

«Η ΝΗΣΤΕΙΑ ΩΣ ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ»

Αγαπητοί μαθητές,



Στο πλαίσιο διδασκαλίας του μαθήματος της ερευνητικής εργασίας θέλω να σας ενημερώσω και ταυτόχρονα **να σας προσκαλέσω σε συνεργασία** για την υλοποίηση του παραπάνω πολύ ενδιαφέροντος θέματος, το οποίο θα διαρκέσει - εφόσον εγκριθεί - καθ' όλο το σχολικό έτος (Α΄ και Β΄ Τετράμηνο) 2013-14.

Η επιλογή του παραπάνω θέματος έγινε κατόπιν συζήτησης και εκδήλωσης των δικών σας ενδιαφερόντων. Για όσους λοιπόν από εσάς επιλέξετε τελικά να ασχοληθείτε με το θέμα αυτό, με συντομία σας ενημερώνω τα εξής:

Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι να ανακαλύψετε ως μαθητές **τον υλικό και πνευματικό χαρακτήρα της νηστείας**. Συγκεκριμένα **στόχοι - ερευνητικά ερωτήματα της έρευνας** θα είναι:

- να διερευνήσετε και να συνδέσετε τη **νηστεία** με τη σύγχρονη **διαιτολογία**
- να διακρίνετε τη **δίαιτα** από τη **νηστεία**
- να συνδέσετε της **νηστεία** με τη **μεσογειακή διατροφή**
- να αναζητήσετε **στοιχεία της ελληνικής παράδοσης** που συνδέονται με τη νηστεία (συνήθειες, συνταγές κλπ)
- Να ανακαλύψετε παραδείγματα **άσκησης και νηστείας** σε πατέρες και ασκητές της εκκλησίας
- Να αναζητήσετε στα **βιβλικά κείμενα** και στα **κείμενα των πατέρων** το πνευματικό νόημα της νηστείας και τη σύνδεσή της με την προσφορά στο συνάνθρωπο
- Να καλλιεργήσετε **στάσεις** για το θέμα της νηστείας

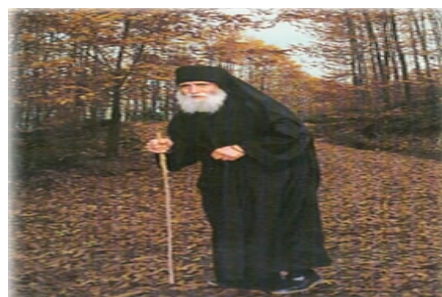


Σε ό,τι αφορά τη **μεθοδολογία** που θα ακολουθηθεί σε αδρές γραμμές, είναι: Χωρισμός της τάξης σε ομάδες Ορισμός Υποομάδων. Προσδιορισμός επιμέρους εργασιών. Κάθε ομάδα θα αποφασίσει σχετικά με ποια υποενοότητα θα ήθελε να ασχοληθεί ανάλογα με τα ειδικά ενδιαφέροντα και τις επιθυμίες της. Θα κάνει έρευνα στην ανάλογη βιβλιογραφία, στο διαδίκτυο, σε ιστοσελίδες, σε ταινίες – βίντεο οι οποίες αναφέρονται στη νηστεία ως μέσο ασκητικής προσέγγισης

της καθημερινής ζωής προς όφελος της πνευματικότητας του ανθρώπου αλλά και να εξασφαλίσει ο άνθρωπος τη φυσιολογική και πνευματικότερη ζωή του με την πλήρη υγεία του σώματος και της ψυχής του.

Επίσης, ο σκοπός και οι επιμέρους στόχοι της έρευνας μας οδηγεί μεθοδολογικά στη χρήση, ως βασικού ερευνητικού εργαλείου του **ερωτηματολογίου και ενδεχομένως και της συνέντευξης**. Η ομάδα - στόχος στην οποία θα διανεμηθούν τα ερωτηματολόγια αφορά στους συμμαθητές σας. Στη συνέχεια θα συνταχθεί κείμενο με τα αποτελέσματα της έρευνας Τέλος, θα παρουσιασθούν τα αποτελέσματα της ερευνητικής εργασίας στη σχολική κοινότητα και στην τοπική κοινωνία..

Συμπερασματικά για ένα πράγμα μπορώ να σας διαβεβαιώσω: ότι με τη βοήθειά και την καθοδήγησή μου, τη διάθεση καλλιέργειας της συνεργασίας μεταξύ μας αλλά και μεταξύ σας με κάθε δυνατό (εκπαιδευτικό – παιδαγωγικό) τρόπο, οι όποιες δυσκολίες παρουσιασθούν θα ξεπεραστούν. Εξάλλου, τα προσδοκώμενα οφέλη για σας είναι πολλά και σπουδαία, όπως να μάθετε πρώτα απ' όλα να ερευνάτε, να αναπτύξετε την κριτική σας σκέψη, να συνεργάζεστε και ειδικότερα με την ενασχόλησή σας με το συγκεκριμένο θέμα να ανακαλύψετε τον υλικό και πνευματικό χαρακτήρα της νηστείας.



Με εκτίμηση, ο καθηγητής σας