

Ζω καλύτερα – Ευ Ζην  (Μαθήματα ζωής και αγωγής της υγείας) Περιλαμβάνονται προγράμματα στους παρακάτω τομείς: • Διατροφή • Ψυχική Υγεία • Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση • Αυτομέριμνα • Ασφάλεια και Πρόληψη • Οδική ασφάλεια • Πρόληψη από εξαρτήσεις	Φροντίζω το Περιβάλλον - Περιβάλλον  (Άναψε πράσινο για τον πλανήτη) Περιλαμβάνονται προγράμματα στους παρακάτω τομείς: • Οικολογική Συνείδηση • Κλιματική Αλλαγή • Πρόληψη και Προστασία από τις Φυσικές Καταστροφές • Παγκόσμια Φυσική Κληρονομιά και Αειφορία • Πολιτιστική κληρονομιά	Ενδιαφέρομαι και Ενεργώ - Κοινωνική Συναίσθηση και Ευθύνη  (Κάνε πράξη τη συνεργασία και την προσφορά) Περιλαμβάνονται προγράμματα στους παρακάτω τομείς: • Ανθρώπινα δικαιώματα και συμπεριληψη • Εθελοντισμός • Αλληλοσεβασμός και διαφορετικότητα	Δημιουργώ και Καινοτομώ – Δημιουργική Σκέψη και Πρωτοβουλία  (Χτίσε νέες ιδέες, δώσε νέες λύσεις) Περιλαμβάνονται προγράμματα στους παρακάτω τομείς: • Δημιουργώ, καινοτομώ, επιχειρώ • STEM/ STEAM • Ρομποτική • Επιχειρηματικότητα • Νέες Τεχνολογίες Γνωριμία με επαγγέλματα
---	---	--	--

Θεματικός κύκλος: «Ενδιαφέρομαι και Ενεργώ:

Κοινωνική Συναίσθηση και Ευθύνη»

Τομέας: «Αλληλοσεβασμός και Διαφορετικότητα»

Τίτλος: «Ο καθένας μας ξεχωριστός»

Διάρκεια: περίπου 7 εβδομάδες (5 έως 7 εργαστήρια των 2 ή 3 ωρών την εβδομάδα).

Περίοδος υλοποίησης: Οκτώβριος - Νοέμβριος



Εργαστήριο 1
«Ο Εαυτός μου είναι μοναδικός»

Δραστηριότητα 1: "Δέσιμο της Ομάδας"

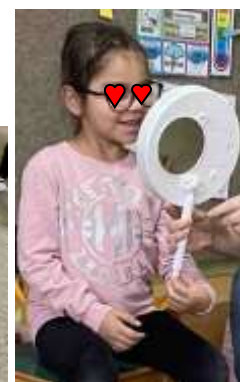
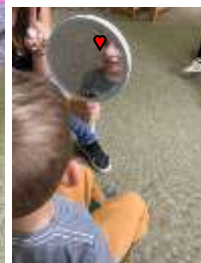
Για την ενίσχυση του δεσίματος της ομάδας, οι μαθητές πραγματοποίησαν γυμναστική και χορευτικές κινήσεις που έκαναν μέσα από εικόνες που τους δείχναμε. Χόρεψαν με τη μουσική και όταν αυτή σταματούσε, έπρεπε να ποζάρουν σε μία στάση που αντιστοιχούσε σε κάποια από τις εικόνες. Στη συνέχεια έπαιξαν μία παραλλαγή του παιχνιδιού «Μουσικές Καρέκλες»: Όταν κάποιος δεν καθόταν στη καρέκλα, έπρεπε να πει κάτι θετικό για τον εαυτό του.





Δραστηριότητα 2: "Ο Εαυτός μας στον Καθρέφτη"

Τα παιδιά παρατήρησαν τον εαυτό τους στον καθρέφτη και κατέγραψαν τα θετικά τους στοιχεία. Αυτή η δραστηριότητα βοηθά στην ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης.





Δραστηριότητα 3: "Πορτραίτα και Δεξιότητες"

Είδαμε διάσημα πορτραίτα, όπως τη Μόνα Λίζα, και συζητήσαμε για τα πορτραίτα και τη σημασία τους. Στη συνέχεια, τα παιδιά χωρίστηκαν σε τρεις ομάδες και δημιούργησαν πορτραίτα χρησιμοποιώντας γεωμετρικά σχήματα και τα παρουσίασαν στην ολομέλεια της τάξης. Στο τέλος, κάθε παιδί δημιούργησε το πορτραίτο του και εξήγησε σε ποιο τομέα είναι καλός.





Δραστηριότητα 4: "Η Εφημερίδα του Εαυτού"

Με τη βοήθεια των γονέων, κάθε παιδί δημιούργησε την "Εφημερίδα του Εαυτού" και την παρουσίασε στην τάξη μαζί με το αγαπημένο του παιχνίδι σε μια χαρτοσακούλα. Τα υπόλοιπα παιδιά έλεγαν φιλοφρονήσεις για το παιδί, οι οποίες καταγράφηκαν σε μπαλόνια.





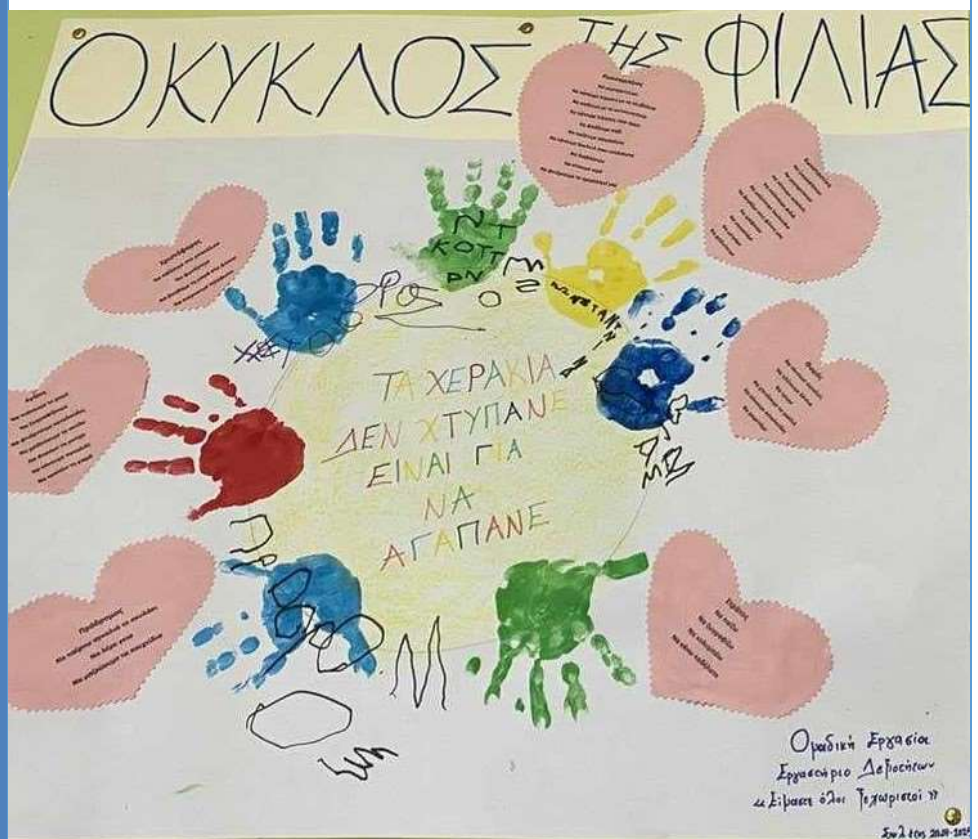
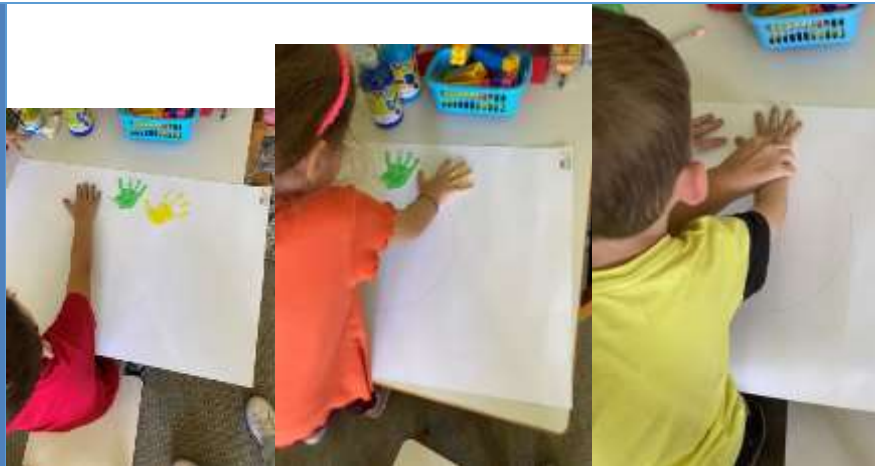


Εργαστήριο 2
«Αυτοσεβασμός»

Δραστηριότητα 1: "Τα χέρια είναι για να αγαπάνε"

Διαβάσαμε το βιβλίο "Τα Χέρια Δεν Είναι Για Να Δέρνουν" και συζητήσαμε για το βιβλίο. Τα παιδιά ανέφεραν τι μπορούμε να κάνουμε με τα χέρια μας και τα καταγράψαμε, στη συνέχεια δημιούργησαν με τα χέρια τους μια αφίσα «Ο κύκλος της φιλίας».

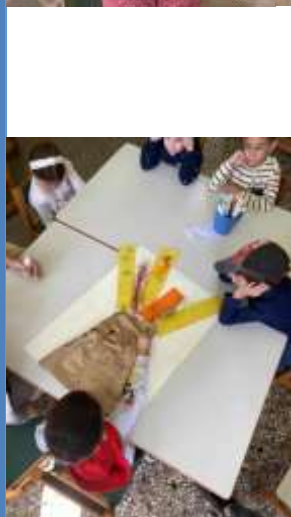


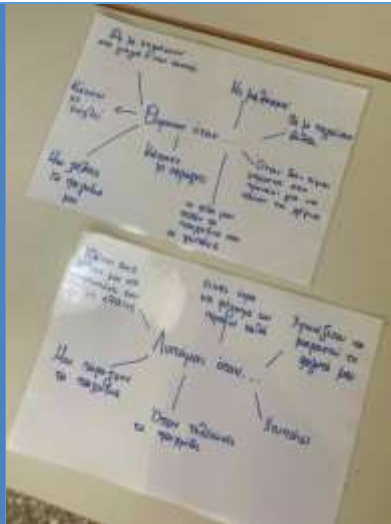


Δραστηριότητα 2: "Γνωριμία με τα Συναισθήματα"

Είδαμε εικόνες και προσπαθήσαμε να καταλάβουμε ποιο συναίσθημα απεικονίζεται. Παίξαμε ένα παιχνίδι αντιστοίχισης εικόνας με συναίσθημα και συμπληρώσαμε την αλφαβήτα των συναισθημάτων. Παίξαμε παντομίμα με το συναίσθημα. Ένα παιδί έκανε ένα συναίσθημα και έπρεπε να του βρούνε τα υπόλοιπα παιδιά. Καταγράψαμε τι μας κάνει να θυμώνουμε και τι μας κάνει να είμαστε λυπημένοι. Οι μαθητές χωρίστηκαν σε δύο ομάδες. Η πρώτη ομάδα δημιούργησε ένα "Ηφαίστειο του Θυμού" και η δεύτερη ένα

"Σύννεφο της Λύπης". Στη συνέχεια η κάθε ομάδα το παρουσίασε στην ολομέλεια της τάξης.





Δραστηριότητα 3: "Αντιμετώπιση Αρνητικών Συναισθημάτων"

Συζητήσαμε ότι όλα τα συναισθήματα είναι σημαντικά. Δημιουργήσαμε το "Κουτί Ηρεμίας" για την αντιμετώπιση του θυμού, , φτιάξαμε "Αντιστρες Μπαλάκια" και μάθαμε τεχνικές ηρεμίας. Επιπλέον, φτιάξαμε τη "Φοβομηχανή" για να αντιμετωπίσουμε τους φόβους μας. Κάθε παιδί καταγράφει τους φόβους του σε ένα χαρτί και τα δίνει στη φοβομηχανή για να πάρει θάρρος να τους αντιμετωπίσει.







Δραστηριότητα 4: «Αγαπώ τον Εαυτό μου: Η Δύναμη της Αυτοεκτίμησης»

Διαβάσαμε το παραμύθι «Ο Βάτραχος είναι βάτραχος», το οποίο αναδεικνύει τη σημασία της αυτοεκτίμησης και της αποδοχής του εαυτού μας. Κατανοήσαμε πόσο σημαντικός είναι ο εαυτός μας και πόσα μπορούμε να πετύχουμε, καταβαίνοντας ότι ο καθένας από εμάς είναι μοναδικός και αξίζει την αγάπη και την εκτίμησή του. Αγκαλιάσαμε τον εαυτό μας και τον φιλήσαμε, δείχνοντας έτσι την αποδοχή και τη φροντίδα που του αξίζει. Στη συνέχεια, εργαστήκαμε πάνω στο πως ο καθένας από εμάς είναι ξεχωριστός με τον δικό του μοναδικό τρόπο.



Δραστηριότητα 5: "Ασπίδα Εαυτού"

Μαθαίνοντας να χρησιμοποιούμε λέξεις άμυνας αντί για βία, τα παιδιά δημιούργησαν ασπίδες από χαρτόνι, τις

διακόσμησαν και ζωγράφισαν ή έγραψαν ό,τι δεν τους αρέσει να τους κάνουν. Χρησιμοποίησαν αυτές τις ασπίδες όταν κάποιος δεν τους συμπεριφερόταν με σεβασμό.



Εργαστήριο 3
«Σεβασμός προς τους άλλους»

Δραστηριότητα 1: "Η Καλλιόπη στην Τάξη"

Μια καινούρια μαθήτρια, η Καλλιόπη (μαριονέτα), επισκέφτηκε την τάξη και μοιράστηκε τη στεναχώρια της για την απόρριψη από τα παιδιά σε άλλο σχολείο. Συζητήσαμε για το σεβασμό και καταγράψαμε λέξεις που συνδέονται με τον σεβασμό, όπως συνεργασία, ευγένεια, καλοσύνη, αγάπη.



Δραστηριότητα 2: "Σωστή και Λάθος Συμπεριφορά"

Οι μαθητές περιέγραψαν σκηνές από φωτογραφίες, συζητώντας τη σωστή και τη λάθος συμπεριφορά. Στη συνέχεια τις χώρισες σε δύο ομάδες με τη σωστή και με τη λάθος συμπεριφορά. Ακολούθησε συζήτηση για τις εναλλακτικές λύσεις.



Δραστηριότητα 3: "Ευγενικές Λέξεις"

Τα παιδιά σκέφτηκαν και παρουσίασαν λέξεις ή φράσεις σεβασμού και ευγένειας. Μαθαίνοντας αυτές τις φράσεις και στα Αγγλικά με την κυρία των Αγγλικών, δημιούργησαν μια αφίσα με τις ευγενικές λέξεις.



Δραστηριότητα 4: "Κανόνες για Μια Οικογένεια σαν εμάς"

Διαβάσαμε το παραμύθι "Όλη η τάξη μια οικογένεια" και δημιουργήσαμε μαζί τους κανόνες της τάξης. Κάθε παιδί πρότεινε έναν κανόνα και τον εικονογράφησε για την αφίσα. Στο τέλος όλα τα παιδιά έβαλαν την υπογραφή τους και υποσχέθηκαν ότι θα τηρούν τους κανόνες έτσι ώστε όλη η τάξη να είναι μια Οικογένεια.



Εργαστήριο 4
Σεβασμός προς τους Άλλους
και Αναγνώριση της
Διαφορετικότητας μας

Δραστηριότητα 1: "Το Κάτι Άλλο"

Μάθαμε για τη διαφορετικότητα μέσα από την ιστορία "Το Κάτι Άλλο", το οποίο διδάσκει στα παιδιά αξίες και στάσεις, όπως ο σεβασμός στη διαφορετικότητα, η αλληλεγγύη και η φιλία. Συζητήσαμε τις έννοιες της αποδοχής και μη αποδοχής της διαφορετικότητας και καταλήξαμε στο συμπέρασμα ότι «δεν αφήνουμε κανέναν μόνο του επειδή είναι διαφορετικός από εμάς, Αντίθετα όλοι μπορούμε να μάθουμε και να κερδίσουμε από τους άλλους», «Η δική μας παρεούλα τους χωράει όλους» Στη συνέχεια παίξαμε παιχνίδι στο τάμπλετ με αποδοχή και μη αποδοχή της διαφορετικότητας.



Δραστηριότητα 2: "Ερώτηση της Ημέρας"

Συμπεριλάβαμε ως μέλος της πρωινής μας ρουτίνας την « Ερώτηση της ημέρας», μια διασκεδαστική δραστηριότητα. Τα παιδιά αφού εντοπίσουν το αστεράκι με το όνομά τους απαντούν σε μια ερώτηση κλειστού τύπου (με απάντηση «ναι» ή «όχι») το περιεχόμενο της οποίας αφορά τα ίδια. Ενώ ο καθένας τους είναι μοναδικός και ξεχωριστός εντοπίζουν ότι έχουν και πολλές ομοιότητες με τους φίλους τους.



Εργαστήριο 5
«Σεβασμός προς τους
άλλους και διάλογος.»

Δραστηριότητα 1: "Η Παλέτα των Συναισθημάτων"

Διαβάσαμε το παραμύθι "Η Παλέτα των Συναισθημάτων" και μάθαμε τη σημασία του διαλόγου για να διαχειριζόμαστε καταστάσεις. Μάθαμε πώς να κάνουμε διάλογο, ακολουθώντας τις διαδικασίες "μιλάω και ακούω".



Δραστηριότητα 2: "Κανόνες Διαλόγου"

Παρουσιάσαμε τους κανόνες για έναν σωστό διάλογο και συζητήσαμε με τα παιδιά τρόπους εφαρμογής τους στην καθημερινή ζωή έτσι ώστε να διεξάγουν μια ουσιαστική και εποικοδομητική συζήτηση.

Δραστηριότητα 3: "Εικόνες Διάλογου"

Παρουσιάσαμε στο προτζέκτορα εικόνες με σωστούς τρόπους διαλόγου και λάθος. Κάθε παιδί έπρεπε να σηκώσει τη πινακίδα με το "X" αν δεν γινόταν διάλογος ή το "V" αν γινόταν διάλογος.





Εργαστήριο 6: Σχέσεις Αγάπης, Συνεργασίας και Αλληλοβοήθειας

Δραστηριότητα 1: "Η Ποδιά της Αγάπης"

Παρακολουθήσαμε την ιστορία της ποδιάς της αγάπης και συζητήσαμε για τη σημασία της αγάπης στις σχέσεις. Κάθε παιδί πήρε στο σπίτι του την ποδιά της αγάπης και έβαλε στις τσέπες της δώρα αγάπης, τα οποία παρουσίασε στην τάξη. Με αυτό τον τρόπο τα παιδιά μαθαίνουν να εκφράζουν την αγάπη τους.





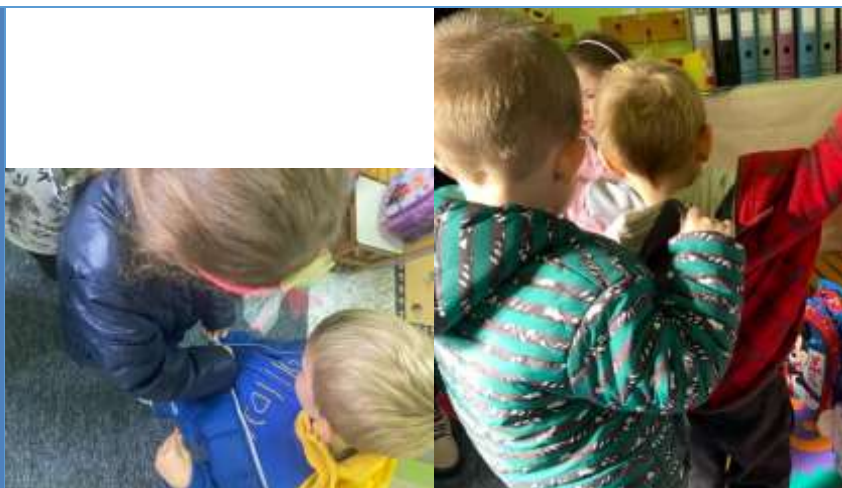
Δραστηριότητα 2: "Ομαδική Κατασκευή για την Αυλή"

Στο πλαίσιο της δράσης του "Scholmaris", τα παιδιά συνεργάστηκαν για να δημιουργήσουν λουλούδια αγάπης, τα οποία ποτίστηκαν με "αγάπη". Γράψαμε τη φράση του Σπύρου Ποταμίτη: "Σπείρε αγάπη και ας μη θερίσει, έτσι για να μοσχοβολάει ο τόπος". Η δραστηριότητα αυτή ενίσχυσε τις αξίες της συνεργασίας και της θετικής αλληλεπίδρασης.



Δραστηριότητα 3: "Αλληλοβοήθεια στην Πράξη"

Τα παιδιά έμαθαν να ζητούν βοήθεια από τους συμμαθητές τους όταν χρειάζονται υποστήριξη σε καθημερινές δραστηριότητες, όπως το να βάλουν το μπουφάν τους ή να ανοίξουν το τάπερ τους. Μέσα από αυτή τη διαδικασία, ενισχύθηκε η έννοια της αλληλοβοήθειας στην τάξη.



Εργαστήριο 7

«Σεβασμός προς το φυσικό περιβάλλον, τα άβια και τα έμβια όντα.»

Δραστηριότητα 1: "Παρουσίαση για το Περιβάλλον"

Παρουσιάσαμε τη σημασία του σεβασμού προς το περιβάλλον, τα άβια και τα έμβια όντα. Συζητήσαμε πότε το περιβάλλον στεναχωρείται λόγω της ανθρώπινης αδιαφορίας και είδαμε εικόνες που δείχνουν έλλειψη σεβασμού προς το περιβάλλον. Στη συνέχεια, συζητήσαμε για τις δράσεις που μπορούμε να κάνουμε για να προστατέψουμε το περιβάλλον.



Δραστηριότητα 2: "Ταΐστρες για Αδέσποτα"

Φτιάξαμε ταΐστρες για τα αδέσποτα της πόλης μας και συμμετείχαμε στο διαγωνισμό του Δήμου, ενισχύοντας τη σημασία του σεβασμού και της φροντίδας για τα ζώα.



Δραστηριότητα 3: "Ανακύκλωση"

Τα παιδιά συμμετείχαν στη διαδικασία ανακύκλωσης χαρτιού στον κάδο ανακύκλωσης της αυλής του σχολείου, κατανοώντας τη σημασία της ανακύκλωσης για τη διατήρηση του περιβάλλοντος.



Δραστηριότητα 4: "Φύτευση Λουλουδιών"

Τα παιδιά φύτεψαν λουλούδια και τα περιποιούνται, ενισχύοντας την έννοια της φροντίδας για το περιβάλλον και την αξία της βιωσιμότητας.



**Αξιολόγηση - Αναστοχασμός
πάνω στην υλοποίηση**

Αξιολόγηση - Αναστοχασμός:

1. Φύλλο Εργασίας: Τα παιδιά ζωγράφισαν και συμπλήρωσαν φύλλο εργασίας για την ενίσχυση του αυτοσεβασμού, του σεβασμού στους άλλους και στο περιβάλλον.



2. Αξιολόγηση Δραστηριοτήτων: Με τη βοήθεια φύλλων αξιολόγησης και συζητήσεων στην τάξη, τα παιδιά εξέφρασαν τις εμπειρίες τους και τις σκέψεις τους για τη συμμετοχή στις δραστηριότητες.



3. Διάχυση της Αξίας του Σεβασμού: Κατά τη διάρκεια της υλοποίησης, η έννοια του σεβασμού αναδείχθηκε μέσα από όλες τις δραστηριότητες και τα έργα των μαθητών, ενισχύοντας τη συνεργασία, την ενσυναίσθηση και την κοινωνική ευθύνη.