**Φιλοσοφία –Σκοπιμότητα προγράμματος**

Η αύξηση της κατανάλωσης βιομηχανοποιημένων προϊόντων στην παιδική ηλικία και η αύξηση της παιδικής παχυσαρκίας, σε συνδυασμό με την γενικότερη διαπίστωση των λανθασμένων επιλογών των παιδιών σχετικά με τη διατροφή τους, επιβάλλει τον προγραμματισμό και την υλοποίηση σχεδίων δράσης που αφορούν το «Ευ Ζην» και συγκεκριμένα την υποενότητα υγεία -αυτομέριμνα, προκειμένου οι σημερινοί μαθητές/τριες και αυριανοί ενήλικες να αποκτήσουν σωστές και υγιεινές διατροφικές συνήθειες που θα τους εξασφαλίζουν την σωματική και ψυχική τους υγεία. Μέσα από την διερευνητική- ανακαλυπτική μέθοδο και την ομαδοσυνεργατική διδασκαλία , οι μαθητές οδηγούνται στην υιοθέτηση και αλλαγή στάσεων και συμπεριφορών που σχετίζονται με τις καθημερινές διατροφικές τους συνήθειες. Βασικός σκοπός του συγκεκριμένου προγράμματος είναι η προάσπιση, η βελτίωση και η προαγωγή της σωματικής και ψυχικής υγείας των παιδιών, η ανάπτυξη και καλλιέργεια της κριτικής σκέψης και η αναβάθμιση του φυσικού και κοινωνικού περιβάλλοντός τους μέσα από τη βιωματική μάθηση. Οι επιμέρους στόχοι είναι οι παρακάτω:

Να βρίσκουν, να αξιολογούν και να κατατάσσουν πληροφορίες

Να επικοινωνούν

Να αναγνωρίζουν τους κινδύνους που απειλούν την υγεία τους και να κάνουν σωστές επιλογές

Να μάθουν να τρέφονται σωστά και υγιεινά

Να ενημερωθούν για τις ομάδες των απαραίτητων θρεπτικών συστατικών των τροφίμων

Να αναγνωρίζουν τη δυνατότητα επιλογής στο διαιτολόγιό τους γνωρίζοντας και εναλλακτικά μοντέλα διατροφής

Να συνδυάζουν τη διατροφή με την προστασία του φυσικού περιβάλλοντος

Με βάση τους παραπάνω ειδικούς στόχους επιτυγχάνεται η απόκτηση δεξιοτήτων του 21ου αιώνα που αφορούν την καλλιέργεια και ανάπτυξη της κριτικής σκέψης, της επικοινωνίας, της συνεργασίας και δημιουργικότητας ενώ ταυτόχρονα συμβάλλει στο να αποκτήσουν οι μαθητές δεξιότητες ζωής όπως κοινωνικές δεξιότητες -αυτομέριμνα, ανθεκτικότητα, προσαρμοστικότητα και υπευθυνότητα-, ψηφιακές δεξιότητες όπως ασφαλή πλοήγηση στο διαδίκτυο και σωστή διαχείριση των πληροφοριών που συλλέγουν , δεξιότητες κοινωνικής ενσυναίσθησης όπως δυνατότητα επίλυσης συγκρούσεων, διαμεσολάβηση και ενσυναίσθηση και τέλος δεξιότητες επιχειρηματικότητας όπως η ανάληψη πρωτοβουλιών, η αποτελεσματικότητα, ο προγραμματισμός και η οργάνωση.