είμαστε τόσο συγκεντρωμένοι και ενθουσιασμένοι με αυτό που κάνουμε!

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Φύλλο εργασίας 2. Πώς μοιάζει η ενεργή συμμετοχή;

Σκέψου το. Απάντησε ή συζήτησε τις παρακάτω ερωτήσεις με έναν συμμαθητή ή σε ομάδα:

Πότε νιώθεις μεγαλύτερη συμμετοχή στην τάξη ή σε άλλες δραστηριότητες;

✏️ _____

✏️ _____

Τι είδους δραστηριότητες σε βοηθούν να συγκεντρώνεσαι και να απολαμβάνεις τη μάθηση;

✏️ _____

✏️ _____

Τι σε δυσκολεύει μερικές φορές να συμμετέχεις ενεργά;

✏️ _____

✏️ _____

Το Προφίλ της Συμμετοχής μου

✅ Νιώθω μεγαλύτερη συμμετοχή όταν… (κυκλώστε όλα όσα ισχύουν)

☐ Όταν δουλεύω σε ομάδα

☐ Όταν λύνω μια πρόκληση ή έναν γρίφο

☐ Όταν δημιουργώ ή ζωγραφίζω κάτι

☐ Όταν βοηθώ άλλους

☐ Όταν μαθαίνω νέες πληροφορίες

☐ Όταν κινούμαι ή είμαι ενεργός/ή

☐ Όταν σκέφτομαι ήσυχα μόνος/η μου

☐ Όταν μοιράζομαι τις ιδέες μου με την τάξη

☐ Άλλο: _____

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Ο Αναστοχασμός μου

Συμπλήρωσε τις παρακάτω προτάσεις:

Ένα πράγμα που με βοηθά να συμμετέχω ενεργά είναι:

✏️ _____

Όταν συμμετέχω ενεργά, αισθάνομαι:

✏️ _____

Ένας τρόπος με τον οποίο μπορώ να βοηθήσω τους άλλους να συμμετέχουν είναι:

✏️ _____

Δοκίμασε τον εαυτό σου!

Ζωγράφισε ή γράψε μια δραστηριότητα στην οποία είσαι τόσο συγκεντρωμένος/η, που δεν καταλαβαίνεις πώς περνάει η ώρα!

🎨 _____

🎨 _____

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Φύλλο εργασίας 3. Πώς μοιάζει η ενεργή συμμετοχή;

Όνομα μαθητή: _____

💬 Πότε νιώθεις περισσότερο συγκεντρωμένος/η και ενθουσιασμένος/η με αυτό που μαθαίνεις;
Γράψε ή ζωγράφισε ένα παράδειγμα παρακάτω.

✏️ **Νιώθω ότι συμμετέχω περισσότερο ενεργά όταν…**

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

💬 Κοίτα τη λίστα ιδεών της τάξης στον πίνακα. Στα παρακάτω πλαίσια γράψε ή ζωγράφισε παραδείγματα που ταιριάζουν με κάθε συναίσθημα.

Όταν **συμμετέχω ενεργά**	Όταν **δεν συμμετέχω ενεργά**
Νιώθω..._____	Νιώθω..._____
Κάνω..._____	Κάνω..._____
Σκέφτομαι..._____	Σκέφτομαι..._____
Δουλεύω καλύτερα όταν..._____	Χάνω τη συγκέντρωσή μου όταν..._____

think..._____

I work best when..._____

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Φύλλο εργασίας 4. *Αξιολόγησε το επίπεδο συμμετοχής σου*

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057



Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Παράρτημα 3

Δραστηριότητα 1. *Η σκάλα της επιτυχίας*



Βήμα 1: Άκουσέ το
Άκου προσεκτικά την έννοια ή τις οδηγίες που εξηγούνται.

Βήμα 2: Δες το
Παρακολούθησε μία επίδειξη ή δες οπτικά παραδείγματα για να καταλάβεις καλύτερα.

Βήμα 3: Κάνε το
Εφάρμοσε την άσκηση ή την έννοια μόνος/η σου μέσα από πρακτική δραστηριότητα.

Βήμα 4: Στοχάσου το
Σκέψου τι έκανες — τι λειτούργησε, τι δεν λειτούργησε και γιατί.

Βήμα 5: Δίδαξέ το
Εξήγησε ή δίδαξε την έννοια σε έναν συμμαθητή — αυτό σε βοηθά να εδραιώσεις τη δική σου κατανόηση.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Σημείωση για εκπαιδευτικούς:

Η δραστηριότητα αναστοχασμού «*Η Σκάλα της Επιτυχίας*» επιτρέπει στους μαθητές να αξιολογούν μόνοι τους την κατανόηση και την πρόοδό τους. Για να διασφαλιστεί ότι όλοι οι μαθητές μπορούν να συμμετέχουν ουσιαστικά, μπορούν να εφαρμοστούν οι παρακάτω εναλλακτικές δραστηριότητες και προσαρμογές, ανάλογα με τις ατομικές ανάγκες και τα μαθησιακά τους στυλ:

- Για μαθητές που δυσκολεύονται στη γραφή ή έχουν προβλήματα όρασης, ενθαρρύνεται η προφορική συμμετοχή. Οι μαθητές μπορούν να εξηγήσουν ποιο σκαλοπάτι της σκάλας αντιπροσωπεύει καλύτερα την κατανόησή τους (π.χ. «Νομίζω ότι βρίσκομαι στο τρίτο σκαλοπάτι γιατί το κατάλαβα όταν το εξασκήθηκα»). Ο/η εκπαιδευτικός ή ένας συμμαθητής μπορεί να καταγράφει τις απαντήσεις σε κοινόχρηστο πίνακα ή ψηφιακή πλατφόρμα.
- Για μαθητές με γνωστικές ή γλωσσικές δυσκολίες, παρέχετε μια εκδοχή της σκάλας με εικονίδια, emoji ή χρώματα που να αντιπροσωπεύουν κάθε σκαλοπάτι (π.χ. 😕 = «Το άκουσα και το ξέχασα», 😊 = «Το έκανα και το κατάλαβα», 🌟 = «Μπορώ να το διδάξω σε κάποιον άλλον»). Οι μαθητές μπορούν να δείχνουν ή να χρωματίζουν το σκαλοπάτι που ταιριάζει στο επίπεδό τους.
- Για μαθητές που μαθαίνουν καλύτερα μέσα από κίνηση (κιναισθητικούς τύπους), δημιουργήστε μια μεγάλη σκάλα στο πάτωμα χρησιμοποιώντας χαρτί ή ταινία. Οι μαθητές στέκονται ή πατούν στο σκαλοπάτι που αντιπροσωπεύει το πώς νιώθουν για τη μάθησή τους. Ακολουθήστε με μια σύντομη αναστοχαστική συζήτηση («Γιατί διάλεξες αυτό το σκαλοπάτι;») για να ενισχύσετε την αυτογνωσία.
- Για μαθητές που προτιμούν τη χρήση τεχνολογίας ή συμμετέχουν εξ αποστάσεως, παρέχετε μια ψηφιακή διαδραστική σκάλα (π.χ. σε Jamboard, Google Slides ή Padlet). Οι μαθητές μπορούν να σύρουν το όνομά τους, ένα εικονίδιο ή ένα avatar στο σκαλοπάτι που ταιριάζει με την κατανόησή τους για το μάθημα.
- Για μαθητές που χρειάζονται επιπλέον υποστήριξη, προσφέρετε καθοδηγούμενες προτάσεις όπως: «Βρίσκομαι στο Σκαλοπάτι ___ γιατί…»· «Νιώθω περήφανος/-η που μπορώ να…»· «Την επόμενη φορά θέλω να φτάσω στο σκαλοπάτι όπου μπορώ να…». Αυτές οι προτάσεις ενθαρρύνουν τον αναστοχασμό και βοηθούν τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις τους με αυτοπεποίθηση.
- Για μαθητές που χρειάζονται πρόσθετη βοήθεια, επαναλάβετε κάθε σκαλοπάτι της σκάλας με σαφή, συγκεκριμένα παραδείγματα. Παρέχετε εξατομικευμένη ή ομαδική συζήτηση ώστε να τους βοηθήσετε να συνδέσουν τις εμπειρίες τους με το επίπεδο κατανόησής τους.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Δραστηριότητα 2. *Επιλογή*

Οδηγίες: Μετά το μάθημα, διάβασε κάθε πρόταση και διάλεξε τη λέξη ή τις λέξεις που περιγράφουν καλύτερα την εμπειρία σου. Μπορείς επίσης να προσθέσεις ένα σύντομο σχόλιο αν θέλεις.

1. Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, δούλεψα:

- ενεργά / παθητικά

- Σχόλιο: _____

2. Με την εργασία μου σήμερα αισθάνομαι:

- ικανοποίηση / όχι ικανοποίηση

- Σχόλιο: _____

3. Το μάθημα μου φάνηκε:

- σύντομο / μεγάλο

- Σχόλιο: _____

4. Στο τέλος του μαθήματος ένιωσα:

- κούραση / όχι κούραση

- Σχόλιο: _____

5. Η διάθεσή μου:

- βελτιώθηκε / χειροτέρεψε

- Σχόλιο: _____

6. Το υλικό του μαθήματος ήταν:

- κατανοητό / μη κατανοητό

- ενδιαφέρον / βαρετό

- Σχόλιο: _____

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Σημείωση για εκπαιδευτικούς:

Αυτή η αναστοχαστική δραστηριότητα προσκαλεί τους μαθητές να σκεφτούν τη συμμετοχή τους και την εμπειρία τους στο μάθημα, επιλέγοντας τις λέξεις ή φράσεις που περιγράφουν καλύτερα πώς ένιωσαν. Για να διασφαλιστεί η προσβασιμότητα και η συμμετοχή όλων των μαθητών, μπορούν να εφαρμοστούν οι παρακάτω προσαρμογές, ανάλογα με τις ατομικές ανάγκες και τα μαθησιακά τους προτιμώμενα στυλ:

1. Για μαθητές με δυσκολίες στη γραφή, προβλήματα όρασης ή που επωφελούνται από την προφορική έκφραση, επιτρέψτε τους να μοιράζονται τις απαντήσεις τους προφορικά με τον/την εκπαιδευτικό ή έναν συμμαθητή. Ο/η εκπαιδευτικός ή ο/η συμμαθητής/-τρια μπορεί να καταγράφει τις επιλεγμένες λέξεις ή τα σύντομα σχόλια στο φύλλο εργασίας ή στον πίνακα της τάξης.

2. Παρέχετε μια εκδοχή της δραστηριότητας που περιλαμβάνει οπτικά βοηθήματα ή emojis που αναπαριστούν διαφορετικά συναισθήματα ή επίπεδα συμμετοχής. Οι μαθητές μπορούν να δείχνουν, να κυκλώνουν ή να χρωματίζουν την εικόνα που ταιριάζει καλύτερα στην εμπειρία τους.

3. Για μαθητές με δυσκολίες γλώσσας ή κατανόησης κειμένου, απλοποιήστε τη διατύπωση των προτάσεων (π.χ., αντί για «Ένιωσα πιο ενεργός όταν…», χρησιμοποιήστε «Μου άρεσε να μαθαίνω όταν…»). Προσφέρετε λιγότερες και πιο συγκεκριμένες επιλογές ώστε να μειωθεί η γνωστική επιβάρυνση.

4. Για κιναισθητικούς μαθητές, μετατρέψτε τη δραστηριότητα επιλογής σε αναστοχασμό τύπου «Γωνιές της Τάξης». Κάθε γωνιά μπορεί να έχει μία επιλογή απάντησης (π.χ. «Πολύ Ενεργός», «Κάπως Ενεργός», «Ουδέτερος», «Όχι Ενεργός»). Οι μαθητές μετακινούνται στη γωνιά που αντιπροσωπεύει το πώς ένιωσαν και, αν θέλουν, μοιράζονται έναν σύντομο λόγο.

5. Για μαθητές που χρειάζονται επιπλέον υποστήριξη, παρέχετε μια «τράπεζα λέξεων» με συναισθηματικούς ή περιγραφικούς όρους (π.χ. «συγκεντρωμένος», «περίεργος», «βαριεστημένος», «αποσπασμένος»). Ενθαρρύνετέ τους να επιλέξουν λέξεις που ταιριάζουν στην εμπειρία τους και να συμπληρώσουν τις προτάσεις γράφοντας ή κυκλώνοντας τις επιλογές.

6. Προσφέρετε ατομικό ή ομαδικό χρόνο αναστοχασμού για μαθητές που χρειάζονται επιπλέον βοήθεια για να επεξεργαστούν την εμπειρία τους ή να κατανοήσουν τα συναισθήματά τους. Χρησιμοποιήστε καθοδηγητικές ερωτήσεις και θετική ενίσχυση για να τους βοηθήσετε να εκφράσουν τις σκέψεις τους.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Μέρος Β

Όνομα μαθήματος	Η Πρόκληση των 3 Επιπέδων: LEVEL UP!
Σύνδεση με το Πλαίσιο ThrivingSchools	Η δραστηριότητα ενισχύει την **Εμπλοκή (Engagement)** μέσα από μια βιωματική και σταδιακά πιο απαιτητική πρόκληση. Οι μαθητές συνεργάζονται για να κατασκευάσουν έναν πύργο και αντιμετωπίζουν τρία επίπεδα αυξανόμενης δυσκολίας. Καθώς οι απαιτήσεις αλλάζουν, καλούνται να διατηρήσουν τη συγκέντρωσή τους, να προσαρμόσουν τη στρατηγική τους, να ζητήσουν βοήθεια και να συνεχίσουν την προσπάθεια. Στο τέλος, αναστοχάζονται σχετικά με το επίπεδο πρόκλησης που τους βοήθησε περισσότερο να παραμείνουν ενεργά εμπλεκόμενοι. **Στοιχείο PERMA:** Εμπλοκή (Engagement), με έμφαση στη συγκέντρωση, την ενεργή συμμετοχή και την επιθυμία συνέχισης μιας δραστηριότητας. **Δεξιότητες SEL:** Αυτογνωσία, αυτοδιαχείριση, συνεργασία και επίλυση προβλημάτων. Οι μαθητές παρατηρούν πότε παραμένουν συγκεντρωμένοι, αναγνωρίζουν πότε χρειάζονται βοήθεια και δοκιμάζουν εναλλακτικές στρατηγικές όταν αντιμετωπίζουν δυσκολίες. **Πρακτικές SWPBS:** Σαφείς προσδοκίες, ενεργή συμμετοχή, θετική ενίσχυση της προσπάθειας, συνεργασία και διδασκαλία λειτουργικών στρατηγικών, όπως η αναζήτηση βοήθειας και η αλλαγή προσέγγισης.
Διάρκεια	45 λεπτά – ισοδυναμεί με μία διδακτική ώρα.
Ηλικιακό εύρος	10–12 ετών
Οργάνωση	Μικρές ομάδες 3–4 μαθητών
Χώρος	Τάξη

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Τύπος δραστηριότητας	Βιωματική, συνεργατική δραστηριότητα επίλυσης προβλήματος
Σύντομη περιγραφή	Η δραστηριότητα «Η Πρόκληση των 3 Επιπέδων: LEVEL UP!» καλεί τους μαθητές να συνεργαστούν σε μια κατασκευαστική πρόκληση που γίνεται σταδιακά πιο απαιτητική. Καθώς περνούν από τα τρία επίπεδα, δοκιμάζουν διαφορετικές στρατηγικές, ζητούν βοήθεια όταν χρειάζεται και παρατηρούν πότε παραμένουν περισσότερο συγκεντρωμένοι και ενεργά εμπλεκόμενοι. Στο τέλος, αναστοχάζονται σχετικά με το επίπεδο πρόκλησης και τις στρατηγικές που τους βοήθησαν να συνεχίσουν.
Στόχοι	Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι μαθητές θα μπορούν να: 1. **Αναγνωρίζουν** προσωπικές εμπειρίες που προκαλούν θετικά συναισθήματα. 2. **Περιγράφουν** πώς οι θετικές αλληλεπιδράσεις συμβάλλουν στη δημιουργία σχέσεων με σεβασμό. 3. **Ακολουθούν** ρουτίνες τάξης που ενισχύουν την καλοσύνη και την εκτίμηση.
Απαραίτητο Υλικό/Πόροι	**Για κάθε ομάδα:** 10–15 καλαμάκια ή ξυλάκια χειροτεχνίας, χαρτοταινία, 2 φύλλα χαρτί, ένα μικρό αντικείμενο (π.χ. γόμα), 3 φάκελοι με τις ενδείξεις 🟢 **Επίπεδο 1: Ζέσταμα** 🟡 **Επίπεδο 2: Αποδοχή Πρόκλησης** 🔴 **Επίπεδο 3: Μυστήρια Πρόκληση**, 2 κάρτες **Ενισχυτών Δύναμης**, Post-it και χρονόμετρο. **Για την τάξη:** Κάρτες Μυστηρίου, τρεις αφίσες για τη «Ζώνη Εμπλοκής» και ο «Τοίχος Εμπλοκής». Ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να προσαρμόσει τα κατασκευαστικά υλικά ανάλογα με όσα είναι διαθέσιμα στην τάξη.
Δραστηριότητες μαθήματος	**Δραστηριότητα 1: Η Πρόκληση των 3 Επιπέδων: LEVEL UP!**

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Βήμα 1: Καλωσόρισμα στη «Ζώνη Πρόκλησης»

Διάρκεια: 5 λεπτά

Ο/η εκπαιδευτικός χωρίζει τους μαθητές σε ομάδες των 3–4 ατόμων.

Στον πίνακα εμφανίζεται: **ΚΑΛΟΣΩΡΙΣΑΤΕ ΣΤΗ ΖΩΝΗ ΠΡΟΚΛΗΣΗΣ**

Ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει την αποστολή: ***«Σήμερα θα δοκιμάσουμε τρία διαφορετικά Επίπεδα μιας πρόκλησης. Σε κάθε Επίπεδο κάτι θα αλλάζει και θα χρειάζεται να βρίσκετε νέους τρόπους για να συνεχίσετε. Υπάρχει όμως ένας σημαντικός κανόνας: στόχος δεν είναι να αποδείξουμε ποια ομάδα είναι καλύτερη ή ποιος μπορεί να φτάσει στο δυσκολότερο Επίπεδο. Η πραγματική αποστολή είναι να παρατηρήσετε πότε είστε τόσο συγκεντρωμένοι σε αυτό που κάνετε ώστε θέλετε να συνεχίσετε.»***

Ο/η εκπαιδευτικός δεν εξηγεί εκτενώς την Εμπλοκή σε αυτό το στάδιο. Τα παιδιά θα ανακαλύψουν την έννοια μέσα από την εμπειρία.

Βήμα 2: ΕΠΙΠΕΔΟ 1 🟢 Ζέσταμα

Διάρκεια: 7 λεπτά

Κάθε ομάδα ανοίγει τον πρώτο φάκελο.

Η αποστολή: **Έχετε 5 λεπτά για να κατασκευάσετε τον ψηλότερο πύργο που μπορείτε.**

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μόνο τα υλικά που βρίσκονται στο τραπέζι σας. Ο πύργος πρέπει να μπορεί να σταθεί μόνος του για τουλάχιστον **10 δευτερόλεπτα**.

Ο/η εκπαιδευτικός ξεκινά το χρονόμετρο.

Ρόλος του εκπαιδευτικού

Κατά τη διάρκεια της πρόκλησης, ο/η εκπαιδευτικός παρατηρεί χωρίς να κατευθύνει τις ομάδες προς τη «σωστή» λύση.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Μπορεί να χρησιμοποιήσει σύντομες προτροπές όπως:

- «Τι έχετε δοκιμάσει μέχρι τώρα;»
- «Τι άλλο θα μπορούσατε να δοκιμάσετε;»
- «Συμμετέχουν όλοι με κάποιον τρόπο;»

Δεν αξιολογεί το ύψος ή την ποιότητα της κατασκευής.

Βήμα 3: ΕΠΙΠΕΔΟ 2 🟡 Αποδοχή Πρόκλησης

Διάρκεια: 7 λεπτά

Μόλις ολοκληρωθεί το πρώτο Επίπεδο, οι ομάδες ανοίγουν τον δεύτερο φάκελο.

Μέσα βρίσκουν τη νέα αποστολή:

LEVEL UP!

Ο πύργος σας τώρα πρέπει να μπορεί να κρατήσει **μία γόμα στην κορυφή του για 10 δευτερόλεπτα**. Μπορείτε να τον τροποποιήσετε, να τον γκρεμίσετε και να ξεκινήσετε ξανά ή να δοκιμάσετε μια εντελώς διαφορετική στρατηγική.

Χρόνος: 5 λεπτά.

Η προσθήκη της νέας απαίτησης αυξάνει σταδιακά την πρόκληση. Τα παιδιά χρειάζεται τώρα να εξετάσουν εάν η προηγούμενη στρατηγική εξακολουθεί να λειτουργεί ή αν πρέπει να την αλλάξουν.

Βήμα 4: Ενισχυτές Δύναμης ⚡

Πριν από το τρίτο Επίπεδο, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει ένα ακόμη στοιχείο του παιχνιδιού. Κάθε ομάδα διαθέτει δύο **Κάρτες Ενισχυτών Δύναμης**.

ΕΝΙΣΧΥΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ 1: ΒΟΗΘΕΙΑ!

«Η ομάδα μας έχει κολλήσει. Μπορούμε να ζητήσουμε μία μικρή βοήθεια ή ένα στοιχείο από τον/την εκπαιδευτικό.»

ΕΝΙΣΧΥΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ 2: ΕΠΑΝΕΚΚΙΝΗΣΗ!

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

«Η στρατηγική μας δεν λειτουργεί. Σταματάμε, ξανασκεφτόμαστε και μπορούμε να ξεκινήσουμε από την αρχή.»

Κάθε Ενισχυτής Δύναμης μπορεί να χρησιμοποιηθεί μία φορά.

Γιατί υπάρχουν οι Ενισχυτές Δύναμης;

Ο/η εκπαιδευτικός εξηγεί: «Όταν κάτι γίνεται δύσκολο, το να ζητήσουμε βοήθεια ή να αλλάξουμε στρατηγική δεν σημαίνει ότι αποτύχαμε. Μερικές φορές αυτό ακριβώς χρειαζόμαστε για να μπορέσουμε να συνεχίσουμε.»

Έτσι η αναζήτηση βοήθειας και η αλλαγή στρατηγικής ενσωματώνονται φυσικά στο παιχνίδι.

Βήμα 5: ΕΠΙΠΕΔΟ 3 🔴 Μυστήρια Πρόκληση

Διάρκεια: 7–8 λεπτά

Η τρίτη αποστολή περιλαμβάνει το στοιχείο της έκπληξης. Κάθε ομάδα ανοίγει τον φάκελο **Μυστήρια Πρόκληση** και τραβά τυχαία μία κάρτα.

Κάρτες Μυστηρίου

- **Ένα χέρι κάθε φορά**
  Μόνο ένα μέλος της ομάδας μπορεί να αγγίζει την κατασκευή κάθε φορά.
- **Λιγότερα είναι περισσότερα**
  Πρέπει να αφαιρέσετε 5 καλαμάκια και η κατασκευή να συνεχίσει να στέκεται.
- **Επίθεση Χρόνου**
  Έχετε μόνο 3 λεπτά για να ολοκληρώσετε την πρόκληση.
- **Διπό Επίπεδο**
  Η κατασκευή σας πρέπει να έχει δύο διακριτά επίπεδα.
- **Δημιουργήστε τη δική σας πρόκληση**
  Η ομάδα δημιουργεί έναν επιπλέον κανόνα που κάνει την αποστολή λίγο πιο δύσκολη.

Ο στόχος παραμένει ο ίδιος: **προσαρμόζομαι, δοκιμάζω, συνεργάζομαι και συνεχίζω**.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Βήμα 6: «Πού βρέθηκα στη Ζώνη Εμπλοκής;»

Διάρκεια: 5 λεπτά

Μετά την ολοκλήρωση των Επιπέδων, ο/η εκπαιδευτικός τοποθετεί τρεις αφίσες σε διαφορετικά σημεία της τάξης:

«Ήταν πολύ εύκολο»

Δεν χρειαζόταν πολλή προσπάθεια και κάποια στιγμή έχασα το ενδιαφέρον μου.

«Ήμουν μέσα στο παιχνίδι!»

Είχα αρκετή πρόκληση, ήμουν συγκεντρωμένος/η και ήθελα να συνεχίσω.

«Ήταν πολύ δύσκολο»

Δυσκολεύτηκα τόσο πολύ που κάποια στιγμή δεν ήξερα πώς να συνεχίσω.

Ο/η εκπαιδευτικός αναφέρει ένα Επίπεδο κάθε φορά:

«Σκεφτείτε το Επίπεδο 1. Σε ποια από τις τρεις περιοχές θα το τοποθετούσατε για εσάς;»

Τα παιδιά μετακινούνται στην αντίστοιχη περιοχή της τάξης. Η διαδικασία επαναλαμβάνεται για τα Επιπεδα 2 και 3.

Σημαντικό!

Δεν υπάρχει σωστή απάντηση. Ένα Επίπεδο μπορεί να είναι πολύ εύκολο για ένα παιδί και απαιτητικό για ένα άλλο. Ο/η εκπαιδευτικός αποφεύγει να σχολιάζει ποιο παιδί επέλεξε ποια περιοχή.

Βήμα 7: Ανακαλύπτω την Εμπλοκήμου

Διάρκεια: 5–7 λεπτά

Μετά το παιχνίδι, γίνεται σύντομη συζήτηση.

Ο/η εκπαιδευτικός ρωτά:

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

- Σε ποιο Επίπεδο ήθελες περισσότερο να συνεχίσεις;
- Σε ποια στιγμή ήσουν περισσότερο συγκεντρωμένος/η;
- Υπήρξε στιγμή που δεν κατάλαβες πώς πέρασε ο χρόνος;
- Τι έκανε την πρόκληση ενδιαφέρουσα για εσένα;
- Τι έκανες όταν κάτι δεν λειτουργούσε;
- Τι σε βοήθησε να συνεχίσεις;

Σε αυτό το σημείο ο/η εκπαιδευτικός συνδέει την εμπειρία με τη Δέσμευση:

«Δέσμευση είναι όταν συμμετέχουμε ενεργά σε κάτι, συγκεντρωνόμαστε σε αυτό και αισθανόμαστε ότι θέλουμε να συνεχίσουμε. Συχνά συμβαίνει όταν μια δραστηριότητα μας ενδιαφέρει και έχει αρκετή πρόκληση ώστε να χρειάζεται προσπάθεια, χωρίς να αισθανόμαστε ότι είναι αδύνατο να τα καταφέρουμε.»

Βήμα 8: Ο τοίχος Δέσμευσης της τάξης

Κάθε παιδί παίρνει ένα Post-it και ολοκληρώνει: **«Μπαίνω περισσότερο στη Ζώνη Δέσμευσης όταν...»**

Παραδείγματα:

- «...πρέπει να λύσω ένα πρόβλημα.»
- «...μπορώ να δοκιμάζω διαφορετικές ιδέες.»
- «...δουλεύω με άλλους.»
- «...κάτι είναι λίγο δύσκολο.»
- «...μπορώ να δημιουργήσω κάτι.»
- «...έχω χρόνο να συγκεντρωθώ.»

Τα Post-it τοποθετούνται σε ένα κοινό **Τοίχο Δέσμευσης** χωρίς να αξιολογούνται.

Ο τοίχος Δέσμευσης μπορεί να παραμείνει στην τάξη και να χρησιμοποιείται σε επόμενες δραστηριότητες.

Σημείωση για τον/την εκπαιδευτικό

Η δραστηριότητα δεν αποτελεί διαγωνισμό κατασκευής. Αποφεύγουμε να ανακηρύξουμε «καλύτερο πύργο», «καλύτερη ομάδα» ή μαθητές που έφτασαν πιο γρήγορα στη λύση.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

	Επίσης, δεν θεωρούμε ότι το υψηλότερο επίπεδο δυσκολίας σημαίνει μεγαλύτερη Εμπλοκή. Το ενδιαφέρον βρίσκεται στην υποκειμενική εμπειρία κάθε παιδιού. Για έναν μαθητή το Επίπεδο 1 μπορεί να προσφέρει την κατάλληλη πρόκληση, ενώ για έναν άλλο μπορεί να είναι το Επίπεδο 2 ή 3. Ο/η εκπαιδευτικός χρησιμοποιεί τη δραστηριότητα για να βοηθήσει τα παιδιά να παρατηρήσουν τρία πράγματα: **Πρόκληση → Συγκέντρωση → Επιθυμία να συνεχίσω** και να αναγνωρίσουν τι μπορούν να κάνουν όταν μια δραστηριότητα είναι υπερβολικά εύκολη ή δύσκολη. **Προαιρετική συνέχεια** Σε επόμενο μάθημα, ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να ρωτήσει: **«Θυμάστε τη Ζώνη Δέσμευσης; Πώς μπορούμε να μπούμε περισσότερο στη Ζώνη στη σημερινή δραστηριότητα;»** Έτσι το **Αλλάζοντας Επίπεδο!** δεν μένει ως μια μεμονωμένη ευχάριστη δραστηριότητα. Τα παιδιά αρχίζουν να μεταφέρουν αυτό που ανακάλυψαν για τη συγκέντρωση, την πρόκληση και την ενεργή συμμετοχή στην καθημερινή τους μάθηση.
Αξιολόγηση	**Διαμορφωτική αξιολόγηση** μέσα από παρατήρηση και αναστοχασμό. Ο/η εκπαιδευτικός παρατηρεί την ενεργή συμμετοχή, τη συγκέντρωση, τη συνεργασία, την προσαρμογή στρατηγικών, την επιμονή και την αναζήτηση βοήθειας. Αξιοποιούνται επίσης οι επιλογές των μαθητών στη «Ζώνη Εμπλοκής», η συζήτηση αναστοχασμού και οι απαντήσεις στον «Τοίχο Εμπλοκής». **Δεν αξιολογούνται** το ύψος ή η ποιότητα της κατασκευής, η ταχύτητα ολοκλήρωσης ή το επίπεδο δυσκολίας που έφτασε κάθε ομάδα.
Πρόσθετοι Πόροι (εφόσον εφαρμόζεται)	• Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Shernoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., & Shernoff, E. S. (2003). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. *School Psychology Quarterly, 18*(2), 158–176.
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research, 74*(1), 59–109.
- Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2015). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The Journal of Positive Psychology, 10*(3), 262–271.

Όνομα μαθήματος	**ΑΠΟΔΡΑΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΑΞΗ: Ξεκλείδωσε την Εμπλοκή σου**
Σύνδεση με το Πλαίσιο ThrivingSchools	Η δραστηριότητα ενισχύει την **Εμπλοκή (Engagement)** μέσα από μια βιωματική και σταδιακά πιο απαιτητική πρόκληση. Οι μαθητές συνεργάζονται για να κατασκευάσουν έναν πύργο και αντιμετωπίζουν τρία επίπεδα αυξανόμενης δυσκολίας. Καθώς οι απαιτήσεις αλλάζουν, καλούνται να διατηρήσουν τη συγκέντρωσή τους, να προσαρμόσουν τη στρατηγική τους, να ζητήσουν βοήθεια και να συνεχίσουν την προσπάθεια. Στο τέλος, αναστοχάζονται σχετικά με το επίπεδο πρόκλησης που τους βοήθησε περισσότερο να παραμείνουν ενεργά εμπλεκόμενοι. **Στοιχείο PERMA:** Εμπλοκή (Engagement), με έμφαση στη συγκέντρωση, την ενεργή συμμετοχή και την επιθυμία συνέχισης μιας δραστηριότητας. **Δεξιότητες SEL:** Αυτογνωσία, αυτοδιαχείριση, συνεργασία και επίλυση προβλημάτων. Οι μαθητές παρατηρούν πότε παραμένουν συγκεντρωμένοι, αναγνωρίζουν πότε χρειάζονται βοήθεια και δοκιμάζουν εναλλακτικές στρατηγικές όταν αντιμετωπίζουν δυσκολίες.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

	Πρακτικές SWPBS: Σαφείς προσδοκίες, ενεργή συμμετοχή, θετική ενίσχυση της προσπάθειας, συνεργασία και διδασκαλία λειτουργικών στρατηγικών, όπως η αναζήτηση βοήθειας και η αλλαγή προσέγγισης.
Στοιχείο Perma	Engagement (Εμπλοκή)
Διάρκεια	45 λεπτά – ισοδυναμεί με μία διδακτική ώρα.
Ηλικιακό εύρος	10–12 ετών
Οργάνωση	Μικρές ομάδες 3–4 μαθητών
Χώρος	Τάξη. Οι ομάδες παραμένουν στα τραπέζια τους και ανοίγουν τους φακέλους διαδοχικά με το σήμα του/της εκπαιδευτικού.
Τύπος δραστηριότητας	Βιωματική, συνεργατική δραστηριότητα με στοιχεία Escape Room
Στόχοι	Οι μαθητές αναμένεται να: 1. **Κατανοούν** με απλά λόγια τι σημαίνει Εμπλοκή στο PERMA. 2. **Αναγνωρίζουν** παράγοντες που υποστηρίζουν ή δυσκολεύουν τη συγκέντρωσή τους. 3. **Διακρίνουν** πότε μια πρόκληση είναι πολύ εύκολη, κατάλληλα απαιτητική ή υπερβολικά δύσκολη. 4. **Δοκιμάζουν** διαφορετικές στρατηγικές όταν συναντούν δυσκολίες. 5. **Αναγνωρίζουν** τι τους βοηθά προσωπικά να παραμένουν ενεργά εμπλεκόμενοι.
Απαραίτητο Υλικό/Πόροι	**Για κάθε ομάδα:** • Φάκελος 1 «Ντετέκτιβ Συγκέντρωσης» • Φάκελος 2 «Ο Κυρίαρχος της Πρόκλησης» • Φάκελος 3 «Χτίσιμο Στρατηγικής», μικρός φάκελος «Τελικός Κώδικας», • 8 καλαμάκια, μικρή ποσότητα χαρτοταινίας, 2 φύλλα χαρτί, 1 μολύβι και οι • κάρτες στρατηγικής **ΒΟΗΘΕΙΑ**, **ΞΕΚΙΝΑ ΞΑΝΑ**, **ΣΠΑΣΕ ΤΟ ΣΕ ΒΗΜΑΤΑ**. Για κάθε μαθητή: ένα μικρό **Εισιτήριο Εξόδου**.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Χρονική Κατανομή

Μέρος	Χρόνος
1. Εισαγωγή στην Εμπλοκή	5΄
2. Αποστολή 1: Ο Ντετέκτιβ της Συγκέντρωσης	6΄
3. Αποστολή 2: Ο Κυρίαρχος της Πρόκλησης	6΄
4. Αποστολή 3: Χτίζοντας Στρατηγική	10΄
5. Ξεκλειδώνοντας τον Τελικό Κώδικα	4΄
6. Ανασκόπηση PERMA	9΄
7. Ο κωδικός εμπλοκής μου	5΄
Σύνολο	**45΄**

Δραστηριότητες μαθήματος

Δραστηριότητα 2: ΑΠΟΔΡΑΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΑΞΗ: Ξεκλείδωσε την Εμπλοκή σου

Βήμα 1: Τι σημαίνει Εμπλοκή;

Χρόνος: 5 λεπτά

Ο/η εκπαιδευτικός ξεκινά με μία ερώτηση: ***«Σας έχει συμβεί ποτέ να ασχολείστε τόσο πολύ με κάτι που να μην καταλάβετε πώς πέρασε η ώρα;»***

Ζητά 2–3 σύντομα παραδείγματα από τους μαθητές. Στη συνέχεια γράφει στον πίνακα:

ΕΜΠΛΟΚΗ

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Συγκεντρώνομαι, Συμμετέχω ενεργά, Θέλω να συνεχίσω

Ο/η εκπαιδευτικός εξηγεί: ***«Στο μοντέλο PERMA, Εμπλοκήσημαίνει ότι είμαστε πραγματικά μέσα σε αυτό που κάνουμε. Συγκεντρωνόμαστε, συμμετέχουμε ενεργά και πολλές φορές θέλουμε να συνεχίσουμε.»***

Είναι σημαντικό να γίνει μία ακόμη διευκρίνιση: ***«Εμπλοκή δεν σημαίνει απλώς ότι κάτι είναι διασκεδαστικό ή εύκολο. Μερικές φορές μπορεί να είμαστε πολύ συγκεντρωμένοι σε κάτι που μας δυσκολεύει λίγο, επειδή θέλουμε να βρούμε τη λύση.»***

Στη συνέχεια παρουσιάζεται η αποστολή: ***«Σήμερα θα ξεκλειδώσουμε το Κώδικα Εμπλοκής. Κάθε αποστολή θα μας βοηθήσει να ανακαλύψουμε κάτι διαφορετικό για το τι μας κρατά ενεργά μέσα σε μια δραστηριότητα.»***

Βήμα 2: Αποστολή 1 | Ο Ντετέκτιβ της Συγκέντρωσης

Χρόνος: 6 λεπτά

Κάθε ομάδα ανοίγει τον πρώτο φάκελο.

Μέσα βρίσκει έξι κάρτες **(βλέπε Παραρτήματα, Δραστηριότητα 2, Κάρτες Αποστολή 1):**

1. Ξέρω τι πρέπει να κάνω.
2. Το θέμα με ενδιαφέρει.
3. Υπάρχουν πολλές διακοπές γύρω μου.
4. Ξέρω ποιο είναι το πρώτο βήμα.
5. Δεν καταλαβαίνω τι πρέπει να κάνω.
6. Μπορώ να ζητήσω βοήθεια όταν τη χρειάζομαι.

Η αποστολή

Οι μαθητές έχουν **3 λεπτά** για να χωρίσουν τις κάρτες σε δύο κατηγορίες:

1. **ΜΕ ΒΟΗΘΑ ΝΑ ΜΕΙΝΩ ΣΕ ΕΜΠΛΟΚΗ**
2. **ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΕ ΒΓΑΛΕΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΜΠΛΟΚΗ**

Όταν τελειώσουν, η ομάδα επιλέγει μία κάρτα που θεωρεί ιδιαίτερα σημαντική και ολοκληρώνει: ***«Αυτό μπορεί να επηρεάσει την Εμπλοκή μας γιατί...»***

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Ο/η εκπαιδευτικός παίρνει 2–3 πολύ σύντομες απαντήσεις από την τάξη.

Μήνυμα αποστολής

Η συγκέντρωση δεν εξαρτάται μόνο από το πόσο "προσπαθούμε". Το ενδιαφέρον, οι σαφείς οδηγίες, οι περισπασμοί και η διαθέσιμη υποστήριξη μπορούν επίσης να επηρεάσουν την Εμπλοκή μας.

Η ομάδα λαμβάνει το **πρώτο ψηφίο του κωδικού**.

Βήμα 3: Αποστολή 2 | Ο Κυρίαρχος της Πρόκλησης

Χρόνος: 6 λεπτά

Στόχος της αποστολής

Στόχος είναι οι μαθητές να βιώσουν διαφορετικά επίπεδα πρόκλησης και να παρατηρήσουν πώς αυτά επηρεάζουν τη συγκέντρωση, το ενδιαφέρον και την επιθυμία τους να συνεχίσουν.

Ο/η εκπαιδευτικός εξηγεί:

«Θα δοκιμάσετε τρεις πολύ σύντομες προκλήσεις. Δεν υπάρχει βαθμολογία και δεν χρειάζεται να είστε οι πιο γρήγοροι. Απλώς παρατηρήστε πώς αισθάνεστε σε καθεμία και πόσο σας κάνει να θέλετε να συνεχίσετε.»

Οι κάρτες ονομάζονται απλώς **Πρόκληση Α, Πρόκληση Β και Πρόκληση Γ**, ώστε να μην επηρεάζονται εκ των προτέρων οι απαντήσεις των παιδιών **(βλέπε Παραρτήματα, Δραστηριότητα: Βήμα 3: Αποστολή 2 - Προκλήσεις).**

Πρόκληση Α

Χρόνος: 30 δευτερόλεπτα

Πείτε ο ένας μετά τον άλλο ένα χρώμα που γνωρίζετε.

Ο/η εκπαιδευτικός σταματά την πρόκληση μόλις ολοκληρωθεί ο χρόνος και περνά αμέσως στην επόμενη.

Πρόκληση Β

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Χρόνος: 60 δευτερόλεπτα

Χρησιμοποιήστε τα αντικείμενα και τα υλικά που υπάρχουν ήδη πάνω στο τραπέζι σας και δημιουργήστε ένα σύμβολο που να αντιπροσωπεύει την ομάδα σας.

Όλοι στην ομάδα πρέπει να συνεισφέρουν τουλάχιστον μία ιδέα.

Δεν υπάρχει σωστό ή λάθος αποτέλεσμα. Η ομάδα χρειάζεται να σκεφτεί, να κάνει επιλογές, να συνεργαστεί και να δημιουργήσει κάτι μέσα στον διαθέσιμο χρόνο.

Πρόκληση Γ

Χρόνος: 30 δευτερόλεπτα

Σχεδιάστε μια ολοκληρωμένη δραστηριότητα για όλο το σχολείο που θα βοηθά όλους τους μαθητές να παραμένουν συνεχώς συγκεντρωμένοι και εμπλεκόμενοι. Πρέπει να αποφασίσετε τι θα κάνουν οι μαθητές, οι εκπαιδευτικοί και κάθε τάξη του σχολείου.

Μετά από 30 δευτερόλεπτα, ο/η εκπαιδευτικός σταματά την πρόκληση, ανεξάρτητα από το αν οι ομάδες την ολοκλήρωσαν.

Διευκρινίζει:

«Αυτή η πρόκληση ήταν επίτηδες πολύ μεγάλη για τον χρόνο που είχατε. Δεν περιμέναμε να την ολοκληρώσετε.»

Αυτό είναι σημαντικό, ώστε οι μαθητές να μη συνδέσουν τη μη ολοκλήρωση με αποτυχία.

Έλεγχος Εμπλοκής

Χρόνος: 2 λεπτά

Μόνο αφού ολοκληρωθούν και οι τρεις προκλήσεις, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει τρεις κατηγορίες:

- **ΠΟΛΥ ΕΥΚΟΛΟ**

  Δεν χρειάστηκε να συγκεντρωθώ ή να προσπαθήσω πολύ.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

- **Η ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΓΙΑ ΜΕΝΑ**

  Χρειάστηκε να σκεφτώ και να προσπαθήσω, αλλά ήθελα να συνεχίσω.

- **ΠΟΛΥ ΔΥΣΚΟΛΟ**

  Δεν ήξερα πώς να προχωρήσω ή ένιωσα ότι ήθελα να σταματήσω.

Ο/η εκπαιδευτικός ρωτά:

- Ποια πρόκληση σας κράτησε περισσότερο συγκεντρωμένους;
- Σε ποια θέλατε περισσότερο να συνεχίσετε;
- Σε ποια χάσατε πιο εύκολα το ενδιαφέρον σας;
- Τι συνέβη όταν η πρόκληση έγινε πολύ μεγάλη;

Δεν χρειάζεται κάθε ομάδα να απαντήσει σε όλες τις ερωτήσεις. Αρκούν 2–3 σύντομες απαντήσεις από την τάξη.

Ολοκλήρωση της αποστολής

Κάθε ομάδα συμπληρώνει: **«Μια πρόκληση με κρατά περισσότερο σε εμπλοκή όταν...»**

Ο/η εκπαιδευτικός δίνει λίγα δευτερόλεπτα για να συμφωνήσει η ομάδα σε μία απάντηση.

Μήνυμα αποστολής

Ο/η εκπαιδευτικός συνοψίζει:

«Στην Εμπλοκή, η πρόκληση έχει σημασία. Όταν κάτι είναι πολύ εύκολο, μπορεί να χάσουμε το ενδιαφέρον μας. Όταν είναι υπερβολικά δύσκολο, μπορεί να θέλουμε να σταματήσουμε. Συχνά εμπλεκόμαστε περισσότερο όταν κάτι χρειάζεται συγκέντρωση και προσπάθεια, αλλά αισθανόμαστε ότι μπορούμε να προχωρήσουμε.»

Η ομάδα λαμβάνει το **δεύτερο ψηφίο του κωδικού**.

Βήμα 4: Αποστολή 3 | ΧΤΙΣΙΜΟ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗΣ

Χρόνος: 10 λεπτά

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Στόχος της αποστολής

Οι μαθητές καλούνται να αντιμετωπίσουν μια πρακτική πρόκληση και να παρατηρήσουν τι κάνουν όταν κάτι δεν λειτουργεί όπως περίμεναν.

Στόχος δεν είναι να δημιουργήσουν την καλύτερη κατασκευή, αλλά να δοκιμάσουν διαφορετικές στρατηγικές που μπορούν να τους βοηθήσουν να **παραμείνουν ενεργά εμπλεκόμενοι όταν συναντούν μια δυσκολία**.

Κάθε ομάδα έχει:

- 8 καλαμάκια
- χαρτοταινία
- 2 φύλλα χαρτί
- 1 μολύβι
- τις τρεις Κάρτες Στρατηγικής **(βλέπε Παραρτήματα: Δραστηριότητα 2, Βήμα 4: Αποστολή 3 - Κάρτες Στρατηγικής)**

Η αποστολή

Έχετε 6 λεπτά για να κατασκευάσετε μια δομή που θα κρατά ένα μολύβι τουλάχιστον 15 cm πάνω από το θρανίο για 10 δευτερόλεπτα.

Οι μαθητές μπορούν να σχεδιάσουν, να δοκιμάσουν, να αλλάξουν ιδέα και να ξαναδοκιμάσουν.

Πριν ξεκινήσει το χρονόμετρο, ο/η εκπαιδευτικός εξηγεί:

«Κάποια στιγμή μπορεί η ιδέα σας να μη λειτουργήσει. Αν συμβεί αυτό, δεν χρειάζεται να σταματήσετε. Έχετε τρεις Κάρτες Στρατηγικής που μπορούν να σας βοηθήσουν να βρείτε έναν τρόπο να συνεχίσετε.»

Κάρτες Στρατηγικής

Κάθε ομάδα έχει διαθέσιμες και τις τρεις κάρτες και αποφασίζει **πότε και ποια στρατηγική χρειάζεται**. Μπορεί να χρησιμοποιήσει περισσότερες από μία.

- ΒΟΗΘΕΙΑ

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Ζητάμε μία μικρή βοήθεια ή ένα στοιχείο από τον/την εκπαιδευτικό.

- ΞΕΚΙΝΑ ΞΑΝΑ

  Σταματάμε, ξανασκεφτόμαστε και δοκιμάζουμε διαφορετική προσέγγιση.

- ΣΠΑΣΕ ΤΟ ΣΕ ΒΗΜΑΤΑ

  Χωρίζουμε την πρόκληση σε μικρότερα βήματα και ξεκινάμε από ένα από αυτά.

Δεν υπάρχει ποινή για τη χρήση των Καρτών Στρατηγικής. Οι κάρτες αποτελούν μέρος της αποστολής και βοηθούν τους μαθητές να αναγνωρίσουν ότι υπάρχουν διαφορετικοί τρόποι να συνεχίσουν όταν αντιμετωπίζουν μια δυσκολία.

Γρήγορος Έλεγχος Στρατηγικής

Χρόνος: 2 λεπτά

Μετά τα 6 λεπτά, ο/η εκπαιδευτικός σταματά όλες τις ομάδες, **ανεξάρτητα από το αν η κατασκευή ολοκληρώθηκε ή όχι**.

Η επιτυχία της αποστολής δεν εξαρτάται από το αν η κατασκευή τελικά στάθηκε.

Οι ομάδες συζητούν σύντομα:

- Τι κάναμε όταν η πρώτη μας ιδέα δεν λειτούργησε;
- Ποια Κάρτα Στρατηγικής χρησιμοποιήσαμε;
- Ποια στρατηγική μάς βοήθησε περισσότερο να συνεχίσουμε;
- Υπήρξε στιγμή που θέλαμε να σταματήσουμε; Τι μας βοήθησε να παραμείνουμε στη δραστηριότητα;

Κάθε ομάδα ολοκληρώνει τη φράση:

«Όταν κάτι γίνεται δύσκολο, μπορώ να παραμείνω εμπλεκόμενος αν...»

Μήνυμα αποστολής

Ο/η εκπαιδευτικός συνδέει την εμπειρία με την Εμπλοκή:

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

«Εμπλοκή δεν σημαίνει ότι όλα είναι εύκολα ή ότι πετυχαίνουμε πάντα με την πρώτη προσπάθεια. Όταν μια δραστηριότητα γίνεται δύσκολη, μπορούμε να ζητήσουμε βοήθεια, να αλλάξουμε στρατηγική ή να τη χωρίσουμε σε μικρότερα βήματα. Αυτές οι στρατηγικές μπορούν να μας βοηθήσουν να παραμείνουμε ενεργά μέσα σε αυτό που κάνουμε.»

Στο τέλος, όλες οι ομάδες λαμβάνουν το τρίτο ψηφίο του κωδικού, ανεξάρτητα από το αν κατάφεραν να ολοκληρώσουν την κατασκευή. Έτσι το τρίτο ψηφίο συνδέεται με την ολοκλήρωση της μαθησιακής αποστολής και τον αναστοχασμό, όχι με την επιτυχία της κατασκευής.

Βήμα 5: Ξεκλείδωσε τον Τελικό Κώδικα 🔐

Χρόνος: 4 λεπτά

Οι ομάδες έχουν πλέον τα τρία ψηφία τους. Χρησιμοποιούν τον κωδικό για να ανοίξουν τον τελευταίο φάκελο. Μέσα υπάρχει η κάρτα **Η ΕΜΠΛΟΚΗ ΞΕΚΛΕΙΔΩΘΗΚΕ (βλέπε Παράρτημα: Δραστηριότητα 2, Βήμα 5 - Ξεκλείδωσε τον Τελικό Κώδικα)**

Δεν χρειάζεται παρουσίαση κάθε ομάδας. Ο σκοπός είναι να συνδέσουν γρήγορα τις τρεις αποστολές.

Βήμα 6: Τι ανακαλύψαμε για την Εμπλοκή;

Χρόνος: 9 λεπτά

Αυτό είναι το βασικό εκπαιδευτικό μέρος της δραστηριότητας και δεν πρέπει να μειωθεί για χάρη του παιχνιδιού.

Ο/η εκπαιδευτικός επιστρέφει στις τρεις έννοιες που υπήρχαν από την αρχή στον πίνακα:

- ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ
- ΕΝΕΡΓΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
- ΘΕΛΩ ΝΑ ΣΥΝΕΧΙΣΩ

και προσθέτει:

- ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ
- ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΠΡΟΚΛΗΣΗ

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

	• ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ **Ο/η εκπαιδευτικός καθοδηγεί μια σύντομη συζήτηση:** 1. Σε ποια στιγμή σήμερα ήσασταν περισσότερο συγκεντρωμένοι; 2. Τι υπήρχε σε εκείνη τη δραστηριότητα που σας κράτησε ενεργούς; 3. Τι συνέβη όταν κάτι ήταν υπερβολικά εύκολο; 4. Τι συνέβη όταν κάτι έγινε πολύ δύσκολο; 5. Τι σας βοήθησε να συνεχίσετε όταν κολλήσατε; **Στο τέλος συνοψίζει:** ***«Η Εμπλοκή είναι ένα από τα πέντε στοιχεία του PERMA. Το βιώνουμε όταν συμμετέχουμε ενεργά και συγκεντρωνόμαστε σε αυτό που κάνουμε. Το ενδιαφέρον, η κατάλληλη πρόκληση και οι στρατηγικές που χρησιμοποιούμε μπορούν να μας βοηθήσουν να παραμένουμε εμπλεκόμενοι.»*** *Σημείωση για τον/την εκπαιδευτικό* Η δραστηριότητα χρησιμοποιεί το Escape Room ως μέσο και όχι ως τελικό σκοπό. Δεν ανακοινώνεται νικήτρια ομάδα και δεν επιβραβεύεται η ταχύτητα. Αν μια ομάδα τελειώσει νωρίτερα, επανεξετάζει τις απαντήσεις της ή βοηθά τα μέλη της να ολοκληρώσουν τον αναστοχασμό. Δεν δίνει τις λύσεις σε άλλη ομάδα. Ο/η εκπαιδευτικός δίνει ιδιαίτερη έμφαση στο ότι διαφορετικοί μαθητές μπορεί να βιώνουν Εμπλοκή σε διαφορετικές δραστηριότητες και σε διαφορετικά επίπεδα πρόκλησης.
Αξιολόγηση	**Διαμορφωτική αξιολόγηση** μέσα από παρατήρηση και αναστοχασμό. Ο/η εκπαιδευτικός παρατηρεί την ενεργή συμμετοχή, τη συγκέντρωση, τη συνεργασία, την προσαρμογή στρατηγικών, την επιμονή και την αναζήτηση βοήθειας. Αξιοποιούνται επίσης οι επιλογές των μαθητών στη «Ζώνη Εμπλοκής», η συζήτηση αναστοχασμού και οι απαντήσεις στον «Τοίχο Εμπλοκής». **Δεν αξιολογούνται** το ύψος ή η ποιότητα της κατασκευής, η ταχύτητα ολοκλήρωσης ή το επίπεδο δυσκολίας που έφτασε κάθε ομάδα.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Πρόσθετοι Πόροι (εφόσον εφαρμόζεται)	• Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press. • Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row. • Shernoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., & Shernoff, E. S. (2003). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. *School Psychology Quarterly, 18*(2), 158–176. • Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research, 74*(1), 59–109. • Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2015). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The Journal of Positive Psychology, 10*(3), 262–271.

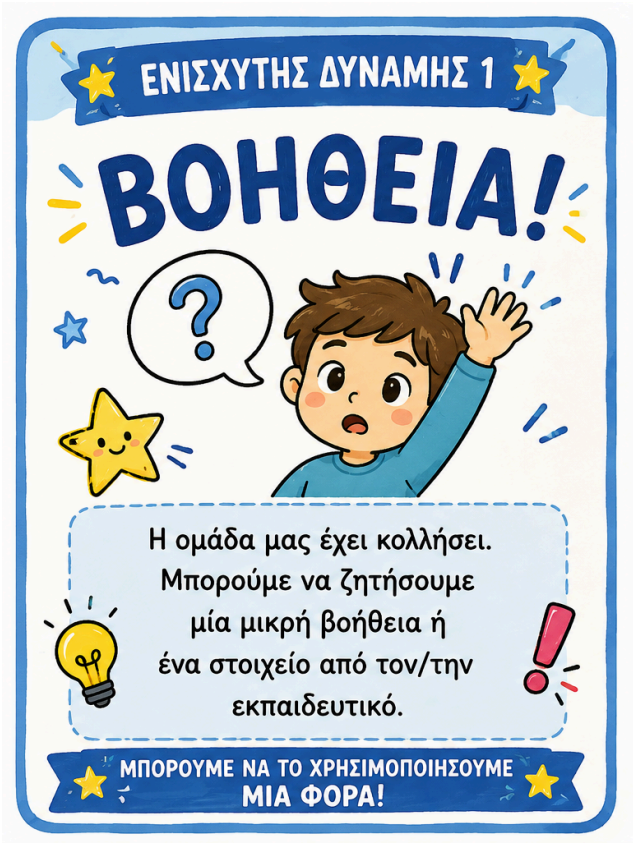
Παραρτήματα

Δραστηριότητα 1: Η Πρόκληση των 3 Επιπέδων: LEVEL UP!

ΕΝΙΣΧΥΤΕΣ ΔΥΝΑΜΗΣ

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

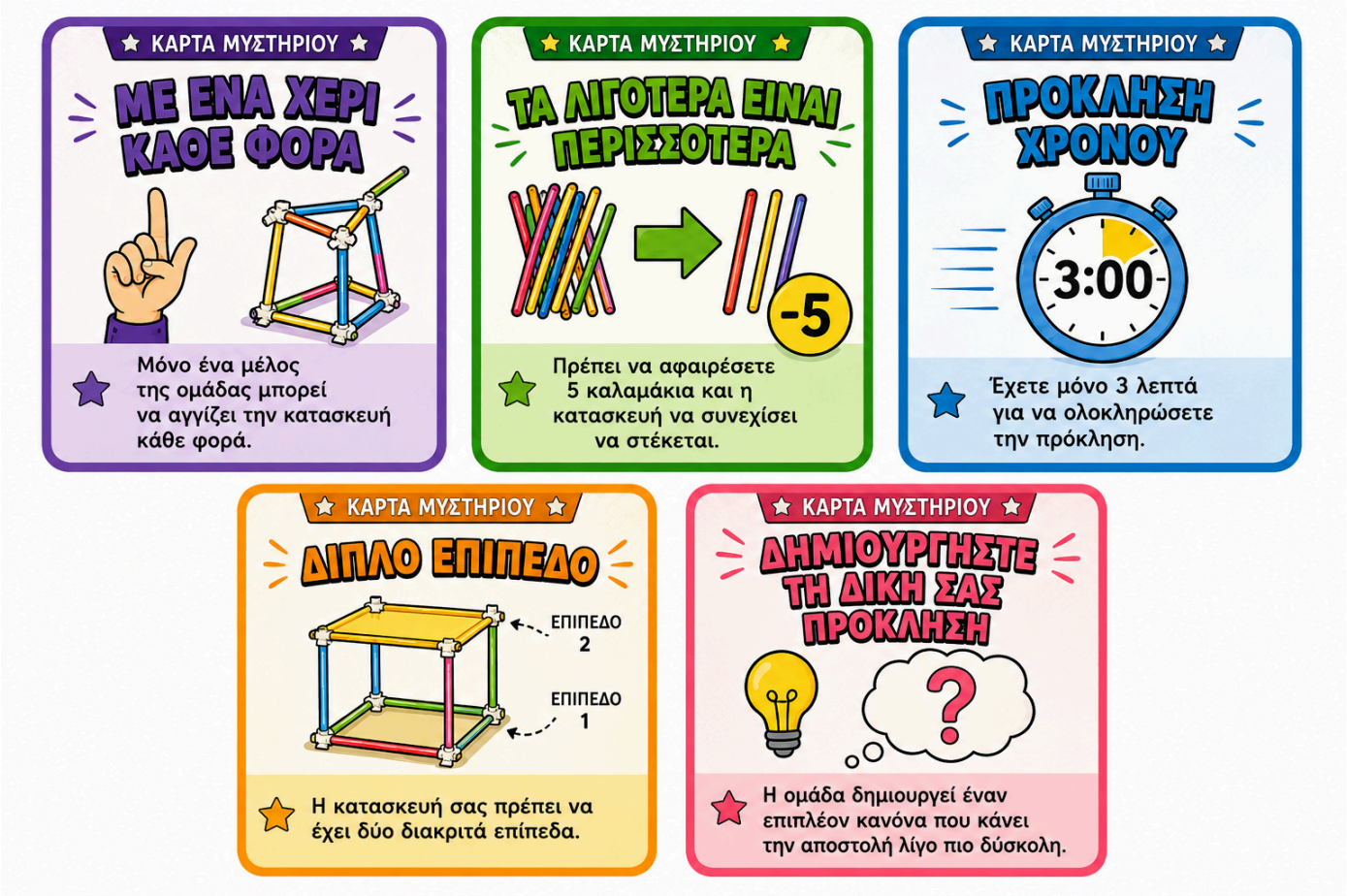




Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

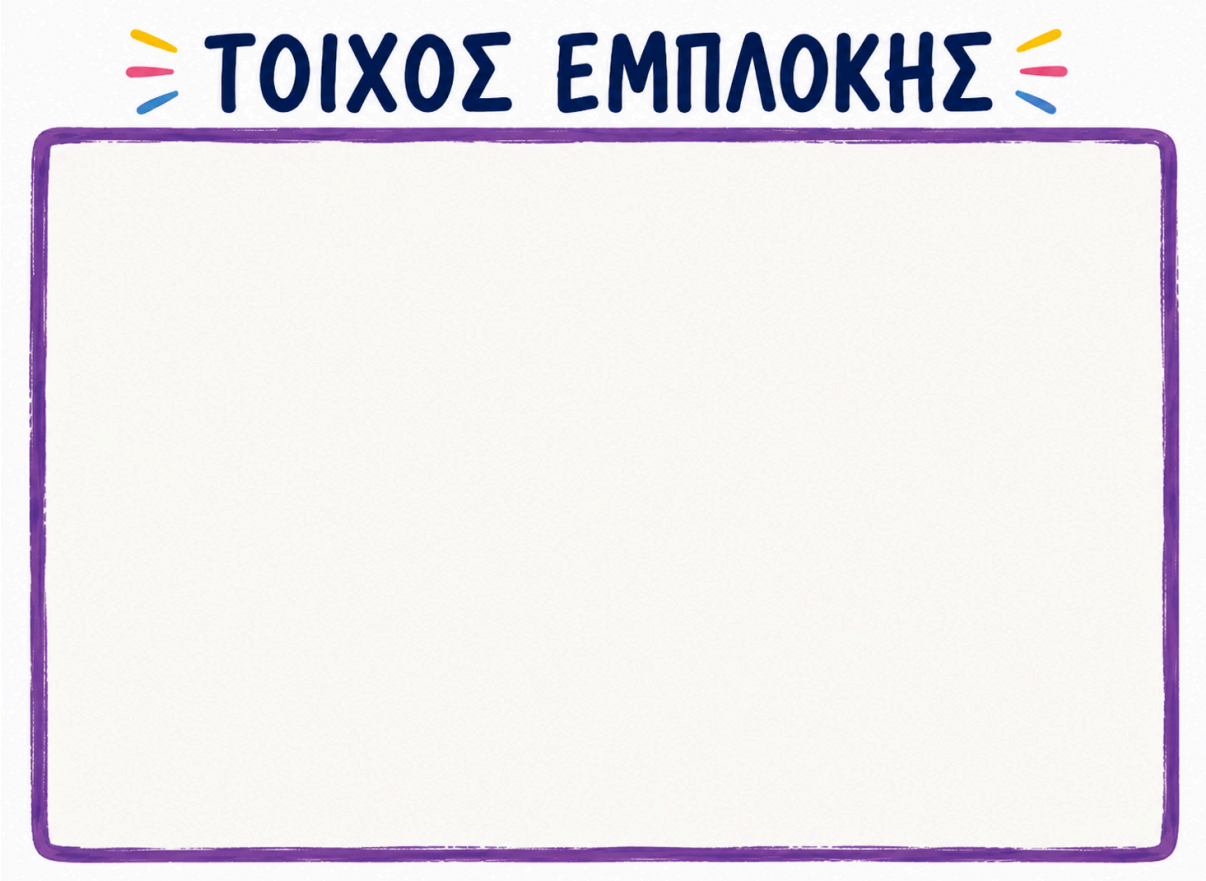
ΚΑΡΤΕΣ ΜΥΣΤΗΡΙΟΥ



Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

ΤΟΙΧΟΣ ΕΜΠΛΟΚΗΣ



Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Δραστηριότητα 2: «ΑΠΟΔΡΑΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΑΞΗ: : Ξεκλείδωσε την Εμπλοκή σου»

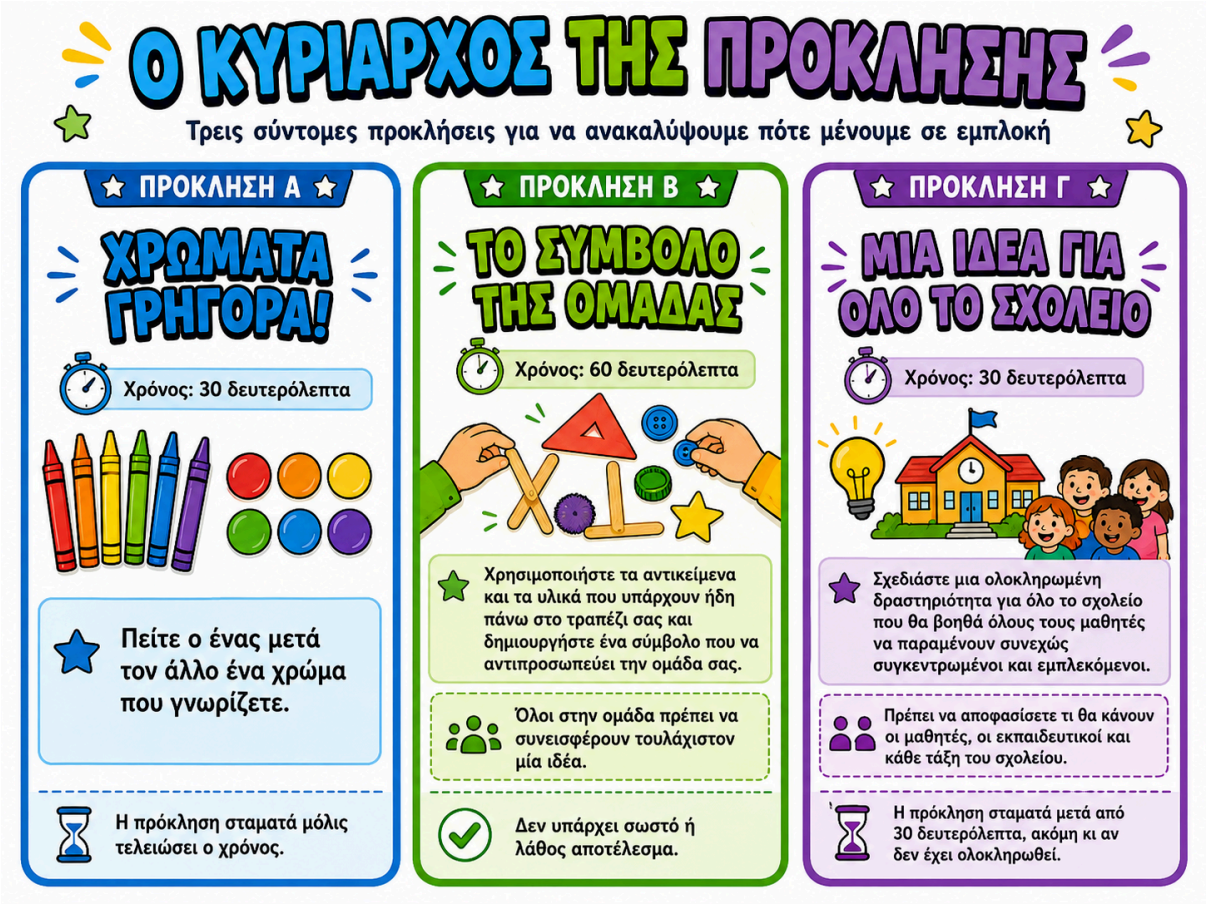
Βήμα 2: Αποστολή 1 -Κάρτες



Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Βήμα 3: Αποστολή 2 - Προκλήσεις



Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Βήμα 4: Αποστολή 3 - Κάρτες Στρατηγικής



Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057

Βήμα 5 - Ξεκλείδωσε τον Τελικό Κώδικα



Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 101196057