

# DIGINEXT

## Εγχειρίδιο Εκπαιδευτών/-τριών



Co-funded by  
the European Union

## Index

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΩΝ/-ΤΡΙΩΝ .....	5
ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΩΝ ΣΤΟΧΩΝ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ.....	5
ΕΝΟΤΗΤΑ 1: ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΙΚΗ ΣΚΕΨΗ .....	7
Μαθησιακοί Στόχοι.....	7
Σχέδιο Μαθήματος .....	7
Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες .....	8
ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ .....	8
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	8
ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ .....	8
ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ.....	9
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ .....	10
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ.....	10
Πρόσθετοι Πόροι .....	10
ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ .....	10
ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ .....	10
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ.....	11
ΕΝΟΤΗΤΑ 2: ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΔΗΜΟΣΙΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ .....	12
Μαθησιακοί Στόχοι:.....	12
Σχέδιο Μαθήματος: .....	12
ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ:.....	13
Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες: .....	13
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	14

ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ .....	14
ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ.....	15
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ .....	15
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ .....	16
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΟΤΗΣΗΣ.....	16
Πρόσθετοι Πόροι .....	16
ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ .....	16
ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ .....	17
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ.....	17
ΕΝΟΤΗΤΑ 3: ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΥΓΕΙΑ .....	18
Μαθησιακοί Στόχοι:.....	18
Σχέδιο Μαθήματος .....	18
Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες .....	19
ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ:.....	19
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	19
ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ .....	19
ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ.....	20
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ .....	21
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ.....	21
Πρόσθετοι Πόροι .....	21
ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ .....	21
ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ .....	22
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ.....	22
ΕΝΟΤΗΤΑ 4: ΨΗΦΙΑΚΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ.....	23
Μαθησιακοί Στόχοι:.....	23
Σχέδιο Μαθήματος: .....	23
Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες: .....	24
ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ .....	24

ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	24
ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ .....	24
ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ.....	25
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ .....	26
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ.....	26
Πρόσθετοι Πόροι .....	27
ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ .....	27
ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ .....	27
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ.....	28
ΕΝΟΤΗΤΑ 5: ΨΗΦΙΑΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΑΓΡΟΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ .....	29
Μαθησιακοί Στόχοι:.....	29
Σχέδιο Μαθήματος: .....	29
Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες: .....	30
ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ: .....	30
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	30
ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ .....	31
ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ .....	31
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ .....	31
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ .....	31
Πρόσθετοι Πόροι .....	31
ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ .....	31
ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ.....	32
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ .....	33
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ .....	34
Φόρμα Αξιολόγησης Πριν και Μετά την Εκπαίδευση .....	34
Φόρμα Αξιολόγησης Εκπαιδευτικού Προγράμματος.....	35

# ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΩΝ/-ΤΡΙΩΝ

Καλώς ήρθατε στο Εγχειρίδιο Εκπαίδευσης Εκπαιδευτών/-τριών του Εκπαιδευτικού Προγράμματος DIGINEXT e-Rural Inclusion, το οποίο έχει σχεδιαστεί ειδικά για εκπαιδευτές/-τριες που ασχολούνται με την παροχή εκπαίδευσης τον τομέα των ψηφιακών δεξιοτήτων σε ενήλικες και ηλικιωμένους/-νες με χαμηλά προσόντα σε αγροτικές περιοχές μέσω των Ομάδων Τοπικής Δράσης (ΟΤΔ). Το παρόν εγχειρίδιο αποτελεί έναν ολοκληρωμένο οδηγό που θα σας βοηθήσει να συντονίσετε εκπαιδευτικές συνεδρίες που ενδυναμώνουν τα εκπαιδευόμενα άτομα να πλοηγηθούν με αυτοπεποίθηση στον ψηφιακό κόσμο εστιάζοντας σε βασικές ικανότητες και δεξιότητες.

## ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΩΝ ΣΤΟΧΩΝ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα DIGINEXT e-Rural Inclusion αποτελεί μέρος μιας πρωτοβουλίας Erasmus+ που αποσκοπεί στην προώθηση των ψηφιακών δεξιοτήτων ενηλίκων και ηλικιωμένων που διαμένουν σε αγροτικές περιοχές σε ολόκληρη την Ευρώπη. Η πρωτοβουλία αυτή γεφυρώνει το χάσμα μεταξύ των ιδρυμάτων τριτοβάθμιας εκπαίδευσης και των αγροτικών κοινοτήτων, καθώς εφοδιάζει τα άτομα με ψηφιακές ικανότητες που είναι απαραίτητες για την ενεργό συμμετοχή στον σημερινό ολόένα και πιο ψηφιακό κόσμο. Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί για να διεξαχθεί σε έξι (6) γλώσσες (αγγλικά, γερμανικά, ελληνικά, ιταλικά, ρουμανικά και ισπανικά) και θα παρέχει μια διαδραστική, ελκυστική μαθησιακή εμπειρία.

Πρωταρχικός στόχος αυτού του εκπαιδευτικού προγράμματος είναι η δημιουργία ανθεκτικών αγροτικών κοινοτήτων μέσω της ενίσχυσης του ψηφιακού γραμματισμού και της ευαισθητοποίησης για τη βιωσιμότητα μεταξύ ενηλίκων και ηλικιωμένων με χαμηλά προσόντα. Μεταφέροντας ψηφιακές δεξιότητες σε αυτούς τους πληθυσμούς, επιδιώκουμε να διασφαλίσουμε ότι οι αγροτικές περιοχές θα μπορούν να ευημερούν ενόψει του συνεχιζόμενου ψηφιακού μετασχηματισμού και των κοινωνικών αλλαγών.

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα είναι δομημένο γύρω από πέντε (5) βασικές θεματικές ενότητες:

**1. Ψηφιακός Γραμματισμός και Κριτική Σκέψη:** Η ενότητα αυτή, η οποία βασίζεται στο Πλαίσιο Ψηφιακών Ικανοτήτων για τους Πολίτες (DigComp), εξετάζει βασικές δεξιότητες όπως η περιήγηση, η αναζήτηση, το φιλτράρισμα, η αξιολόγηση, η διαχείριση και η αλληλεπίδραση με το ψηφιακό περιεχόμενο. Τα εκπαιδευόμενα άτομα θα αναπτύξουν τις δεξιότητες κριτικής σκέψης που απαιτούνται για την αποτελεσματική πλοήγηση στο ψηφιακό τοπίο.

**2. Ψηφιακές Δημόσιες Υπηρεσίες και Οικονομικά:** Αυτή η ενότητα, που ευθυγραμμίζεται με τους στόχους της Ψηφιακής Δεκαετίας 2030, εισάγει τα εκπαιδευόμενα άτομα στις βασικές ψηφιακές δημόσιες υπηρεσίες, στη σημασία της συμμετοχής σε ηλεκτρονικές δημοκρατικές διαδικασίες και στη ρύθμιση και ασφάλεια των ψηφιακών ταυτοτήτων. Ακόμη, καλύπτει βασικές γνώσεις σχετικά με την ηλεκτρονική τραπεζική (e-banking) και το ηλεκτρονικό εμπόριο (e-commerce) δίνοντας έμφαση στην αναγνώριση και την αποφυγή της απάτης.

**3. Ηλεκτρονική Υγεία:** Η ενότητα αυτή δίνει στα εκπαιδευόμενα άτομα τη δυνατότητα να αναζητούν, να βρίσκουν, να κατανοούν και να εφαρμόζουν πληροφορίες υγείας από ηλεκτρονικές πηγές. Με την ενίσχυση του ψηφιακού γραμματισμού στον τομέα της υγείας, τα συμμετέχοντα άτομα θα διαθέτουν καλύτερα εφόδια για την αντιμετώπιση και επίλυση ζητημάτων που σχετίζονται με την υγεία χρησιμοποιώντας ψηφιακά εργαλεία και πηγές.

**4. Ψηφιακή Βιωσιμότητα:** Η ενότητα αυτή επισημαίνει τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις και την κατανάλωση ενέργειας των ψηφιακών συσκευών. Υπογραμμίζει τον ρόλο των ψηφιακών τεχνολογιών στην υποστήριξη της βιωσιμότητας και της πράσινης μετάβασης, διασφαλίζοντας ότι τα εκπαιδευόμενα άτομα κατανοούν πώς να χρησιμοποιούν τις συσκευές τους με έναν τρόπο που είναι φιλικός προς το περιβάλλον.

**5. Ψηφιακή Συμμετοχή σε Αγροτικές Περιοχές:** Η ενότητα αυτή, εστιάζοντας στην εμπλοκή της τοπικής κοινότητας, διδάσκει στα εκπαιδευόμενα άτομα πώς να δικτυώνονται, να ενημερώνονται για τις τοπικές πολιτιστικές εκδηλώσεις και να συμμετέχουν σε συστήματα εκπαίδευσης. Η συμβολή των Ομάδων Τοπικής Δράσης (ΟΤΔ) αναδεικνύεται ως βασικός πόρος για τη μάθηση και την ανάπτυξη με βάση την κοινότητα.

# ΕΝΟΤΗΤΑ 1: ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΙΚΗ ΣΚΕΨΗ

## Μαθησιακοί Στόχοι

Μετά το τέλος αυτής της ενότητας, τα εκπαιδευόμενα άτομα θα είναι σε θέση:

- Να εφαρμόζουν βέλτιστες πρακτικές στις διαδικτυακές τους αναζητήσεις.
- Να χρησιμοποιούν αποτελεσματικά τις μηχανές αναζήτησης.
- Να αξιολογούν την αξιοπιστία του διαδικτυακού περιεχομένου.
- Να οργανώνουν και να διαχειρίζονται αποτελεσματικά το ψηφιακό περιεχόμενο.
- Να βρίσκουν λύσεις στα προβλήματά τους μέσω ψηφιακών εργαλείων.

## Σχέδιο Μαθήματος

- **Εισαγωγή:** (Διάρκεια: 10 λεπτά)
  - Επισκόπηση του γραμματισμού πληροφοριών και δεδομένων (information and data literacy).
  - Η σημασία αυτών των δεξιοτήτων στην ψηφιακή εποχή.
- **Παράδοση Βασικού Περιεχομένου:** (Διάρκεια: 30 λεπτά)
  - Βασικές έννοιες: δεδομένα έναντι πληροφοριών, βασικά στοιχεία ψηφιακού γραμματισμού.
  - Βήματα για την αποτελεσματική αναζήτηση και αξιολόγηση πληροφοριών.
  - Μέθοδοι οργάνωσης και διαχείρισης ψηφιακού περιεχομένου.
- **Διαδραστική Δραστηριότητα:** (Διάρκεια: 20 λεπτά)
  - Πρακτική άσκηση: Αξιολόγηση της αξιοπιστίας των διαδικτυακών πηγών.
  - Ομαδική συζήτηση για τον εντοπισμό παραπληροφόρησης.
- **Αξιολόγηση:** (Διάρκεια: 15 λεπτά)
  - Κουίζ για βασικές έννοιες και βέλτιστες πρακτικές.
  - Αξιολόγηση βάσει σεναρίου: Ανάλυση ενός πραγματικού σεναρίου ψηφιακού περιεχομένου.
- **Συμπέρασμα:** (Διάρκεια: 15 λεπτά)
  - Ανακεφαλαίωση των βασικών συμπερασμάτων.
    - Συνεδρία Ερωτήσεων και Απαντήσεων για τα συμμετέχοντα άτομα.

## Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες

### ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

- Προβολέας και οθόνη για παρουσιάσεις.
- Ηλεκτρονικοί υπολογιστές ή ταμπλέτες για διαδραστικές δραστηριότητες.
- Τυπωμένα κουίζ ή διαδικτυακά εργαλεία κουίζ για αξιολογήσεις.

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Ξεκινήστε καλωσορίζοντας τα συμμετέχοντα άτομα και παρουσιάζοντας τους στόχους του μαθήματος.
- Περιγράψτε συνοπτικά την ενότητα και τη δομή της.
- Ορίστε σημαντικές έννοιες που καλύπτονται στην ενότητα (π.χ. ψηφιακός γραμματισμός, γραμματισμός πληροφοριών και γραμματισμός δεδομένων) και εξηγήστε τη σημασία τους στην ψηφιακή εποχή.
- Συζητήστε πώς οι ψηφιακές δεξιότητες ενισχύουν την καθημερινή ζωή, την επικοινωνία και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες της κοινότητας.
- Αν είναι απαραίτητο, δώστε ορισμένα παραδείγματα, π.χ. ηλεκτρονικές τραπεζικές συναλλαγές, πρόσβαση σε κρατικές υπηρεσίες, σύνδεση με φίλους/-λες και συγγενείς.

### ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ

(δείτε το PowerPoint για την Ενότητα 1)

- Παρουσιάστε τις κύριες έννοιες χρησιμοποιώντας έναν συνδυασμό διαφανειών και πραγματικών παραδειγμάτων.
- Κάντε τη διάκριση μεταξύ δεδομένων και πληροφοριών:
- Τα «δεδομένα» αναφέρονται σε ακατέργαστα, μη επεξεργασμένα γεγονότα, όπως αριθμοί, ημερομηνίες ή σύμβολα.
- Οι «πληροφορίες» αντιπροσωπεύουν επεξεργασμένα δεδομένα που είναι οργανωμένα, έχουν νόημα και είναι χρήσιμα για τη λήψη αποφάσεων ή την κατανόηση.
- Παρουσιάστε αποτελεσματικές τεχνικές αναζήτησης χρησιμοποιώντας μηχανές αναζήτησης και βάσεις δεδομένων.
- Επεξεργαστείτε περισσότερο τη χρήση λέξεων-κλειδιών και τελεστών όπως "AND", "OR" και εισαγωγικά ("").

- Δώστε παραδείγματα αξιόπιστων και αναξιόπιστων πηγών και συζητήστε τα κριτήρια αξιολόγησης της αξιοπιστίας
- Ελέγξτε τα διαπιστευτήρια των συντακτών/-κτριών, την ημερομηνία δημοσίευσης και την αξιοπιστία της διεύθυνσης URL μέσω του domain name/ ονόματος τομέα (.gov, .edu, κ.λπ.).
- Εντοπίστε τα προειδοποιητικά σημάδια αναξιόπιστων πηγών (π.χ. clickbait, μεροληπτικό περιεχόμενο).
- Συζητήστε τη διαχείριση περιεχομένου, τις στρατηγικές της και τη χρησιμότητά της στην καθημερινή ζωή.
- Οργανώστε ψηφιακά αρχεία: δομές φακέλων και συμβάσεις ονοματοδοσίας αρχείων.
- Εργαλεία για τη διαχείριση περιεχομένου: σελιδοδείκτες (bookmarks), αποθήκευση στο cloud (Google Drive, Dropbox) και επιλογές δημιουργίας αντιγράφων ασφαλείας εκτός σύνδεσης (offline backup).

## ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Παρουσιάστε ένα σενάριο στο οποίο τα συμμετέχοντα άτομα πρέπει να αναλύσουν και να αξιολογήσουν το ψηφιακό περιεχόμενο ως προς την ακρίβεια και την αξιοπιστία του.

### Παράδειγμα

- Μοιραστείτε με τα συμμετέχοντα άτομα μια λίστα με διευθύνσεις URL από ψηφιακά άρθρα ειδήσεων.
- Τα θέματα που θα καλυφθούν μπορούν να είναι ποικίλα, π.χ. άρθρα ειδήσεων, συμβουλές για την υγεία, κριτικές προϊόντων κ.λπ.
- Κάθε συμμετέχον άτομο επιλέγει ένα άρθρο και αξιολογεί την αξιοπιστία του χρησιμοποιώντας τα προβλεπόμενα κριτήρια.
- Τα κριτήρια αυτά περιλαμβάνουν: τον έλεγχο των διαπιστευτηρίων του/της συντάκτη/-κτριας, την εξέταση της ημερομηνίας δημοσίευσης, την ανάλυση της αξιοπιστίας του τομέα και τον εντοπισμό τυχόν προκαταλήψεων ή προειδοποιητικών σημαδιών (π.χ. έλλειψη πηγών, εντυπωσιοθηρική γλώσσα κ.λπ.).
- Στη συνέχεια, τα συμμετέχοντα άτομα καταγράφουν τα ευρήματά τους σε ένα φύλλο εργασίας, εξηγώντας γιατί θεώρησαν την πηγή αξιόπιστη ή όχι.

Μπορείτε επίσης να συμπεριλάβετε ορισμένες ομαδικές συζητήσεις στη δραστηριότητά σας.

- Ενδεικτικά, μπορείτε να κοινοποιήσετε παραδείγματα κοινής παραπληροφόρησης (π.χ. ψεύτικες συμβουλές για την υγεία), ενώ τα συμμετέχοντα άτομα μοιράζονται προσωπικές εμπειρίες και συζητούν πώς να επαληθεύουν τις πληροφορίες.

## ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

- Διανείμετε ή ξεκινήστε ένα κουίζ που ελέγχει την κατανόηση των βασικών εννοιών από τα συμμετέχοντα άτομα.
- Ελέγξτε τις απαντήσεις μαζί παρέχοντας εξηγήσεις και πρόσθετες πληροφορίες, εφόσον χρειάζεται.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Επανεξετάστε τα βασικά θέματα που συζητήθηκαν κατά τη διάρκεια του μαθήματος δίνοντας έμφαση στις αποτελεσματικές τεχνικές αναζήτησης, στην αξιολόγηση της αξιοπιστίας των πηγών και στην οργάνωση του ψηφιακού περιεχομένου. Τα συμμετέχοντα άτομα θα έχουν την ευκαιρία να υποβάλουν ερωτήσεις, ώστε να διασφαλιστεί η αντιμετώπιση τυχόν ασαφειών. Τέλος, δώστε πρόσθετους πόρους για περαιτέρω μάθηση, όπως συνδέσμους (links) προς διαδικτυακά σεμινάρια και οδηγούς, για να βοηθήσετε τα συμμετέχοντα άτομα να συνεχίσουν να αναπτύσσουν τις ψηφιακές τους δεξιότητες ανεξάρτητα.

## Πρόσθετοι Πόροι

### ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ

**E1: Τι γίνεται αν τα συμμετέχοντα άτομα δυσκολεύονται με τις τεχνικές πτυχές της αναζήτησης ή της αξιολόγησης πληροφοριών;**

A1: Δώστε πρακτική βοήθεια κατά τη διάρκεια της διαδραστικής δραστηριότητας παρέχοντας παραδείγματα και οδηγίες βήμα προς βήμα. Ενθαρρύνετε την υποστήριξη και τη συνεργασία μεταξύ ομοτίμων.

**E2: Πώς χειρίζομαι τις διαφορετικές απόψεις σε ομαδικές συζητήσεις σχετικά με αξιόπιστες πηγές;**

A2: Τονίστε ότι στόχος είναι η κατανόηση των κριτηρίων αξιοπιστίας και όχι η συμφωνία σε κάθε σημείο. Συντονίστε τις συζητήσεις ενθαρρύνοντας τα συμμετέχοντα άτομα να αιτιολογούν τις απόψεις τους με βάση τα αποδεικτικά στοιχεία.

**E3: Τι γίνεται αν δεν υπάρχει αρκετός χρόνος για να καλυφθούν όλα όσα προβλέπονται στην ημερήσια διάταξη;**

A3: Εστιάστε στα πιο σημαντικά στοιχεία, όπως οι τεχνικές αναζήτησης και η αξιολόγηση των πηγών. Μπορείτε να παράσχετε πρόσθετο υλικό ανάγνωσης για να το εξερευνήσουν τα συμμετέχοντα άτομα στον ελεύθερό τους χρόνο.

### ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ



Soham De Roy. (2020, April 22). *How to Google like a pro: 10 tips for effective Googling*. freeCodeCamp. <https://www.freecodecamp.org/news/how-to-google-like-a-pro-10-tips-for-effective-googling/>

Khan, Ali & Brohman, Kathryn & Addas, Shamel. (2021). The anatomy of 'fake news': Studying false messages as digital objects. *Journal of Information Technology*. 37. 122-143. 10.1177/02683962211037693.

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ

Essential Google Search Tricks for Research – Common Sense Education,  
[https://www.youtube.com/watch?v=s9XZk9CLxK4&ab\\_channel=CommonSenseEducation](https://www.youtube.com/watch?v=s9XZk9CLxK4&ab_channel=CommonSenseEducation)

How Search Works – Google,  
[https://www.youtube.com/watch?v=BNHR6IQJGZs&ab\\_channel=Google](https://www.youtube.com/watch?v=BNHR6IQJGZs&ab_channel=Google)

How to Spot Fake News – FactCheck.org,  
[https://www.youtube.com/watch?v=AkwWcHekMdo&ab\\_channel=FactCheck](https://www.youtube.com/watch?v=AkwWcHekMdo&ab_channel=FactCheck)

Evaluating Sources for Credibility – libncsu,  
[https://www.youtube.com/watch?v=PLTOVoHbH5c&ab\\_channel=libncsu](https://www.youtube.com/watch?v=PLTOVoHbH5c&ab_channel=libncsu)

Best Practice to Organize Your Computer Files – Lea David,  
[https://www.youtube.com/watch?v=gfPujXtQqwc&ab\\_channel=LeaDavid](https://www.youtube.com/watch?v=gfPujXtQqwc&ab_channel=LeaDavid)

# ΕΝΟΤΗΤΑ 2: ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΔΗΜΟΣΙΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ

## Μαθησιακοί Στόχοι:

Μετά το τέλος αυτής της ενότητας, τα εκπαιδευόμενα άτομα θα είναι σε θέση:

- **Να κατανοούν τον τρόπο λειτουργίας των ψηφιακών δημόσιων υπηρεσιών:** Θα κατανοήσουν με σαφήνεια τον τρόπο λειτουργίας των ψηφιακών δημόσιων υπηρεσιών, τα οφέλη τους και τον τρόπο πρόσβασης και αποτελεσματικής χρήσης τους.
- **Να δημιουργούν και να χρησιμοποιούν ψηφιακές ταυτότητες:** Θα μάθουν πώς να δημιουργούν μια ασφαλή ψηφιακή ταυτότητα, θα κατανοήσουν τη σημασία της για την πρόσβαση σε δημόσιες υπηρεσίες και θα εξοικειωθούν με τα ισχύοντα μέτρα προστασίας του απορρήτου και της ασφάλειας.
- **Να χρησιμοποιούν με αυτοπεποίθηση την ηλεκτρονική τραπεζική (e-banking) και το ηλεκτρονικό εμπόριο (e-commerce):** Θα αποκτήσουν δεξιότητες για να διαχειρίζονται τα οικονομικά τους στο διαδίκτυο, να αναγνωρίζουν ασφαλείς μεθόδους πληρωμής και να πραγματοποιούν με ασφάλεια αγορές στο διαδίκτυο αναγνωρίζοντας παράλληλα τους πιθανούς κινδύνους.
- **Να αναγνωρίζουν και να αποφεύγουν τις απάτες:** Θα αναπτύξουν την ικανότητα να αναγνωρίζουν κοινές διαδικτυακές απάτες, να κατανοούν τα πρακτικά μέτρα για την αποφυγή τους και να προστατεύουν τις προσωπικές και οικονομικές πληροφορίες τους στον ψηφιακό χώρο.

## Σχέδιο Μαθήματος:

- **Εισαγωγή:** (Διάρκεια: 10 λεπτά)
  - Επισκόπηση των στόχων της ενότητας.
  - Συνάφεια των ψηφιακών δημόσιων υπηρεσιών, των οικονομικών και της πρόληψης της απάτης.
- **Παράδοση Βασικού Περιεχομένου:** (Διάρκεια: 30 λεπτά)
  - Ψηφιακές Δημόσιες Υπηρεσίες: Επισκόπηση, οφέλη, προκλήσεις και πρακτικά παραδείγματα.
  - Ψηφιακές Ταυτότητες: Δημιουργία ασφαλών ψηφιακών ταυτοτήτων και κατανόηση του GDPR/eIDAS.
  - Ηλεκτρονική Τραπεζική (e-banking) και Ηλεκτρονικό Εμπόριο (e-commerce): Αναγνώριση και χρήση ασφαλών μεθόδων πληρωμής, διαχείριση οικονομικών στο διαδίκτυο.

- Πρόληψη της Απάτης: Πρακτικές συμβουλές για τον εντοπισμό και την αποφυγή κοινών διαδικτυακών απάτης.
- **Διαδραστική Δραστηριότητα:** (Διάρκεια: 20 λεπτά)
- **Αξιολόγηση:** (Διάρκεια: 15 λεπτά)
  - Κουίζ Αξιολόγησης της Ενότητας 2 σχετικά με τις κύριες έννοιες, τα εργαλεία και τις πρακτικές που καλύπτονται στην ενότητα.
- **Συμπέρασμα:** (Διάρκεια: 15 λεπτά)
  - Ανακεφαλαίωση βασικών εννοιών και συμπερασμάτων.
  - Συνεδρία Ερωτήσεων και Απαντήσεων.

## ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ:

- Ένας υπολογιστής με σύνδεση στο διαδίκτυο.
- Προβολέας ή μεγάλη οθόνη για την παρουσίαση PowerPoint.
- Υπολογιστές, ταμπλέτες ή smartphones με πρόσβαση στο διαδίκτυο για κάθε εκπαιδευόμενο άτομο για τις Διαδραστικές Δραστηριότητες και το Κουίζ Αξιολόγησης της Ενότητας 2 (Ελέγξτε τις γνώσεις σας).

## Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες:

### Προετοιμασία:

- Εξοικειωθείτε με τους πόρους της Ενότητας 2 – το Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα, την Παρουσίαση (PPT), τις Διαδραστικές Δραστηριότητες και το Κουίζ Αξιολόγησης της Ενότητας 2 – και βεβαιωθείτε ότι όλα τα υλικά έχουν προετοιμαστεί πριν από το μάθημα.
- Προσαρμόστε την εκπαίδευση εστιάζοντας σε πραγματικά σενάρια από τη χώρα, την περιοχή ή την πόλη σας διασφαλίζοντας ότι το περιεχόμενο θα έχει απήχηση στα εκπαιδευόμενα άτομα.
- Επανεξετάστε τις Διαδραστικές Δραστηριότητες και το Κουίζ Αξιολόγησης και ετοιμάστε τυχόν απαιτούμενο τεχνολογικό υλικό.
- Δοκιμάστε εκ των προτέρων όλο το περιεχόμενο πολυμέσων.

### Κατά τη Διάρκεια του μαθήματος:

- Τηρήστε την ατζέντα παραμένοντας ευέλικτοι/-κτες και προσαρμόστε τη με βάση τις προηγούμενες γνώσεις και ανάγκες της ομάδας.
- Ενθαρρύνετε τη συμμετοχή διασφαλίζοντας παράλληλα ότι όλο το υλικό μεταφέρεται με σαφήνεια και γίνεται κατανοητό.

- Παρακολουθήστε τον χρόνο για να βεβαιωθείτε ότι όλα τα βασικά θέματα καλύπτονται αποτελεσματικά.

Μετά την Ολοκλήρωση του Μαθήματος:

- Ενθαρρύνετε την ανατροφοδότηση των συμμετεχόντων ατόμων σχετικά με το τι βρήκαν χρήσιμο ή δύσκολο.
- Παράσχετε πόρους μεταπαρακολούθησης (follow-up resources) ή καθοδήγηση στα εκπαιδευόμενα άτομα που επιθυμούν να εμβαθύνουν στα θέματα που καλύφθηκαν στην ενότητα.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Καλωσορίστε τα συμμετέχοντα άτομα και περιγράψτε τους μαθησιακούς στόχους της συνεδρίας.
- Μετά την **Εισαγωγή της Ενότητας 2 του Εκπαιδευτικού Προγράμματος**, συζητήστε τη σημασία των ψηφιακών δημόσιων υπηρεσιών και της διαχείρισης των οικονομικών σε ένα ψηφιακό περιβάλλον.
- Πραγματοποιήστε μια σύντομη επισκόπηση του τρόπου με τον οποίο θα δομηθεί η συνεδρία.

## ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ

(δείτε το PowerPoint για την Ενότητα 2)

- Χρησιμοποιώντας τους πόρους από την **Ενότητα 2 του Εκπαιδευτικού Προγράμματος**, παρουσιάστε τις βασικές έννοιες της ενότητας χρησιμοποιώντας τις διαφάνειες ως οπτικό οδηγό για τα εκπαιδευόμενα άτομα.
- Μεταδώστε τις θεωρητικές γνώσεις δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση σε πρακτικά, πραγματικά παραδείγματα.
- Όταν είναι απαραίτητο, χρησιμοποιήστε τους σχετικούς συνδέσμους ή πλατφόρμες που παρέχονται στην **Ενότητα 2 του Εκπαιδευτικού Προγράμματος** για να δείξετε πώς λειτουργούν συγκεκριμένοι ιστότοποι, πόροι και ψηφιακά εργαλεία.
- Συνοψίστε τα βασικά συμπεράσματα στο τέλος κάθε ενότητας για να εδραιώσετε τη μάθηση πριν προχωρήσετε στο επόμενο θέμα.
- Προσαρμόστε τον ρυθμό και την εστίαση του μαθήματος με βάση την ανατροφοδότηση και την κατανόηση των εκπαιδευόμενων ατόμων.
- Αν ο χρόνος τελειώνει, επικεντρωθείτε σε πρακτικές συμβουλές και όχι σε θεωρητικές γνώσεις επιμένοντας στα σημεία που περιγράφονται στην Παρουσίαση (PPT).

## ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Παρέχετε ένα σενάριο όπου οι μαθητές μπορούν να διακρίνουν μεταξύ ασφαλών και μη ασφαλών ιστότοπων. Μέσω μιας προσομοίωσης διαδικτυακών αγορών, οι εκπαιδευόμενοι θα αντιμετωπίσουν διάφορα σενάρια που θα τους ζητήσουν να αξιολογήσουν την ασφάλεια του ιστότοπου, να εντοπίσουν ασφαλείς μεθόδους πληρωμής και να εντοπίσουν πιθανές απάτες.

Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να λάβουν κρίσιμες αποφάσεις, όπως αν θα προχωρήσουν σε μια αγορά, αν θα εισάγουν προσωπικά στοιχεία ή αν θα αναφέρουν μια ύποπτη συναλλαγή.

Σημειώστε ότι, για λόγους ασφαλείας, η δραστηριότητα χρησιμοποιεί στιγμιότυπα οθόνης επιλεγμένων ιστότοπων και όχι ζωντανή πλοήγηση, ώστε να διασφαλιστεί ένα ασφαλές και ελεγχόμενο περιβάλλον μάθησης.

### Δομή της δραστηριότητας:

- **Εισαγωγή:** Επισκόπηση της δραστηριότητας, στόχοι και βασικές έννοιες (π.χ. ασφαλείς ιστότοποι, μέθοδοι πληρωμής και εντοπισμός απάτης).
- **Οδηγίες:** Επεξήγηση της ροής της δραστηριότητας και των κριτηρίων αξιολόγησης.
- **Βήμα 1:** Για κάθε έναν από τους ιστότοπους, οι μαθητές αναλύουν μια σειρά από στιγμιότυπα οθόνης που απεικονίζουν βασικές στιγμές μιας εμπειρίας ηλεκτρονικών αγορών (π.χ. αρχική σελίδα, σελίδα σύνδεσης, σελίδα πληρωμής).
- **Βήμα 2:** Οι εκπαιδευόμενοι χρησιμοποιούν μια προκαθορισμένη κλίμακα (1-5) για να αξιολογήσουν την ασφάλεια του ιστότοπου και να απαντήσουν σε καθοδηγούμενες ερωτήσεις.
- **Βήμα 3:** Οι εκπαιδευόμενοι αποφασίζουν αν θα εισάγουν τα προσωπικά τους στοιχεία και θα προχωρήσουν στην αγορά ή αν δεν θα προχωρήσουν και θα αναφέρουν μια ύποπτη συναλλαγή.
- **Συζήτηση:** Οι εκπαιδευτές διευκολύνουν μια συζήτηση για τη σύγκριση των αξιολογήσεων των εκπαιδευομένων, τονίζοντας τα βασικά ευρήματα και διευκρινίζοντας τυχόν παρανοήσεις.

## ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

(δείτε το PowerPoint για την Ενότητα 2)

- Διανείμετε το Κουίζ Αξιολόγησης της Ενότητας 2 σχετικά με τις κύριες έννοιες που καλύφθηκαν στο μάθημα.
- Επανεξετάστε μαζί τις απαντήσεις παρέχοντας εξηγήσεις και πρόσθετες πληροφορίες, αν χρειάζεται.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

- Ολοκληρώστε το μάθημα συνοψίζοντας τα βασικά σημεία και τα συμπεράσματα της ενότητας. Ζητήστε από τα συμμετέχοντα άτομα να μοιραστούν τυχόν εναπομείνανες ερωτήσεις, σχόλια ή σκέψεις σχετικά με το υλικό που παρουσιάστηκε.

## ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΟΤΗΣΗΣ

- Ζητήστε από τα συμμετέχοντα άτομα να σκεφτούν ένα πράγμα που έμαθαν και πώς θα το εφαρμόσουν.
- Διενεργήστε μια ανώνυμη δημοσκόπηση (κατά προτίμηση ψηφιακή) για να αξιολογήσετε την κατανόηση του περιεχομένου του μαθήματος από τα συμμετέχοντα άτομα και να μετρήσετε την αυτοπεποίθησή τους στην εφαρμογή των γνώσεων και των δεξιοτήτων που απέκτησαν.
- Χρησιμοποιήστε τα αποτελέσματα της δημοσκόπησης για να εντοπίσετε τυχόν σημεία που μπορεί να χρειάζονται περαιτέρω διευκρίνιση ή έμφαση.

## Πρόσθετοι Πόροι

### ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ

#### **E1. Πώς μπορώ να διασφαλίσω ότι τα εκπαιδευόμενα άτομα παραμένουν αφοσιωμένα κατά τη διάρκεια του μαθήματος;**

A1. Επικεντρωθείτε σε παραδείγματα από την πραγματική ζωή που έχουν σχέση με τις εμπειρίες των συμμετεχόντων ατόμων για να κάνετε το περιεχόμενο σχετικό. Ενθαρρύνετε την υποβολή ερωτήσεων και την πραγματοποίηση συζητήσεων για να ενισχύσετε τη συμμετοχή.

#### **E2. Τι πρέπει να κάνω αν ένα εκπαιδευόμενο άτομο δυσκολεύεται να κατανοήσει μια έννοια;**

A2. Αναλύστε την έννοια σε μικρότερα βήματα, χρησιμοποιήστε παραδείγματα σχετικά με τις εμπειρίες του και ελέγξτε την κατανόησή του με ερωτήσεις μεταπαρακολούθησης (follow-up questions).

#### **E3. Πώς μπορώ να προσαρμόσω το μάθημα για εκπαιδευόμενα άτομα με διαφορετικά επίπεδα ψηφιακού γραμματισμού;**

A3. Εστιάστε σε πρακτικά παραδείγματα και επιδείξεις. Με εκπαιδευόμενα άτομα που έχουν περιορισμένη ψηφιακή πείρα, αφιερώστε περισσότερο χρόνο σε πρακτικές δραστηριότητες και αποφύγετε τους υπερβολικά τεχνικούς όρους.

#### **E4. Τι γίνεται αν δεν υπάρχει αρκετός χρόνος για να καλυφθεί όλη η ύλη;**

A4. Δώστε προτεραιότητα στις πρακτικές συμβουλές και στις πιο βασικές έννοιες. Χρησιμοποιήστε το παρεχόμενο PowerPoint ως οπτικό οδηγό και παραπέμψτε τα εκπαιδευόμενα άτομα σε πρόσθετες πηγές για αυτοδιδασκαλία (self-study).

#### **E5. Πώς αντιμετωπίζω τεχνικά προβλήματα κατά τη διάρκεια επιδείξεων ή δραστηριοτήτων;**

A5. Δοκιμάστε εκ των προτέρων όλα τα ψηφιακά εργαλεία και τους συνδέσμους. Αν προκύψει κάποιο πρόβλημα, εξηγήστε προφορικά τη διαδικασία και δώστε στα εκπαιδευόμενα άτομα πόρους που μπορούν να εξερευνήσουν αργότερα.

#### **E6. Πώς διευκολύνω τις συζητήσεις κατά τη διάρκεια της διαδραστικής δραστηριότητας;**

A6. Θέστε ερωτήσεις ανοικτού τύπου, ενθαρρύνετε τα εκπαιδευόμενα άτομα να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και καθοδηγήστε τη συζήτηση συνδέοντας τις ιδέες τους με το περιεχόμενο της ενότητας.

#### **E7. Τι γίνεται αν τα εκπαιδευόμενα άτομα έχουν ερωτήσεις εκτός του πεδίου εφαρμογής της ενότητας;**

A7. Αναγνωρίστε το ενδιαφέρον τους, δώστε μια σύντομη απάντηση αν είναι δυνατόν και καθοδηγήστε τα σε περαιτέρω πηγές ή προτείνετε να τις συζητήσετε μετά το μάθημα.

## **ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ**

(Ctrl+Click για να ακολουθήσετε τους συνδέσμους και να αποκτήσετε πρόσβαση στο υλικό)

1. [Promoting Digital Literacy for Adult Learners: A Resource Guide.](#)
2. [Report on the state of the Digital Decade 2024.](#)

## **ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ**

(Ctrl+Click για να ακολουθήσετε τους συνδέσμους και να αποκτήσετε πρόσβαση στα βίντεο στο YouTube)

1. [Digital Government in the Next Generation EU.](#)
2. [What a digital government looks like.](#)

## ΕΝΟΤΗΤΑ 3: ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Μετά το τέλος αυτής της ενότητας, τα εκπαιδευόμενα άτομα θα είναι σε θέση:

- Να εφαρμόζουν βασικά ερωτήματα και κριτήρια για να βρίσκουν αξιόπιστες πληροφορίες για την υγεία στο διαδίκτυο.
- Να αξιολογούν την ακρίβεια και τη συνάφεια των διαδικτυακών πληροφοριών για την υγεία.
- Να συγκρίνουν τα οφέλη και τους περιορισμούς των διαφόρων πηγών πληροφόρησης για την υγεία.
- Να κατανοούν τη βασική ιδέα και τις λειτουργίες των εφαρμογών υγείας (health apps).
- Να κάνουν διάκριση μεταξύ διαφορετικών κατηγοριών εφαρμογών υγείας.
- Να χρησιμοποιούν διάφορες ηλεκτρονικές υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης (π.χ. εικονικές συνεδρίες, ηλεκτρονικές συνταγές).
- Να αξιολογούν τα πρότυπα προστασίας του απορρήτου και της ασφάλειας των δεδομένων των εφαρμογών υγείας.
- Να αναπτύσσουν στρατηγικές για την ασφαλή διαχείριση των προσωπικών δεδομένων υγείας σε ψηφιακές πλατφόρμες.

### Σχέδιο Μαθήματος

- **Εισαγωγή:** (Διάρκεια: 10 λεπτά)
  - Σύντομη επισκόπηση της ηλεκτρονικής υγείας και του ρόλου της στην καθημερινή μας ζωή σήμερα.
  - Έμφαση στη σημασία του ψηφιακού γραμματισμού στον τομέα της υγείας (digital health literacy) για τη διαχείριση της προσωπικής υγείας.
- **Παράδοση Βασικού Περιεχομένου:** (Διάρκεια: 10 λεπτά)
  - Χρησιμοποιήστε το PowerPoint για την Ενότητα 3.
- **Διαδραστική Δραστηριότητα:** (Διάρκεια: 20 λεπτά)
  - Εργασία σε ζεύγη και στη συνέχεια ομαδική συζήτηση σχετικά με τον τρόπο αξιολόγησης των πληροφοριών για την υγεία.
- **Αξιολόγηση:** (Διάρκεια: 15 λεπτά)

- Κουίζ Αξιολόγησης της Ενότητας 3 (Ελέγξτε τις γνώσεις σας) σχετικά με τις κύριες έννοιες, τα εργαλεία και τις πρακτικές που καλύπτονται στην ενότητα.
- **Συμπέρασμα:** (Διάρκεια: 15 λεπτά)
  - Ανακεφαλαίωση βασικών εννοιών και συμπερασμάτων.
  - Συνεδρία Ερωτήσεων και Απαντήσεων.

## Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες

### ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ:

- Προβολέας και οθόνη για παρουσιάσεις.
- Ενημερωτικά φυλλάδια σχετικά με τα κριτήρια αξιολόγησης των διαδικτυακών πληροφοριών για την υγεία.
- Τηλέφωνα smartphone ή ταμπλέτες για διαδραστικές δραστηριότητες.
- Σύνδεσμος για διαδικτυακό κουίζ αξιολόγησης.

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Πραγματοποιήστε μια σύντομη επισκόπηση της Ηλεκτρονικής Υγείας και του ρόλου της στην καθημερινή μας ζωή σήμερα.
- Δώστε έμφαση στη σημασία του ψηφιακού γραμματισμού στον τομέα της υγείας για τη διαχείριση της προσωπικής υγείας.
- Ρωτήστε τα εκπαιδευόμενα άτομα για την προσωπική τους εμπειρία με τις υπηρεσίες ηλεκτρονικής υγείας.
- Αναφερθείτε με συντομία στη σημασία του ηλεκτρονικού γραμματισμού υγείας (e-health literacy).

### ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ

(δείτε το PowerPoint για την Ενότητα 3)

#### Βασικές έννοιες:

#### Εφαρμογές Υγείας

- Συνήθη εργαλεία και τεχνολογίες ηλεκτρονικής υγείας (π.χ. εφαρμογές υγείας και φορητές συσκευές).

- Οφέλη από τη χρήση εργαλείων ηλεκτρονικής υγείας για την αποτελεσματική διαχείριση της υγείας.

Αξιολόγηση διαδικτυακών πληροφοριών για την υγεία:

- Βήματα για την αξιολόγηση της αξιοπιστίας και της εγκυρότητας των διαδικτυακών πληροφοριών για την υγεία.
- Κριτήρια για ποιοτικές πληροφορίες υγείας: ανεξάρτητες, τεκμηριωμένες, σαφείς και συναφείς.
- Κίνδυνοι παραπληροφόρησης για την υγεία και στρατηγικές για τον εντοπισμό και την αποφυγή τους.

Υπηρεσίες ηλεκτρονικής υγείας

- Ποιες είναι οι συνηθέστερες υπηρεσίες ηλεκτρονικής υγείας και πλατφόρμες υγείας στη χώρα σας και πώς μπορείτε να τις χρησιμοποιήσετε.
- Τηλεϊατρική και εικονικές συνεδρίες.
- Ηλεκτρονικοί φάκελοι υγείας.
- Ηλεκτρονικά ραντεβού και ηλεκτρονικές συνταγές.

Συμβουλές για την Παράδοση του Περιεχομένου:

- Εξηγήστε τις προκλήσεις του εντοπισμού αξιόπιστων πηγών υγείας.
- Συζητήστε τα κριτήρια για Ποιοτικές Πληροφορίες Υγείας: ανεξάρτητες, τεκμηριωμένες, σαφείς και συναφείς πληροφορίες.
- Θέστε ερωτήσεις για να αξιολογήσετε την αξιοπιστία ενός ιστότοπου (π.χ. πηγή, ημερομηνία, πολιτικές απορρήτου).
- Πραγματοποιήστε μια επισκόπηση των εφαρμογών υγείας, των διαφόρων τύπων και των πλεονεκτημάτων τους.
- Διαδικτυακές Υπηρεσίες Υγειονομικής Περίθαλψης: Εξηγήστε τα βασικά στοιχεία των διαδικτυακών υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης και της τηλεϊατρικής και πώς λειτουργούν οι εικονικές συνεδρίες.

## ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Τα συμμετέχοντα άτομα θα εργαστούν σε ζεύγη ή μικρές ομάδες για να διερευνήσουν και να αξιολογήσουν πληροφορίες και εργαλεία υγείας. Σε κάθε ομάδα, θα δοθεί ένα συγκεκριμένο σενάριο, για παράδειγμα η εύρεση αξιόπιστων πληροφοριών στο διαδίκτυο σχετικά με τη διαχείριση του διαβήτη ή η αναζήτηση εφαρμογών για διαλογισμό, ασκήσεις αναπνοής ή σωματικές ασκήσεις.

Τα συμμετέχοντα άτομα θα αξιολογήσουν τους ιστότοπους ή τις εφαρμογές που θα ανακαλύψουν χρησιμοποιώντας τα κριτήρια που συζητήθηκαν προηγουμένως.

Αφού ολοκληρώσουν τις αξιολογήσεις τους, όλες οι ομάδες θα παρουσιάσουν τα συμπεράσματά τους επισημαίνοντας τα δυνατά και αδύνατα σημεία των πόρων που εξέτασαν. Αυτό θα οδηγήσει σε μια ομαδική συζήτηση σχετικά με τις προκλήσεις της εύρεσης αξιόπιστων πληροφοριών για την υγεία, τα κριτήρια που καθιστούν μια πηγή αξιόπιστη και πώς μπορούν να εφαρμοστούν αυτές οι δεξιότητες. Ολοκληρώστε με έναν απολογισμό για να συνοψίσετε τις βασικές ιδέες και να τονίσετε τη σημασία της κριτικής αξιολόγησης των πηγών.

## ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

- Διανείμετε ένα κουίζ που βοηθά τα εκπαιδευόμενα άτομα να αναστοχαστούν σχετικά με τις βασικές έννοιες και να διακρίνουν τις αξιόπιστες από τις αναξιόπιστες πληροφορίες για την υγεία.
- Πραγματοποιήστε σύντομες ασκήσεις για την αναγνώριση δεικτών ποιότητας σε πληροφορίες και εφαρμογές υγείας.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Συνοψίστε τα κύρια σημεία της ενότητας: η σημασία του ψηφιακού γραμματισμού στον τομέα της υγείας, η χρήση ψηφιακών υπηρεσιών και εργαλείων και η αξιολόγηση διαδικτυακών πληροφοριών υγείας.

Πραγματοποιήστε μια συνεδρία ερωτήσεων και απαντήσεων για να διευκρινίσετε τυχόν απορίες των εκπαιδευόμενων ατόμων.

## Πρόσθετοι Πόροι

### ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ

**E1: Τι κάνω αν τα συμμετέχοντα άτομα δεν είναι εξοικειωμένα με τη χρήση εφαρμογών στα smartphone τους;**

Εξετάστε το ενδεχόμενο να κάνετε μια σύντομη παρουσίαση μιας ή δύο δημοφιλών εφαρμογών. Μπορείτε επίσης να δώσετε ένα φυλλάδιο με οδηγίες βήμα προς βήμα και να ενθαρρύνετε τα συμμετέχοντα άτομα να δοκιμάσουν τις εφαρμογές στο σπίτι προγραμματίζοντας να απαντήσετε σε τυχόν ερωτήσεις στο επόμενο μάθημα.

**E2: Πώς μπορώ να υποστηρίξω τα συμμετέχοντα άτομα που ανησυχούν για θέματα απορρήτου στο διαδίκτυο;**

Η ενότητα καλύπτει επαρκώς τα θέματα προστασίας του απορρήτου. Με τη χρήση του εκπαιδευτικού προγράμματος, θα είστε σε θέση να συζητήσετε απλά βήματα ασφαλείας, όπως η αναθεώρηση των δικαιωμάτων των εφαρμογών και η χρήση ασφαλών, γνωστών ιστοτόπων. Επιπλέον, μπορείτε να δώσετε παραδείγματα πολιτικών απορρήτου και να ενθαρρύνετε τα συμμετέχοντα άτομα να είναι προσεκτικά στην κοινοποίηση προσωπικών δεδομένων.

### **E3: Τι γίνεται αν τα συμμετέχοντα άτομα αρχίσουν να παρεκκλίνουν από το θέμα με προσωπικές ιστορίες σχετικά με την υγεία τους;**

Επαναφέρετε ευγενικά τη συζήτηση στο υπό εξέταση θέμα αναγνωρίζοντας τις εμπειρίες των εκπαιδευόμενων ατόμων και συνδέοντάς τες με τη θεματολογία της ενότητας. Υπενθυμίστε στα συμμετέχοντα άτομα ότι η ενότητα εστιάζει στην ανάπτυξη γενικών δεξιοτήτων ηλεκτρονικής υγείας που ισχύουν για όλους/-λες.

## ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ

1. UCSF Health: Evaluating Health Information:

<https://www.ucsfhealth.org/education/evaluating-health-information>

2. University of Cincinnati: Mobile devices, apps and wearables for healthcare;

<https://www.uc.edu/content/dam/refresh/cont-ed-62/olli/newtech1.pdf>

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ

1. Στην αγγλική γλώσσα: e-Health infrastructure and digital health services

(<https://www.youtube.com/watch?v=V6E4GAH5Wa8>)

2. Στη γερμανική γλώσσα: e-Health. Was steckt eigentlich dahinter?

(<https://www.youtube.com/watch?v=uYozv6m4Xrl>)

3. Στην αγγλική γλώσσα: 4 ways artificial intelligence is transforming health care

(<https://www.youtube.com/watch?v=TfkHrvct1hg>)

## ΕΝΟΤΗΤΑ 4: ΨΗΦΙΑΚΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Μετά το τέλος αυτής της ενότητας, τα εκπαιδευόμενα άτομα θα είναι σε θέση:

- Να κατανοούν τις βασικές αρχές της ψηφιακής βιωσιμότητας και του περιβαλλοντικού αντικτύπου των ψηφιακών τεχνολογιών.
- Να αναπτύσσουν δεξιότητες για την αξιολόγηση και τη μείωση της κατανάλωσης ενέργειας των ψηφιακών συσκευών.
- Να ενισχύουν την κριτική τους σκέψη κατά την αλληλεπίδραση με θέματα ψηφιακής βιωσιμότητας.
- Να κατανοούν τον ρόλο των έξυπνων τεχνολογιών.
- Να γνωρίζουν πώς τα ψηφιακά εργαλεία συμβάλλουν στην πράσινη μετάβαση και στην επίτευξη των παγκόσμιων στόχων βιωσιμότητας.
- Να αναστοχάζονται σχετικά με τα ατομικά και κοινωνικά οφέλη της βιώσιμης ψηφιακής συμπεριφοράς.

### Σχέδιο Μαθήματος:

- **Εισαγωγή:** (Διάρκεια: 10 λεπτά)
  - Επισκόπηση της έννοιας της ψηφιακής βιωσιμότητας.
  - Η σημασία της εξοικονόμησης ενέργειας στην ψηφιακή εποχή.
- **Παράδοση Βασικού Περιεχομένου:** (Διάρκεια: 30 λεπτά)
  - Εισαγωγή στην Ψηφιακή Βιωσιμότητα
  - Κατανάλωση Ενέργειας από Ψηφιακές Συσκευές
  - Φιλικές προς το Περιβάλλον Ψηφιακές Πρακτικές
  - Ψηφιακές Τεχνολογίες για τη Βιωσιμότητα
  - Πράσινη Μετάβαση και Παγκόσμιοι Στόχοι Βιωσιμότητας
- **Διαδραστική Δραστηριότητα:** (Διάρκεια: 20 λεπτά)
  - Πρακτική άσκηση: εντοπισμός προβλημάτων κατανάλωσης ενέργειας σε ένα smartphone.
  - Ομαδική συζήτηση.
- **Αξιολόγηση:** (Διάρκεια: 15 λεπτά)

- Κουίζ για βασικές έννοιες και βέλτιστες πρακτικές – **Κουίζ Αξιολόγησης της Ενότητας 4 (Ελέγξτε τις γνώσεις σας).**
- Αξιολόγηση βάσει σεναρίου: Αναλύστε πώς μπορούμε να κάνουμε το σπίτι μας πιο αποδοτικό στην κατανάλωση ενέργειας.
- **Συμπέρασμα:** (Διάρκεια: 10 λεπτά)
  - Ανακεφαλαίωση των βασικών συμπερασμάτων.
  - Συνεδρία Ερωτήσεων και Απαντήσεων για τα συμμετέχοντα άτομα.

## Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες:

### ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

- Προβολέας και οθόνη για παρουσιάσεις.
- Ενημερωτικά φυλλάδια (έντυπα ή ψηφιακά) σχετικά με: ενεργειακές αξιολογήσεις συσκευών, ρυθμίσεις εξοικονόμησης ενέργειας, τοπικά σημεία ανακύκλωσης.
- Τηλέφωνα smartphone, ταμπλέτες ή υπολογιστές για διαδραστικές δραστηριότητες.
- Τυπωμένα κουίζ ή διαδικτυακά εργαλεία κουίζ για αξιολογήσεις.
- Πίνακας μαρκαδόρου (whiteboard) ή χαρτοπίνακας (flipchart) για τη σύνοψη της ανατροφοδότησης.

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Ξεκινήστε καλωσορίζοντας τα συμμετέχοντα άτομα και παρουσιάζοντας τους στόχους του μαθήματος.
- Εξηγήστε τη σημασία των εννοιών της βιωσιμότητας και της ψηφιακής βιωσιμότητας.
- Πραγματοποιήστε μια σύντομη επισκόπηση (ενότητες και δομή) του περιεχομένου που θα καλυφθεί κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

### ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ

(δείτε το PowerPoint για την Ενότητα 4)

- Παρουσιάστε τις κύριες έννοιες χρησιμοποιώντας έναν συνδυασμό διαφανειών και πραγματικών παραδειγμάτων.
- Συζητήστε τους τρόπους διαχείρισης της ενεργειακής κατανάλωσης των ψηφιακών συσκευών.

- Παρουσιάστε στρατηγικές για την παράταση της διάρκειας ζωής των ψηφιακών συσκευών και κατάλληλων μεθόδων απόρριψης των ηλεκτρονικών αποβλήτων.
- Περιγράψτε τους τρόπους με τους οποίους οι ψηφιακές συσκευές βελτιώνουν την εργασία.
- Συζητήστε για παράδειγμα πώς οι αισθητήρες **IoT** (Internet of Things) και η γεωργία ακριβείας βελτιστοποιούν τους πόρους.
- Ενημερώστε για την Πράσινη Μετάβαση και τους Παγκόσμιους Στόχους Βιωσιμότητας.

## ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

- Τα συμμετέχοντα άτομα πρέπει να αναλύσουν και να αξιολογήσουν αν και κατά πόσον είναι ενεργειακά αποδοτικά τα smartphone τους και να βρουν τρόπους να τα βελτιώσουν. Η άσκηση μπορεί να πραγματοποιηθεί και σε ηλεκτρονικό υπολογιστή.
- Ασκήσεις για εμπλοκή των συμμετεχόντων ατόμων στην κατανόηση και την πρακτική της ψηφιακής βιωσιμότητας.

### Παράδειγμα 1: Χαρτογραφώ την Ψηφιακή μου Βιωσιμότητα

#### Βήματα:

- Κάθε συμμετέχων/-χουσα καταγράφει τις καθημερινές του/της ψηφιακές συνήθειες (π.χ. συσκευές που χρησιμοποιεί, υπηρεσίες στις οποίες έχει πρόσβαση, περιεχόμενο που καταναλώνει).
- Στη συνέχεια, προσδιορίζει:
  - βιώσιμες πρακτικές (αποτελεσματική χρήση του αποθηκευτικού χώρου στο cloud)
  - τομείς προς βελτίωση (π.χ. βιντεοκλήσεις μεγάλης διάρκειας, διατήρηση ανοιχτών καρτελών που δεν χρησιμοποιούνται).
- Μοιραστείτε και συζητήστε τα αποτελέσματα σε ζεύγη ή μικρές ομάδες.

### Παράδειγμα 2: Πόσο Ενεργειακά Αποδοτική είναι η Συσκευή Σας;

#### Βήματα:

- Ζητήστε από τα εκπαιδευόμενα άτομα να ανοίξουν τις ρυθμίσεις στο smartphone ή τον φορητό τους υπολογιστή (laptop).
- Εντοπίστε τις εφαρμογές ή τις λειτουργίες που καταναλώνουν τη μεγαλύτερη ενέργεια (π.χ. χρήση μπαταρίας).
- Συζητήστε και καταγράψτε τουλάχιστον δύο απλές στρατηγικές για τη μείωση της εν λόγω κατανάλωσης.

(Εναλλακτικά) Μοιράστε έντυπους ή ψηφιακούς πίνακες σύγκρισης προϊόντων και ζητήστε από τα εκπαιδευόμενα άτομα να προσδιορίσουν ποιο μοντέλο είναι πιο φιλικό προς το περιβάλλον και γιατί.

- Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, ενθαρρύνετε τα συμμετέχοντα άτομα να έχουν ενεργό ρόλο και να μαθαίνουν το ένα από το άλλο, να μοιράζονται εμπειρίες, να ακούν και να αντλούν έμπνευση από άλλα άτομα.
- Χρησιμοποιήστε τοπικά παραδείγματα προγραμμάτων ανακύκλωσης ή έργων ανανεώσιμων πηγών ενέργειας.
- Ζητήστε από τα εκπαιδευόμενα άτομα να αναφέρουν εφαρμογές ή πλατφόρμες που συμβάλλουν στη μείωση της χρήσης ενέργειας ή του αποτυπώματος άνθρακα.

## ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

- Διανείμετε ένα κουίζ που ελέγχει την κατανόηση των βασικών εννοιών από τα συμμετέχοντα άτομα.
- Επανεξετάστε τις απαντήσεις μαζί παρέχοντας εξηγήσεις και πρόσθετες πληροφορίες αν χρειαστεί.
- **Αξιολόγηση Βάσει Σεναρίου:**

Η οικογένεια Popescu έχει πέντε (5) ψηφιακές συσκευές που είναι πάντα συνδεδεμένες στο σπίτι. Τα μέλη της θέλουν να μειώσουν το λογαριασμό του ηλεκτρικού ρεύματος και το περιβαλλοντικό τους αποτύπωμα.

Εργασία:

Τα εκπαιδευόμενα άτομα προτείνουν **τρεις (3) πρακτικές λύσεις** για να βοηθήσουν την οικογένεια να μειώσει την κατανάλωση ενέργειας, όπως για παράδειγμα:

- Αποσύνδεση φορτιστών κατά τη διάρκεια της νύχτας·
- Χρήση ρυθμίσεων εξοικονόμησης ενέργειας στις συσκευές·
- Εκκαθάριση των εφαρμογών και των αρχείων που δεν χρησιμοποιούνται και είναι αποθηκευμένα στο cloud.

Τα εκπαιδευόμενα άτομα θα πρέπει να παρουσιάσουν τους συλλογισμούς τους σε ζεύγη ή μικρές ομάδες.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

- Συνοψίστε το βασικό περιεχόμενο της ενότητας.
- Αφήστε χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από τα συμμετέχοντα άτομα.

- Αναστοχασμός και Ανατροφοδότηση
  - *Ρωτήστε:* «Ποια είναι μια αλλαγή που μπορείτε να κάνετε αυτή την εβδομάδα για να χρησιμοποιήσετε την τεχνολογία με πιο βιώσιμο τρόπο;»
  - *Συλλέξτε τις απαντήσεις προφορικά ή μέσω ενός εργαλείου ζωντανών δημοσκοπήσεων (π.χ. Mentimeter, Google Forms).*
  - *«Γνωρίζετε κάποιο τοπικό κέντρο ανακύκλωσης ηλεκτρονικών αποβλήτων; Ποιες τοπικές εφαρμογές πράσινης ενέργειας υπάρχουν στην περιοχή σας;»*
  - Ενθαρρύνετε τα εκπαιδευόμενα άτομα να γράψουν σύντομες δεσμεύσεις ή να μοιραστούν συμβουλές με την ομάδα.

## Πρόσθετοι Πόροι

### ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ

**E1: Τι κάνω αν τα συμμετέχοντα άτομα δυσκολεύονται με τις τεχνικές πτυχές της αναζήτησης ή της αξιολόγησης πληροφοριών;**

A1: Προσφέρετε πρακτική βοήθεια κατά τη διάρκεια της διαδραστικής δραστηριότητας και δώστε παραδείγματα και οδηγίες βήμα προς βήμα. Ενθαρρύνετε την υποστήριξη και τη συνεργασία μεταξύ ομοτίμων.

**E2: Πώς χειρίζομαι τις διαφορετικές απόψεις σε ομαδικές συζητήσεις σχετικά με αξιόπιστες πηγές;**

A2: Τονίστε στα συμμετέχοντα άτομα ότι στόχος είναι να κατανοήσουν τα κριτήρια αξιοπιστίας και όχι να συμφωνήσουν σε όλα τα σημεία. Διευκολύνετε τις συζητήσεις ενθαρρύνοντας τα συμμετέχοντα άτομα να αιτιολογήσουν τις απόψεις τους με βάση αποδεικτικά στοιχεία.

**E3: Τι κάνω αν δεν υπάρχει αρκετός χρόνος για να καλυφθούν όλα όσα προβλέπονται στην ημερήσια διάταξη (ατζέντα);**

A3: Εστιάστε στα πιο σημαντικά στοιχεία, όπως οι τεχνικές αναζήτησης και η αξιολόγηση των πηγών. Μπορείτε να δώσετε στα συμμετέχοντα άτομα πρόσθετο υλικό για να το μελετήσουν στον ελεύθερο χρόνο τους.

### ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ

1. <https://norsus.no/en/publikasjon/the-life-cycle-of-electronic-devices/>
2. <https://www.mightybytes.com/blog/digital-sustainability/>

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ

1. <https://youtu.be/BnyBSXmpMRs?si=aS4LfrN3QTIHMQX4>
2. <https://youtu.be/VpFgNZSwm-A?si=pWkYvIGD1Aw197Yz>
3. <https://youtu.be/vOVIP9LjdCI?si=I916puLyqtr0XFXI>

# ΕΝΟΤΗΤΑ 5: ΨΗΦΙΑΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΑΓΡΟΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ

## Μαθησιακοί Στόχοι:

Μετά το τέλος αυτής της ενότητας, τα εκπαιδευόμενα άτομα θα είναι σε θέση:

- Να χρησιμοποιούν ψηφιακές πλατφόρμες για δικτύωση και δημιουργία κοινότητας.
- Να πλοηγούνται και να συμβάλλουν στα τοπικά οικοσυστήματα πληροφοριών.
- Να εντοπίζουν και να αποκτούν πρόσβαση σε σχετικές ευκαιρίες διαδικτυακής εκπαίδευσης.

## Σχέδιο Μαθήματος:

- **Εισαγωγή:** (Διάρκεια: 5 λεπτά)
  - Επισκόπηση της ψηφιακής συμμετοχής στις αγροτικές περιοχές.
  - Σημασία των ψηφιακών εργαλείων για τη σύνδεση των αγροτικών κοινοτήτων.
- **Παράδοση Βασικού Περιεχομένου:** (Διάρκεια: 45 λεπτά)
  - Βασικές έννοιες: Οι ψηφιακές πλατφόρμες βοηθούν στην καταπολέμηση της απομόνωσης των αγροτικών πληθυσμών.
  - Βήματα για την αποτελεσματική πλοήγηση και συμβολή στα τοπικά οικοσυστήματα πληροφοριών.
  - Το απόρρητο και το ψηφιακό αποτύπωμα απαιτούν προσεκτική εξέταση.
  - Το WhatsApp και το Telegram διευκολύνουν την συμμετοχή στην κοινότητα.
  - Τα κοινωνικά δίκτυα επιτρέπουν την κοινοποίηση και τη δικτύωση με άλλα άτομα.
  - Βήματα για την αποτελεσματική ενημέρωση μέσω τοπικών ψηφιακών πόρων.
  - Εύρεση αξιόπιστων τοπικών πληροφοριών.
  - Πρόσβαση σε ψηφιακά πολιτιστικά περιοδικά.
  - Πρόσβαση στις ειδοποιήσεις Google Alerts, στα Ενημερωτικά Δελτία ή στα Κανάλια Whatsapp και Telegram.
  - Βήματα για την αποτελεσματική συμμετοχή σε συστήματα εκπαίδευσης.
  - Αναστοχασμός σχετικά με τα ενδιαφέροντα για την καθοδήγηση της εκπαίδευσης.
  - Τα διαδικτυακά μαθήματα προσφέρουν ευέλικτες και ποιοτικές ευκαιρίες εκπαίδευσης.

- Σύντομη περίληψη των πλεονεκτημάτων και μειονεκτημάτων των δωρεάν συστημάτων εκπαίδευσης.
- **Διαδραστική Δραστηριότητα:** (Διάρκεια: 20 λεπτά)
  - Πρακτική άσκηση: Δημιουργήστε ομάδες συνεργασίας ή κοινότητες για τη διοργάνωση εκδηλώσεων ή κοινοτικών δραστηριοτήτων στο διαδίκτυο σε πλατφόρμες όπως το WhatsApp ή το Telegram.
  - Ομαδική συζήτηση σχετικά με τις διάφορες πλατφόρμες συστημάτων εκπαίδευσης και τα πλεονεκτήματά/μειονεκτήματά τους.
- **Αξιολόγηση:** (Διάρκεια: 5 λεπτά)
  - Κουίζ για βασικές έννοιες και βέλτιστες πρακτικές.
- **Συμπέρασμα:** (Διάρκεια: 10 λεπτά)
  - Ανακεφαλαίωση των βασικών συμπερασμάτων.
  - Συνεδρία Ερωτήσεων και Απαντήσεων για τα συμμετέχοντα άτομα.

## Οδηγίες για Εκπαιδευτές/-τριες:

### ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΟΣ ΥΛΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ:

- Προβολέας και οθόνη για παρουσιάσεις.
- Ενημερωτικά φυλλάδια σχετικά με τα εργαλεία ψηφιακής συμμετοχής.
- Υπολογιστές ή ταμπλέτες για διαδραστικές δραστηριότητες.
- Τυπωμένα κουίζ ή διαδικτυακά εργαλεία κουίζ για αξιολογήσεις.

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Ξεκινήστε καλωσορίζοντας τα συμμετέχοντα άτομα και παρουσιάζοντας τους στόχους του μαθήματος.
- Εξηγήστε τη σημασία των ψηφιακών εργαλείων για τη σύνδεση των αγροτικών κοινοτήτων.
- Πραγματοποιήστε μια σύντομη επισκόπηση του περιεχομένου που θα καλυφθεί κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

## ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΒΑΣΙΚΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ

(δείτε το PowerPoint για την Ενότητα 5)

- Παρουσιάστε τις κύριες έννοιες χρησιμοποιώντας έναν συνδυασμό διαφανειών και ασκήσεων από τον πραγματικό κόσμο.
- Εφαρμόστε αποτελεσματικές στρατηγικές για να παραμένετε ενημερωμένοι/-νες μέσω τοπικών ψηφιακών πόρων και πλατφορμών.
- Δώστε παραδείγματα διαδικτυακών εργαλείων για την πρόσβαση και τη συμμετοχή σε εκδηλώσεις και πληροφορίες της κοινότητας.
- Εξερευνήστε και αξιολογήστε διαδικτυακά συστήματα εκπαίδευσης για την ενίσχυση της προσωπικής και επαγγελματικής ανάπτυξης.

## ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

- Δημιουργήστε ομάδες συνεργασίας ή κοινότητες για τη διοργάνωση διαδικτυακών εκδηλώσεων ή δραστηριοτήτων σε πλατφόρμες όπως το WhatsApp ή το Telegram.
- Εξερευνήστε διάφορες πλατφόρμες συστημάτων εκπαίδευσης συζητώντας τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματά τους για αποτελεσματική μάθηση και συμμετοχή.

## ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

- Διανείμετε ή ξεκινήστε ένα κουίζ που ελέγχει την κατανόηση των βασικών εννοιών από τα συμμετέχοντα άτομα (βλ. *Google Form-Ενότητα 5-Ελέγξτε τις γνώσεις σας*).

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Αφήστε χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από τα συμμετέχοντα άτομα.

## Πρόσθετοι Πόροι

### ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ/-ΤΡΙΕΣ

**E1: Τι μπορώ να κάνω αν τα εκπαιδευόμενα άτομα δεν θέλουν να ανοίξουν λογαριασμούς στα social media;**

A1: Αν τα εκπαιδευόμενα άτομα δεν θέλουν να ανοίξουν λογαριασμούς στα social media, υπάρχουν διάφορες εναλλακτικές λύσεις που μπορείτε να εξετάσετε. Αντί να τους ασκείτε πίεση, θα μπορούσατε να επικεντρωθείτε σε άλλα ψηφιακά εργαλεία που δεν απαιτούν social media. Ορισμένες ενδεικτικές επιλογές είναι οι εξής:

- Πλατφόρμες ανταλλαγής μηνυμάτων (messaging platforms), όπως το WhatsApp ή το Telegram, στις οποίες τα εκπαιδευόμενα άτομα μπορούν να αλληλεπιδρούν με μεγαλύτερη ιδιωτικότητα και χωρίς να χρειάζεται να ανοίγουν δημόσια προφίλ.
- Ιδιωτικά ιστολόγια (blogs) ή φόρουμ στα οποία μπορούν να συμμετέχουν σε συζητήσεις χωρίς να χρειάζεται να χρησιμοποιούν κοινωνικά δίκτυα.
- Εργαλεία συνεργασίας, όπως το Google Drive, τα οποία επιτρέπουν την ομαδική εργασία χωρίς την ανάγκη κοινοποίησης στα social media.
- Το μυστικό είναι να σεβαστείτε τις προτιμήσεις τους και να βρείτε εναλλακτικούς τρόπους για να ενθαρρύνετε την αλληλεπίδραση και τη συμμετοχή στο μάθημα.

## **E2: Τι μπορώ να κάνω αν τα συμμετέχοντα άτομα δεν ενδιαφέρονται να ενημερώνονται για πολιτιστικές εκδηλώσεις;**

A2: Αν τα συμμετέχοντα άτομα δεν ενδιαφέρονται για πολιτιστικές εκδηλώσεις, θα πρέπει να εξερευνήσετε άλλους τρόπους για να συνδεθείτε μαζί τους και να ανακαλύψετε ποια θέματα ή δραστηριότητες προσελκύουν την προσοχή τους. Θα μπορούσατε να δοκιμάσετε τα εξής:

- Να διεξαγάγετε έρευνες ή να ρωτήσετε ευθέως τα εκπαιδευόμενα άτομα προκειμένου να προσδιορίσετε τα ενδιαφέροντά τους και να προσαρμόσετε τις εκδηλώσεις ανάλογα με τις προτιμήσεις τους.
- Να προσφέρετε διαφορετικούς τύπους δραστηριοτήτων, όπως πρακτικά εργαστήρια ή συναντήσεις που μπορεί να τους φαίνονται πιο ελκυστικές.
- Να συσχετίσετε τις πολιτιστικές εκδηλώσεις με τα προσωπικά τους ενδιαφέροντα δείχνοντας πώς αυτά μπορούν να έχουν σχέση με την καθημερινή τους ζωή ή την προσωπική τους ανάπτυξη.

## **E3: Τι κάνω αν δεν έχω αρκετό χρόνο για να εξετάσω όλο το προτεινόμενο ψηφιακό περιεχόμενο;**

A3: Η ενότητα είναι οργανωμένη με προοδευτικό τρόπο. Αν η εκμάθηση του περιεχομένου είναι πιο αργή από το αναμενόμενο, να μπορείτε να αφαιρέσετε εργαλεία ή περιεχόμενο.

## **ΠΗΓΕΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ**

1. Welch, V., Ghogomu, E. T., Barbeau, V. I., Dowling, S., Doyle, R., Beveridge, E., & Mikton, C. (2023). Digital interventions to reduce social isolation and loneliness in older adults: an evidence and gap map. *Campbell Systematic Reviews*, 19(4), e1369.

2. Williams, T., Lakhani, A., & Spelten, E. (2022). Interventions to reduce loneliness and social isolation in rural settings: A mixed-methods review. *Journal of rural studies*, 90, 76-92.

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ

1. **Πώς να Δημιουργήσετε μια Ομάδα στο WhatsApp:** Παρουσιάζεται ο πιο άμεσος τρόπος δημιουργίας ομάδων από άτομα που γνωρίζονται μεταξύ τους ή τουλάχιστον έχουν το ένα τον αριθμό τηλεφώνου του άλλου.

<https://www.youtube.com/watch?v=UhXIXNCMQMc>

2. **Πώς να Δημιουργήσετε μια Κοινότητα στο WhatsApp:** Αν υπάρχουν πολλά διαφορετικά ενδιαφέροντα που σας φέρνουν κοντά γύρω από το ίδιο θέμα, οι ομάδες μπορούν να οργανωθούν σε κοινότητες.

[https://faq.whatsapp.com/438859978317289/?helpref=hc\\_fnav&cms\\_platform=web](https://faq.whatsapp.com/438859978317289/?helpref=hc_fnav&cms_platform=web)

3. Μπορείτε να ανοίξετε ένα **προφίλ** στο Instagram εδώ:

[https://help.instagram.com/3257948324491837/?helpref=hc\\_fnav&locale=es\\_ES](https://help.instagram.com/3257948324491837/?helpref=hc_fnav&locale=es_ES)

4. Μπορείτε να ανοίξετε ένα **προφίλ** στο Facebook εδώ:

<https://es-la.facebook.com/help/188157731232424>

5. Πώς λειτουργεί το Coursera (επισκόπηση)

<https://www.youtube.com/watch?v=I5V2BaoYnWo>

6. Περιήγηση στην ιστοσελίδα MIT OpenCourseWare

[https://www.youtube.com/watch?v=ICa\\_4xUr8BA](https://www.youtube.com/watch?v=ICa_4xUr8BA)

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

### Φόρμα Αξιολόγησης Πριν και Μετά την Εκπαίδευση

**Σκοπός:** Να αξιολογηθούν οι αρχικές γνώσεις, δεξιότητες και η αυτοπεποίθηση των συμμετεχόντων ατόμων σε σχέση με το ψηφιακό γραμματισμό, την πρόσβαση στο διαδίκτυο και την ασφάλεια στο διαδίκτυο πριν και μετά την εκπαίδευση.

**Πόσο σίγουρος/-ρη είστε για την ικανότητά σας να βρίσκετε και να αξιολογείτε πληροφορίες στο διαδίκτυο (π.χ. αναζήτηση αξιόπιστων πληροφοριών για ένα θέμα ή εύρεση αξιόπιστων υπηρεσιών);**

- A) Καθόλου σίγουρος/-ρη
- B) Λίγο σίγουρος/-ρη
- Γ) Σίγουρος/-ρη
- Δ) Πολύ σίγουρος/-ρη

**Πόσο συχνά χρησιμοποιείτε ηλεκτρονικές υπηρεσίες, όπως τραπεζικές συναλλαγές, αγορές ή πρόσβαση σε υπηρεσίες δημόσιας διοίκησης;**

- A) Ποτέ
- B) Σπάνια
- Γ) Περιστασιακά
- Δ) Συχνά

**Πόσο ενημερωμένος/-νη είστε σχετικά με την προστασία των προσωπικών σας δεδομένων και του απορρήτου σας στο διαδίκτυο;**

- A) Καθόλου ενημερωμένος/-νη
- B) Λίγο ενημερωμένος/-νη
- Γ) Ενημερωμένος/-νη
- Δ) Πολύ ενημερωμένος/-νη

**Πόσο σίγουρος/-ρη είστε ότι μπορείτε να αναγνωρίσετε και να αποφύγετε διαδικτυακές απάτες ή δόλιες δραστηριότητες;**

- A) Καθόλου σίγουρος/-ρη
- B) Λίγο σίγουρος/-ρη
- Γ) Σίγουρος/-ρη
- Δ) Πολύ σίγουρος/-ρη

**Πόσο εξοικειωμένος/-νη είστε με τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις των ψηφιακών συσκευών και τους τρόπους βιώσιμης χρήσης της τεχνολογίας;**

- A) Καθόλου εξοικειωμένος/-νη
- B) Λίγο εξοικειωμένος/-νη
- Γ) Εξοικειωμένος/-νη
- Δ) Πολύ εξοικειωμένος/-νη

## Φόρμα Αξιολόγησης Εκπαιδευτικού Προγράμματος

**Σκοπός:** Να συγκεντρωθεί ανατροφοδότηση από τα συμμετέχοντα άτομα σχετικά με την εμπειρία τους κατά τη διάρκεια του προγράμματος, ώστε να βοηθήσει στη βελτίωση μελλοντικών εκπαιδευτικών μαθημάτων.

**1. Πόσο ικανοποιημένος/-νη είστε από το συνολικό περιεχόμενο του μαθήματος;**

- A) Πολύ δυσαρεστημένος/-νη
- B) Δυσάρεστημένος/-νη
- Γ) Ούτε δυσαρεστημένος/-νη ούτε ικανοποιημένος/-νη
- Δ) Ικανοποιημένος/-νη
- Ε) Πολύ ικανοποιημένος/-νη

**2. Πόσο αποτελεσματικό ήταν το εκπαιδευτικό πρόγραμμα στη βελτίωση των ψηφιακών δεξιοτήτων και γνώσεών σας (π.χ. γραμματισμός πληροφοριών, ασφάλεια στο διαδίκτυο, προστασία απορρήτου);**

- A) Καθόλου αποτελεσματικό
- B) Λίγο αποτελεσματικό
- Γ) Μέτρια αποτελεσματικό
- Δ) Αποτελεσματικό
- Ε) Πολύ αποτελεσματικό

**3. Πώς θα αξιολογούσατε την ικανότητα του/της εκπαιδευτή/-τριας να παρουσιάζει το υλικό με σαφήνεια και να προσελκύει το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων ατόμων;**

- A) Πολύ κακή
- B) Κακή
- Γ) Μέτρια



Δ) Καλή

Ε) Άριστη

**4. Ήταν η διάρκεια και ο ρυθμός του εκπαιδευτικού προγράμματος κατάλληλοι για την ύλη που καλύφθηκε;**

A) Πολύ σύντομη/πολύ γρήγορος

B) Λίγο σύντομη/πολύ γρήγορος

Γ) Ακριβώς όσο έπρεπε

Δ) Λίγο μεγάλη/πολύ αργός

Ε) Πολύ μεγάλη/πολύ αργός

**5. Θα θέλατε να κάνετε κάποιες προτάσεις για τη βελτίωση αυτού του εκπαιδευτικού προγράμματος στο μέλλον; (προαιρετικά)**

**Σύντομη Απάντηση:** Παρακαλώ γράψτε τις προτάσεις σας εδώ.



**DIGI  
NEXT**



Co-funded by  
the European Union

