

Πανελλήνια Ημέρα κατά της Σχολικής Βίας

Κάθε χρόνο, στις 6 Μαρτίου, γιορτάζεται η Πανελλήνια Ημέρα κατά της Σχολικής Βίας. Είναι μια ευκαιρία να μάθουμε πώς να αναγνωρίζουμε και να διαχειριζόμαστε τα συναισθήματά μας, ώστε να χτίσουμε μια πιο φιλική και ασφαλή σχολική κοινότητα.





Αναγνωρίζοντας το Δίκαιο και το Άδικο

1

Δικαιοσύνη

Μαθαίνουμε να αναγνωρίζουμε τι είναι σωστό και τι λάθος.

2

Ενσυναίσθηση

Προσπαθούμε να καταλάβουμε πώς αισθάνονται οι άλλοι.

3

Διαχείριση Συναισθημάτων

Μαθαίνουμε να ελέγχουμε την οργή και να επικοινωνούμε καλύτερα.

Διαχείριση Συναισθημάτων

Χαρούμενος

Όταν νιώθω χαρά, μοιράζομαι την ευτυχία μου με τους φίλους μου.

Λυπημένος

Όταν νιώθω λύπη, μιλάω με κάποιον ενήλικα που μπορεί να με βοηθήσει.

Θυμωμένος

Όταν νιώθω θυμό, παίρνω βαθιές ανάσες για να ηρεμήσω.

Φοβισμένος

Όταν νιώθω φόβο, ζητάω βοήθεια από κάποιον που εμπιστεύομαι.

Διαχείριση Συναισθημάτων ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ



Ζωγράφισαν σκίτσα στις εικόνες με χρώματα φωτεινά ή σκούρα ανάλογα με τα συναισθήματα που τους προκαλούν καθώς και μία εικόνα με διάφορες εκφράσεις προσώπων, ανάλογα με τρόπο που νιώθουν κάθε φορά τα διαφορετικά συναισθήματα που βιώνουν.

Φτιάχνουμε Σήματα κατά της Βίας

"ΟΧΙ ΣΤΗ ΒΙΑ"

Φτιάχνουμε ένα κόκκινο σήμα που δείχνει ότι δεν αποδεχόμαστε τη βία στο σχολείο μας.



"ΝΑΙ ΣΤΗ ΦΙΛΙΑ"

Φτιάχνουμε ένα μπλε σήμα που δείχνει ότι προωθούμε την καλή συμπεριφορά και τη φιλία.



Πιατάκια Συναισθημάτων

Τοποθετούμε τρία πιατάκια με προσωπάκια για να δείξουμε πώς νιώθουμε.





Ημέρα Φιλίας και Ειρήνης

Δημιουργία Σημάτων

Φτιάχνουμε τα σήματα "Όχι στη Βία" και "Ναι στη Φιλία".

Παρουσίαση στην Τάξη

Παρουσιάζουμε τα σήματα στους συμμαθητές μας και εξηγούμε τη σημασία τους.

Γιορτάζουμε!

Συμμετέχουμε σε δραστηριότητες για τη Φιλία και την Ειρήνη.

Να μείνουμε Ενωμένοι



1

Σεβόμαστε

Σεβόμαστε τους άλλους και τη διαφορετικότητά τους.

2

Βοηθάμε

Βοηθάμε τους συμμαθητές μας που έχουν ανάγκη.

3

Συνεργαζόμαστε

Συνεργαζόμαστε για να φτιάξουμε ένα καλύτερο σχολείο.

Μαζί μπορούμε να τα καταφέρουμε

Δίκαιος	Ενσυναισθητικός	Επικοινωνιακός
Υπεύθυνος	Συνεργατικός	Υποστηρικτικός

Όταν δείχνουμε αυτά τα χαρακτηριστικά, μπορούμε να χτίσουμε ένα ασφαλές και φιλικό περιβάλλον στο σχολείο μας.