

1ο ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΑΓΙΑΣ ΒΑΡΒΑΡΑΣ
Σχολικό έτος: 2022-2023
Τμήμα: Πρωινό
Υπεύθυνη Νηπ/γός : ΕΛΕΝΗ ΑΠΟΣΤΟΛΑΚΗ

(ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ)

Θεματικός κύκλος:



Ζω καλύτερα - ευζην

(Ψυχική και συναισθηματική υγεία-Πρόληψη)

Τίτλος προγράμματος:



Οι στόχοι του προγράμματος

Το πρόγραμμα **«Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!»,**

Μικρές ηλιαχτίδες ενδυνάμωσης και φροντίδας μέσα από το ... παράθυρο!

αποτελεί μία δομημένη πρόταση επτά εργαστηρίων που στοχεύει στην κοινωνικο-συναισθηματική υποστήριξη και ομαλή προσαρμογή των παιδιών στο σχολείο μέσα από μία θετική, αισιόδοξη και οραματική προοπτική που επενδύει στα αποθέματα δεξιοτήτων, ικανοτήτων, αξιών και εμπειριών των μαθητών/-τριών, στη σύνδεση με την ομάδα των συνομηλίκων και το χώρο του νέου σχολείου ως τόπου χαράς και δημιουργίας, και τελικά, στην καλλιέργεια δεξιοτήτων του 21ου αιώνα (4cs) και δεξιοτήτων ζωής και του νου, με έμφαση στην ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας.

Μέσα από το μυθοπλαστικό πλαίσιο που παρέχει η παρουσία της Μικρής



αγγελιοφόρου και προστατευόμενης του Ήλιου,



το παιδί οδηγείται σταδιακά, με δημιουργικό και ελκυστικό τρόπο στη διερεύνηση του χώρου και του εαυτού, στην κατανόηση της μοναδικότητας και της ευθύνης απέναντι στον εαυτό και τους άλλους, στη σύνδεση με την ομάδα των συνομηλίκων και με το σχολείο, στο όνειρο, και στον σχεδιασμό και υλοποίηση ενός έργου προσφοράς και προόδου που μοιράζεται με τους συμμαθητές/-ήτριες και προσφέρεται στην κοινότητα. Σε δράσεις επομένως, που απαιτούν συναίσθηση και ενσυναίσθηση, παραγωγική και οργανωσιακή σκέψη, ατομικές και κοινωνικές δεξιότητες.

Το πρόγραμμα μας υλοποιήθηκε μέσα από τον κύκλο συνολικά

7 Εργαστηρίων

1ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ:

Ένα γράμμα & μια επίσκεψη.
Εισαγωγή/Σύνδεση/Συμβόλαιο

Κατά την υλοποίηση του πρώτου εργαστηρίου πραγματοποιείται επίσκεψη στην τάξη μας της κούκλας «Ηλιαχτίδας». Η μικρή Ηλιαχτίδα εμφανίζεται από το παράθυρο μας συστήνεται, μας μιλάει για την ζωή της και τις φίλες της ...



και μας διαβάζει το γράμμα του ήλιου :

Το γράμμα του Ήλιου



Καλημέρα παιδιά,

Καλώς σας βρήκα! Καλό φθινόπωρο με γέλια και παιχνίδια!

Το ξέρω ότι θα σας λείπει το καλοκαίρι!

Και σε μένα το ίδιο ...

Περισσότερο θα μου λείψουν η ξεγνοιασιά και οι ατέλειωτες ποδηλατοβόλτες ψηλά στο μονοπάτι του ουρανού. Η πρωινή ησυχία και οι μεσημεριανές κουβέντες με τον τζιτζικα τον φίλο μου. Τα παιχνιδίσματα με το φως πάνω στην ήρεμη θάλασσα και η μεγαλααάλη δροσερή βουτιά λίγο πριν κρυφτώ στη δύση. Α, μην το ξεχάσω... Και τα παγωτά θα μου λείψουν, και τα καρπούζια ...

Όμως δεν στεναχωριέμαι που τέλειωσε το καλοκαίρι...

Γιατί και το φθινόπωρο, έχει τη χάρη του.

Εγώ το αγαπώ το φθινόπωρο. Είναι η εποχή που μπορώ να παίξω κρυφτό με τα φιλαράκια μου τα σύννεφα.

Είναι η εποχή που ξυπνά το αεράκι με δροσιές και όρεξη για αταξίες και ζαβολιές! Πόσο διασκεδαστικό είναι όταν κάνουμε αγώνες δύναμης! Και φυσά, και φυσά, και ξεφυσά ... Πότε φανερά και πότε κρυφά, μα δεν τα καταφέρνει να βγάλει τις ζακέτες των ανθρώπων. Γιατί όσο φυσά, εκείνοι τις σφίγγουν περισσότερο πάνω τους για να μην κρυώσουν. Και τότε εκνευρίζεται και σκορπεί τα φύλλα από τα δέντρα. Ανακατεύει τα μαλλιά των κοριτσιών και ρίχνει τη μπουγάδα με τα καθαρά ρούχα από το σκονί.

Αυτό που μου αρέσει όμως πιο πολύ στο φθινόπωρο, είναι ότι ανοίγουν τα σχολεία! Κι αυτό είναι το καλύτερο από όλα!

Κάθε πρωί παιδιά, θα ξυπνάμε μαζί. Μαζί θα πηγαίνουμε στο σχολείο και το μεσημέρι πάλι πίσω στο σπίτι.

Κι αν κάποιο παιδάκι είναι νυσταγμένο θα τον χαιδεύω ζεστά το μάγουλο και την πλατούλα.

Κι αν κάποιο παιδάκι πάει πρώτη φορά σχολείο, θα στείλω τις ηλιαχτίδες μου να πλέξουν μια φωτεινή ακτινοκορδέλα, που θα συνδέσει το σπίτι με το σχολείο, για να μη χάνει ποτέ τον δρόμο. Οι μικρές ηλιαχτίδες θα το υποδεχτούν γλιστρώντας μέσα από τα ανοιχτά παράθυρα της τάξης. Και θα σκαρώνουν παιχνίδια και χορούς για να περνά καλά και να μαθαίνει, και να μεγαλώνει παρέα με τους καινούργιους του φίλους.

Κάθε μέρα θα ακούω το μελίσσένιο βουητό και τα γέλια σας στο διάλειμμα. Κι ένα μεγάλο χαμόγελο θα σχηματίζεται στα χείλη μου.

Καλή αρχή λοιπόν,
Ο φίλος σας ο Ήλιος

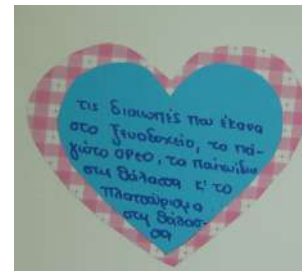
Το οποίο βλέπουμε και σε μορφή animation



(Δείτε το βίντεο εδώ: <https://www.youtube.com/watch?v=pYqT2cVPMw>).

).

Με αφορμή το γράμμα του ήλιου αποχαιρετήσαμε και εμείς το Καλοκαιράκι και κρατήσαμε στην καρδιά μας...



και γνωρίσαμε τον αέρα με τον οποίο κάνει αγώνες δύναμης ο Ήλιος μέσα από το μύθο του Αισώπου:



<https://www.youtube.com/watch?v=d66Bk9512wQ>

Τραγουδήσαμε το τραγούδι του ήλιου που τόσο αγαπά η Μικρή ηλιαχτίδα

"Καλημέρα"

(πατάμε στον τίτλο του για να το ακούσουμε)



Τραγουδήσαμε και εμείς το δικό μας

ΚΑΛΗΜΕΡΑ

ΚΑΛΗΜΕΡΑ ΦΙΛΑΡΑΚΙ

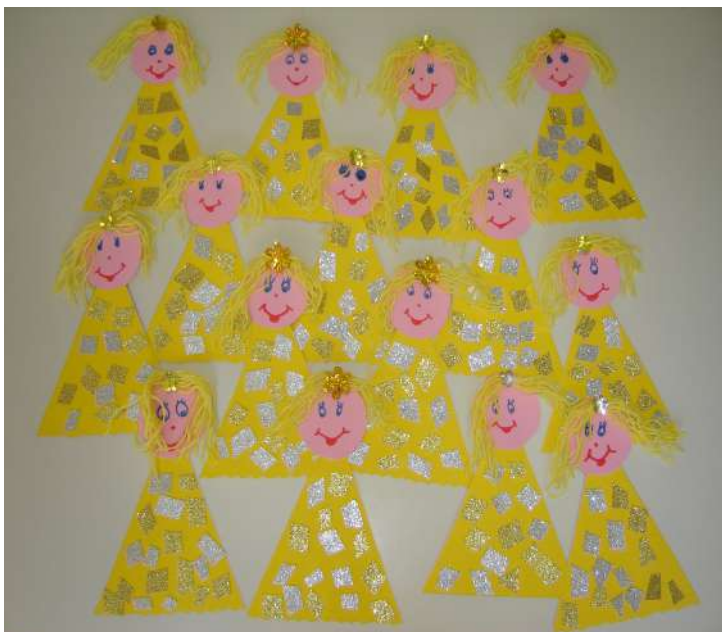
<https://youtu.be/7b59ei6nxFs>



"ΚΑΛΗΜΕΡΑ ΜΕ ΗΧΩ"

Κάθε παιδί είπε ΚΑΛΗΜΕΡΑ με όποιον τρόπο ήθελε (έκφραση, κίνηση) και τα υπόλοιπα επαναλάμβαναν ακριβώς με τον ίδιο τρόπο

Φτιάξαμε τις δικές μας Ηλιαχτίδες



Παίζαμε παιχνίδια γνωριμίας και σύνδεσης στον κύκλο με το
"Κουβάρι της μικρής Ηλιαχτίδας"

Το κουβάρι περνά από χέρι σε χέρι. Κάθε παιδί λέει το όνομά του
και όλοι τον/την χαιρετούν. «Είμαι ο/η ... Γεια σου ο/η ...»



Κάθε παιδί, χωρίς τήρηση της σειράς στον κύκλο, πετά το κουβάρι σε ένα συμμαθητή/ήτρια
φωνάζοντας το όνομά του/της. Δημιουργία ενός **αχτινο-ιστού** που συνδέει όλη την ομάδα.



Στην συνέχεια φτιάξαμε

Ιστό της φιλίας

και υποσχεθήκαμε ότι θα

Είμαστε Ομάδα δυνατή



Νέο παιχνίδι γνωριμίας

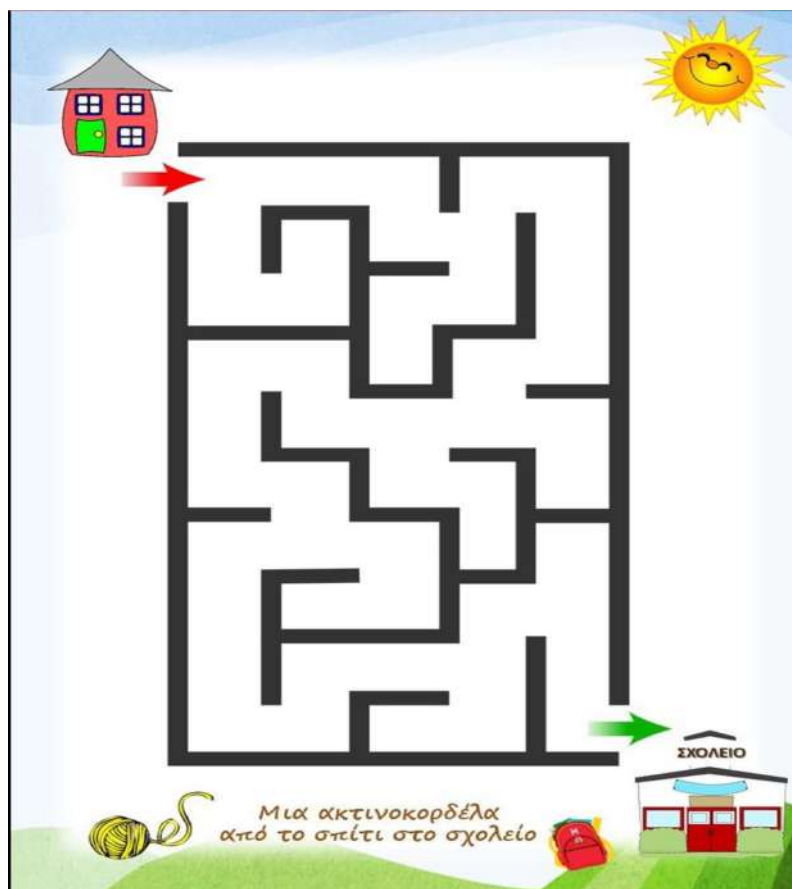
Η Μικρή Ηλιαχτίδα μας φέρνει ένα νέο παιχνίδι γνωριμίας.
Τα παιδιά μαθαίνουν καλούς τρόπους επικοινωνίας
(συστήνονται και λένε το όνομα και το επίθετό τους
καθώς τυλίγουν το τεντωμένο σχοινί που συνδέει δυο ξυλάκια).



Παιχνίδι σύνδεσης από το σπίτι στο σχολείο



Αξιοποίηση της ρουτίνας σκέψης **Color, Symbol, Image**: Αν ο δρόμος που οδηγεί στο σχολείο ήταν χρωματιστός, τι χρώμα θα είχε; Και γιατί; (ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ)



Παιχνίδια με τη μικρή Ηλιαχτίδα στο χώρο της τάξης

Η Μικρή Ηλιαχτίδα οδηγεί τα παιδιά τα οποία έχουν γίνει **μικροί Ηλιοεξερευνητές** μέσα από “δαιδαλώδεις” διαδρομές συνδέοντας το σπίτι με το σχολείο.
Κινούνται με μουσική ανακαλύπτοντας όλους του χώρους του σχολείου με οδηγίες που αφορούν την εξοικείωση τους με τους χώρους του σχολείου.



Αποτύπωση συναισθημάτων

Πως νιώθω που ήρθε στο σχολείο μου η μικρή Ηλιαχτίδα;

Η μικρή ηλιαχτίδα Συμπληρώνω το σχέδιο



Πώς νιώθω που ήρθε η ηλιαχτίδα στο σχολείο μου;



1. ΦΥΛΛΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

**Κατασκευή : Ο ήλιος της τάξης μας
με ακτίνες τα χεράκια μας**



Ενημέρωση για το επόμενο εργαστήριο

Αποστέλλεται στους γονείς ενημερωτική επιστολή για την εκκίνηση του προγράμματος και για την δραστηριότητα του 2ου εργαστηρίου όπου τα παιδιά πρέπει να φέρουν και να παρουσιάσουν ένα αγαπημένο αντικείμενο που συνδέεται με στιγμές από το σπίτι και την οικογένεια.



2ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ:

Αφηγήσεις και αντικείμενα που συνδέουν
σπίτι και σχολείο με μια ...αχτινοκορδέλα

Παραλαβή των αγαπημένων αντικειμένων σύνδεσης με το σπίτι και την οικογένεια.
Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες με τη βοήθεια χρωματιστών γλωσσοπίεστρων



και παρουσιάζουν στους συμμαθητές τους το αγαπημένο αντικείμενο τους .

«Είμαι ο/η και έφερα απ' το σπίτι κατιτί.

Μήπως θέλει κάποιος να το βρει;»

(α) Οι μαθητές/-ήτριες με διάφορες ερωτήσεις προσπαθούν να το βρουν ή

(β) παρουσίαση του αντικειμένου με παντομίμα και οι μαθητές/-ήτριες
προσπαθούν να μαντέψουν

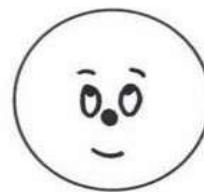
Σημαντική η ανάδειξη του τρόπου απόκτησης του αντικειμένου (Πώς; Ποιος;), της χρήσης του (Τι;) και της συναισθηματικής σχέσης με το παιδί (Γιατί είναι το αγαπημένο σου;)



Μερικά από τα αγαπημένα αντικείμενα των παιδιών ...



Συζήτηση και συμπλήρωση φύλλου εργασίας σχετικά με το πως ένιωσαν παρουσιάζοντας το αγαπημένο τους αντικείμενο στους συμμαθητές τους



Στην συνέχεια αντάλλαξαν τα αγαπημένα μεταξύ τους και έπαιξαν με αυτά .



Στο τέλος του εργαστηρίου η Μικρή Ηλιαχτίδα προσφέρει σε όλα τα παιδιά ένα μικρό δώρο "βραχιολάκια-Ηλιαχτίδες" και ένα έπαινο παρουσίασης.



3ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ:

Εγώ: Συναισθήματα & σώμα
Υγιεινά πρότυπα ζωής

Παρέα με τη Μικρή Ηλιαχτίδα τα παιδιά παίζουν παιχνίδια συνεργασίας και ομαδικά

1ο παιχνίδι:

Η θέση η διπλανή μου είναι αδειανή έλα...(όνομα συμμαθητή/τρια) να κάτσουμε μαζί

Παιχνίδι σύνδεσης.

Στον κύκλο με μία θέση, κενή
Το παιδί που έχει στα δεξιά του την κενή θέση,
χτυπά με το δεξί του χέρι ρυθμικά το πάτωμα
λέγοντας την παραπάνω φράση.
Προσκαλεί επομένως κάποιον/α
να κάτσει δίπλα του.



2ο παιχνίδι:

Που είσαι Μικρή Ηλιαχτίδα;

Θεατρικό παιχνίδι. Κίνηση και έκφραση στο χώρο. Βιωματική διερεύνηση των ποικίλων αποχρώσεων της συναισθηματικής παλέτας.

«-Η Μικρή Ηλιαχτίδα έχει μέρες να φανεί. Τι συμβαίνει;»

Την φωνάζουμε δυνατά, σιγανά, κανονικά. Μήπως έχει κρυφτεί κάπου μέσα στη τάξη;
«Παιχνιδιάρα ηλιαχτίδα!» Περπατάμε στο χώρο χωρίς κανένα θόρυβο, στις μύτες των ποδιών ... και ψάχνουμε να τη βρούμε...

Για να της κάνουμε **έκπληξη!** ΤΙΠΟΤΑ!

Στην συνέχεια κάνουμε υποθέσεις ...

Μήπως ξενύχτησε το βράδυ και την πήρε ο ύπνος το πρωί;

Θα είναι ... **νυσταγμένη** και **κουρασμένη** τότε, και θα έρχεται αργά αργά ... Να **φοβάται**;... Τι να φοβάται ... Μήπως έχει **θυμώσει**; ... Και αν δεν έχει θυμώσει και είναι **λυπημένη**;

Μήπως ντρέπεται που άργησε και δεν θέλει να μπει από το ... παράθυρο;

Πηγαίνουμε έξω και είναι κρυμμένη μάσα στο σπιτάκι.



«Καλημέρα!» ... μας είπε

«Ντρεπόμεν γιατί άργησα και δεν ήθελα να διακόψω το παιχνίδι σας!

Είμαι όμως πολύ χαρούμενη τώρα που ήρθα στο σχολείο!!

3ο παιχνίδι:

"Παγωμένες καλημέρες"

(α) Επίδειξη καρτών με εικόνες για τα συναισθήματα, στον κύκλο.

Τα παιδιά αναγνωρίζουν και ονομάζουν τα συναισθήματα

(β) Χωρισμός σε δύο ομάδες (με γλωσσοπίεστρα)



(γ) Κάθε ομάδα διαλέγει μια κάρτα συναισθημάτων
Αναγνώριση και απόδοση με "παγωμένη εικόνα" της καλημέρας.
Η άλλη ομάδα πρέπει να μαντέψει το συναίσθημα.



Η Μικρή Ηλιαχτίδα θυμίζει στα παιδιά το γράμμα του
Ήλιου και την αναφορά του στον ζωηρό φίλο του, τον Αέρα.

Προτείνει τα εξής παιχνίδια:

1ο παιχνίδι:

Φθινοπωρινό αεράκι:

Ενεργοποίηση σώματος. Μετά τη ζέση του καλοκαιριού έρχεται το φθινοπωρινό αεράκι. Με μουσική, οι μαθητές/-ήτριες μεταμορφώνονται σε φύλλα που τα φυσά ο άνεμος.



2ο παιχνίδι: 'Άσκηση χαλάρωσης

Με χαλαρωτική μουσική οδηγούμε τα παιδιά να σκεφτούν και να νιώσουν τα μέλη του σώματός τους.

Ξαπλωμένα ανάσκελα σε ασφαλή και καθαρό χώρο, παρακολουθούν τις οδηγίες του/της Εκπαιδευτικού για το αεράκι που φυσά και δροσίζει ένα ένα μέλος του σώματος των παιδιών.



3ο παιχνίδι: Ανεμοανακατοσύρα

Με ελεύθερη κίνηση στο χώρο τα παιδιά αλλάζουν γρήγορα θέσεις ή δημιουργούν μικρές ομάδες σύμφωνα με κριτήρια που αφορούν ομοιότητες όπως το χρώμα ή το είδος των ρούχων, το ύψος, το φύλο, το χρώμα και το μήκος των μαλλιών ή των ματιών, κ.λπ. Η δραστηριότητα σταδιακά περνά και σε άλλες ομαδοποιήσεις σύμφωνα με διάφορα κριτήρια προτιμήσεων (**Σε όσους/ες αρέσει ... Σε όσους/ες δεν αρέσει ...**), όπως: φαγητά, δραστηριότητες, ικανότητες, επιθυμίες.

Μετά το παιχνίδι γίνεται **συζήτηση**:

Δεν είμαστε όλοι ίδιοι. Ο καθένας είναι **μοναδικός και ξεχωριστός**.

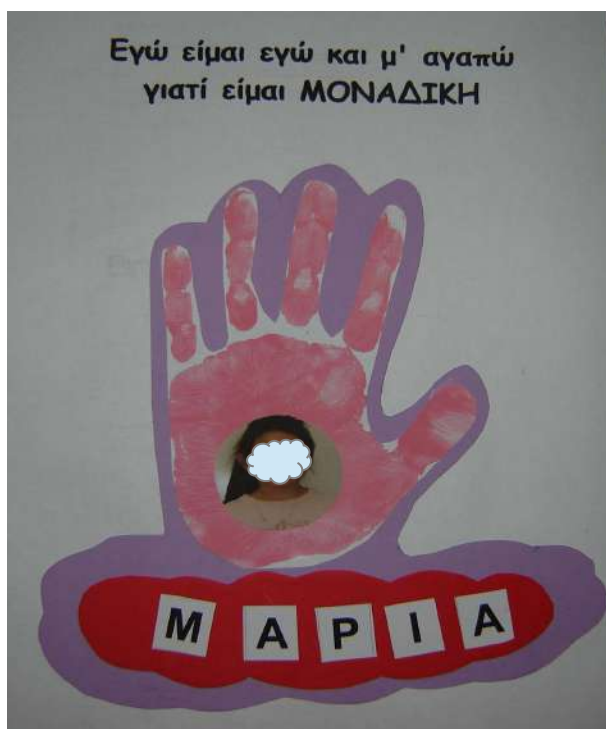
Με το δικό του σώμα και τα δικά του συναισθήματα.

Τις δικές του προτιμήσεις.

Ακούμε το τραγούδι: "Εγώ είμαι εγώ..."



Ατομική κατασκευή



Ομαδική εργασία



Ζωγραφίσαμε κάτι που είναι ίδιο για να δούμε τι θα κάνει ο καθένας .
Τα κολλήσαμε σε ένα χαρτόνι και τα συγκρίναμε.



Συζήτηση για τον **Εαυτό μας και ποιος είναι υπεύθυνος για αυτόν**, αφού πρώτα τον ανακαλύψαμε μέσα στον καθρέπτη.



Συζήτηση για το **πώς μπορούμε να φροντίσουμε τον εαυτό μας**.
Δημιουργία λίστας:

Υγιεινή σώματος
Διατροφή
Γυμναστική
Καλό ύπνο



Δημιουργία καρτελών για το σωστό πλύσιμο των χεριών και ανάρτησή τους στο μπάνιο.



Δημιουργία φρουτιέρας για να μας θυμίζει πόσο σημαντικό είναι για την υγεία μας να τρώμε καθημερινά φρούτα



Δημιουργία Υγιεινού πιάτου



Δημιουργία αφίσας με ΥΓΕΙΝΑ ΠΡΟΤΥΠΑ ΖΩΗΣ



Τεχνική: "Η καρέκλα των αποκαλύψεων"

Η Μικρή Ηλιαχτίδα δεν είναι και τόσο ευδιάθετη σήμερα. Τι έχει; Είναι λυπημένη; Ντρέπεται; Είναι θυμωμένη; Φοβισμένη; Τι συμβαίνει; Προτείνεται να κάτσει στην καρέκλα των αποκαλύψεων. Τα παιδιά ρωτούν τη Μικρή Ηλιαχτίδα κι εκείνη απαντά:



Αποκαλύπτει ότι η συζήτηση της προηγούμενης συνάντησής τους, την προβλημάτισε.
Έτσι μίλησε στον Ήλιο και αποφάσισε να πει το λόγο για τον οποίο αργεί να έρθει στο σχολείο κάποιες φορές (Ξενυχτά κάποια βράδια Τρώει αργά, βαριά και ανθυγιεινά φαγητά, με δυνατή μουσική, με αποτέλεσμα να μην μπορεί να κοιμηθεί).

Με επαγωγικό τρόπο, τα παιδιά προτείνουν λύσεις που γνωρίζουν στη Μικρή Ηλιαχτίδα.

4ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ:

Εγώ και οι συμμαθητές μου.
Κανόνες -Συμβόλαιο

Παρέα με την μικρή ηλιαχτίδα τα παιδιά παίζουν παιχνίδια για την ανάπτυξη τόσο των διαπροσωπικών όσο και των επικοινωνιακών τους δεξιοτήτων ώστε να αναπτύξουν την προσαρμοστικότητα τους , την ευελιξία τους και λύση του προβλήματος σε συνθήκες συνεργασίας.

Παιχνίδια από το εγώ στο εμείς

1ο: “Μάρμαρο”:

Κυνηγητό με κανόνες στο χώρο.

Επιλογή του “κυνηγού” με ένα λάχνισμα, ένα διαφορετικού χρώματος γλωσσοπίεστρο.

Όποιον πιάσει ο κυνηγός “Μαρμαρώνει”.

Το παιχνίδι τελειώνει όταν ο “κυνηγός” τους/τις “μαρμαρώσει” όλους/ες.

Πριν το παιχνίδι στον κύκλο, επισημαίνονται και σημειώνονται οι κανόνες ασφάλειας του εαυτού και των άλλων οι οποίοι πρέπει να γίνουν αποδεκτοί.



Συζήτηση-Αναστοχασμός μετά το παιχνίδι.

Εντοπισμός συναισθημάτων και δυσκολιών που μπορεί να αντιμετωπίσαν .

«πώς αισθανθήκαν ως “Κυνηγοί”; Ως “Μαρμαρωμένοι”;».

Η Μικρή Ηλιαχτίδα προτείνει να παίξουν το παιχνίδι με διαφορετικό τρόπο.

2ο: “Μάρμαρο – ξεμάρμαρο”:

Όταν οι “κυνηγοί” πιάσουν κάποιον/α, “μαρμαρώνει” με ανοικτά πόδια, δίνοντας τη δυνατότητα στους/στις άλλους/ες “κυνηγημένους/ες” να περάσουν κάτω από τα πόδια του/της και με αυτόν τον “μαγικό τρόπο” να τον /την “ξεμαρμαρώσουν”.

Ως εκ τούτου, τα παιδιά καλούνται να επιτελέσουν ταυτόχρονα δύο στόχους:

να σωθούν και να σώσουν τους άλλους.



Συζήτηση μετά το παιχνίδι:

(α) «-Πώς ήταν το “διορθωμένο” παιχνίδι;». «-Πώς νιώθετε τώρα;».

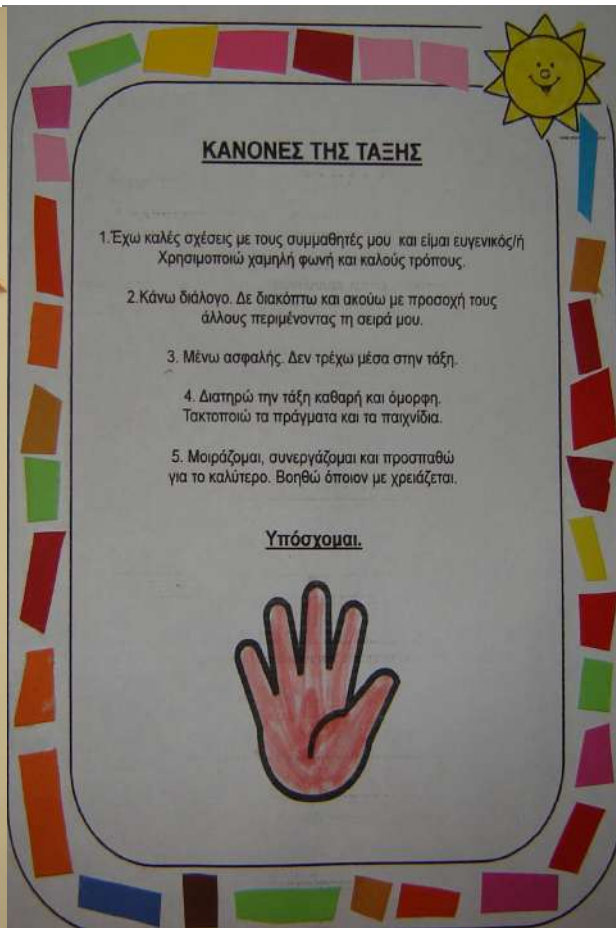
(β) «-Τηρήθηκαν οι κανόνες ασφάλειας που τέθηκαν;».

«-Αν δεν είχε τηρηθεί ... τι θα μπορούσε να συμβεί;»

«- Μήπως πρέπει να συμπληρωθεί στη λίστα των κανόνων με κάποιον που δεν σκεφτήκαμε πριν; ».

Ακολουθούν οι κανόνες της τάξης μας ...

**Η υπογραφή και
η υπόσχεση ότι θα τηρούνται.**



Παιχνίδια σε ζευγάρια

“Αχ Κολλήσαμε!”

Τα παιδιά σε ζευγάρια, πρέπει να καταφέρουν να βρουν τρόπο μετακίνησης ενώ είναι “κολλημένα” με το ταίρι τους σε (και με)κάποιο από τα μέλη του σώματός τους (κολλημένα κεφάλια, γόνατα, πλάτες, πατούσες, κ.λπ.). Δοκιμασία μετακίνησης, σε συνεργασία και με επινοητικότητα, ώστε να ξεπεραστεί το “πρόβλημα”. Στο τέλος, συζήτηση-αναστοχασμός



"Στη σκιά του Ήλιου"

Πριν παίξουμε το παιχνίδι ασχοληθήκαμε με έννοια "ΣΚΙΑ"
Τι είναι και πως δημιουργείται.



Ο Α΄ είναι ο Ήλιος και ο Β΄ η Σκιά του.
Ο/η “Ήλιος” κινείται ελεύθερα στο χώρο εκτελώντας κινήσεις με όλο το σώμα .
Ο/η Β΄ είναι η “Σκιά” του και πρέπει να βρίσκεται πίσω από το Α΄,
να ακολουθεί, και να κάνει ό,τι κάνει ο “Ήλιος”.
Άσκηση πολύ διασκεδαστική που απαιτεί όμως συντονισμό, ενσυναίσθηση από τον “Ήλιο”,
υπομονή, συγκέντρωση και παρατηρητικότητα από την “Σκιά” του.
Στο τέλος, συζήτηση-αναστοχασμός



Άσκηση αναπνοής (Διαφραγματική αναπνοή). Χαλάρωση.

Άσκηση για την εκμάθηση της σωστής αναπνοής και χαλάρωσης από ένταση (ή άγχος).

Κάθε μαθητής/-ήτρια ξαπλωμένος/-η ανάσκελα σε ασφαλή και καθαρό χώρο, με τα χέρια, το ένα στο στήθος και το άλλο στο στομάχι, εκτελεί οδηγίες διαφραγματικής αναπνοής.

Εισπνοή από τη μύτη και αφήνουμε το στομάχι να φουσκώσει (μετράμε ως το 3).

Κράτημα του αέρα για δύο χρόνους (μετράμε 4, 5).

Απαλή εκπνοή με μέτρημα για τέσσερις χρόνους, από το 6 έως το 10.



Ιδέες και όνειρα!

Η Μικρή Ηλιαχτίδα είχε μια ωραία ιδέα.

" Να φάνε τα παιδιά το δεκατιανό τους έξω στην αυλή στο ζεστό ζεστό ήλιο"

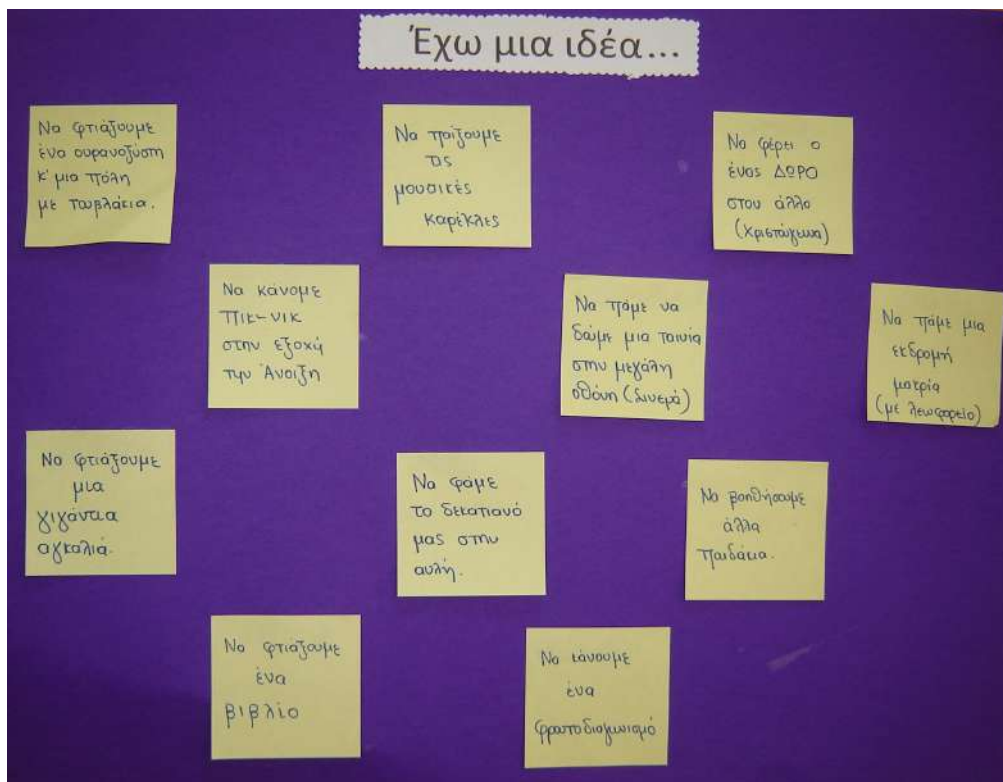


Προσκαλεί τα παιδιά να παίξουν και να μοιραστούν τα δικά τους όνειρα και ιδέες!

Μουσική [με ενδιαφέρον].

Τα παιδιά ξαπλωμένα ανάσκελα με τα χέρια στο πλάι και κλειστά μάτια (προαιρετικά),
αφήνει τη μουσική να τα "ταξιδέψει".

Ακολουθεί μοίρασμα των ονείρων στον κύκλο. Ανάδυση των διαφορετικών ιδεών.



Συζήτηση για το τι είναι η ιδέα, που βρίσκεται και
τι μπορούμε να κάνουμε με μια ιδέα.
Διαβάσαμε το βιβλίο :



Και αφού συζητήσαμε επισημάναμε ότι καμιά ιδέα είναι κακή αλλά εξετάζουμε κατά πόσο είναι υλοποιήσιμη, αν είναι πρωτότυπη και πως προέκυψε και τέλος είπαμε με τι μοιάζει η δική μας ιδέα και φτιάξαμε το πορτρέτο της.



Στο τέλος αποτυπώσαμε τις σκέψεις σε δυαδικές ζωγραφιές
με απόλυτη συνεργασία και χαρά.

Αξιοποιούμε την **ρουτίνα σκέψης think,pair,share**
και συνεργαζόμαστε για την παραγωγή ενός κοινού έργου.

Σκέφτονται ιδέες,
μοιράζονται σκέψεις,
αποφασίζουν για τον τρόπο που θα το αποδώσουν .



Στο τέλος το παρουσιάζουν στην ολομέλεια της τάξης και αναρτάται στην τάξη.

5ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ:

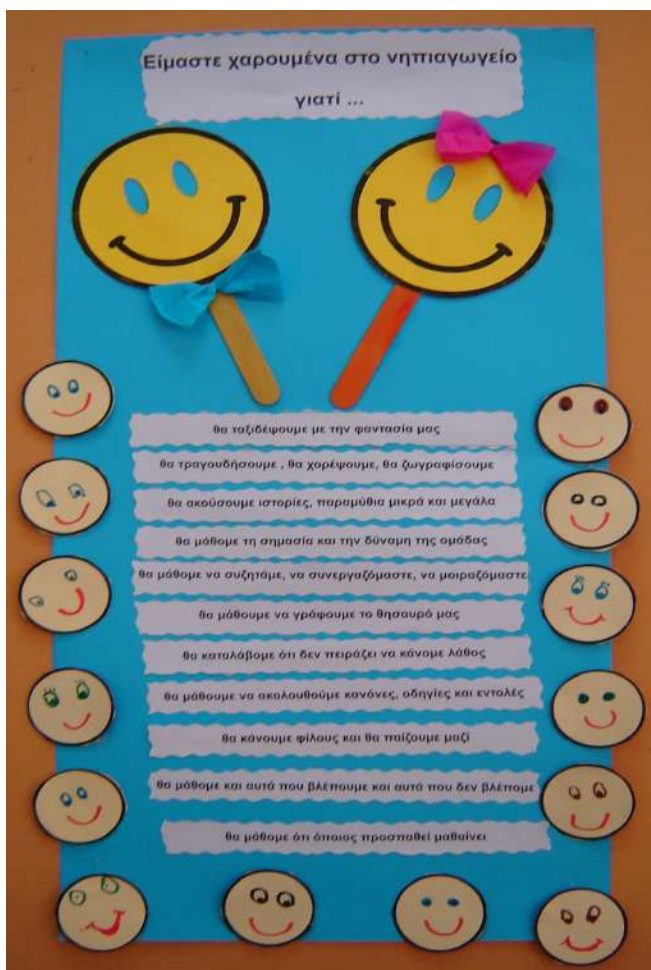
Το σχολείο μου
Όνειρα-σχέδια-οργάνωση

Ανάγνωση παραμυθιού

Η Μικρή Ηλιαχτίδα μας φέρνει ένα βιβλίο που λέγεται :



Τα παιδιά στην συνέχεια συζητούν παρέα με την Μικρή Ηλιαχτίδα για το σχολείο τους και γιατί είναι χαρούμενα που έρχονται σε αυτό.



Αξιοποιούμε τη ρουτίνα σκέψης ΧΡΩΜΑ-ΣΥΜΒΟΛΟ-ΕΙΚΟΝΑ και επιδιώκουμε μια αισθητηριακή προσέγγιση του σχολείου και κάνουμε ασκήσεις φαντασίας.

Τέλος συμπληρώνουμε το φύλλο εργασίας...



Περιηγηθήκαμε στους χώρους του σχολείου και με την τεχνική του ιδεοκαταιγισμού καταγράψαμε τις ιδέες των παιδιών στο ερώτημα:

"Τι θα μπορούσαμε να κάνουμε ώστε το σχολείο μας να γίνει καλύτερο/ομορφότερο/λειτουργικότερο...

Οι ιδέες πολλές .

Με διαλογική συζήτηση και αξιοποίηση της ρουτίνας imagine if καταλήγουμε στο σχέδιο δράσης που θα υλοποιήσουμε.

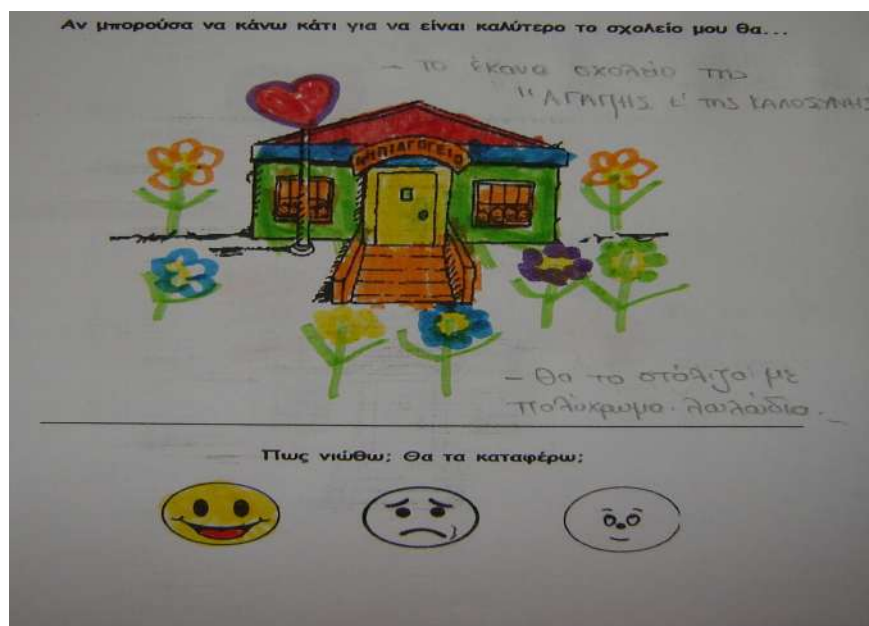
Το τελικό σχέδιο δράσης ήταν:

- α) Να στολίσουμε το σχολείο μας με πολύχρωμα λουλούδια για να το κάνουμε ομορφότερο
- και β) να γίνει το σχολείο μας "ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΗΣ ΑΓΑΠΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΚΑΛΟΣΥΝΗΣ" για άλλα παιδιά.

ΠΩΣ;;;

Συγκέντρωση τροφίμων και είδη πρώτης ανάγκης για να τα προσφέρουμε στις οικογένειες και τα παιδιά που τα έχουν ανάγκη (στο "ΧΑΜΟΓΕΛΟ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ").

Ατομική εργασία



6ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ:

"Το σχολείο μου πετάει"
Υλοποίηση.Αποτίμηση

Για την υλοποίηση του σχεδίου δράσης αναγκαία ήταν
η συμβολή των γονέων.

Γι'αυτό ενημερώθηκαν με επιστολή



Η υλοποίηση των ιδεών των παιδιών

α) Στολισμός με πολύχρωμα λουλούδια





β) Το σχολείο της "ΑΓΑΠΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΚΑΛΟΣΥΝΗΣ"

Μετατρέψαμε το ξύλινο κουκλόσπιτο της τάξης σε σπιτάκι της "Αγάπης - Καλοσύνης" στολισμένο με καρδούλες με τα ονόματα των παιδιών όπου συγκεντρώνθηκαν τα τρόφιμα.



Αποτίμηση

Με την ολοκλήρωση του σχεδίου δράσης έγινε συζήτηση για τα συναισθήματα των παιδιών...Πως ένιωσαν που τελικά τα κατάφεραν.

Αξιοποιήθηκε και πάλι η ρουτίνα σκέψης
ΧΡΩΜΑ-ΣΥΜΒΟΛΟ-ΕΙΚΟΝΑ

6ο Εργαστήριο: "Το σχολείο μου πετάει". Υλοποίηση των ιδεών μας. Αποτίμηση.
Τώρα που η ιδέα/όνειρο ολοκληρώθηκε πως νιώθεις;
Αν τα συναισθήματά σου είχαν χρώμα / σχήμα / ήταν αντικείμενο τι θα ήταν;

Χρώμα



Το σχολειό μου
χρῖμο γιατί
νιώλω όμορφο

Σύμβολο



Καρδιά γιατί
νιώλω ευτυχισμένη

Εικόνα



Αεροπλάνο γιατί πετάω
από τη ΚΑΡΔΙΑ μου.

6ο Εργαστήριο: "Το σχολείο μου πετάει". Υλοποίηση των ιδεών μας. Αποτίμηση.
Τώρα που η ιδέα/όνειρο ολοκληρώθηκε πως νιώθεις;
Αν τα συναισθήματά σου είχαν χρώμα / σχήμα / ήταν αντικείμενο τι θα ήταν;

Χρώμα



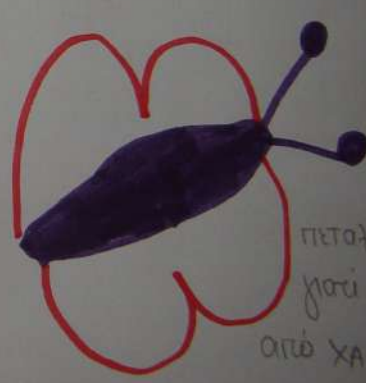
Το σχολειό μου
χρῖμο γιατί
νιώλω όμορφο

Σύμβολο



Λαλούδι γιατί
νιώλω ωραίο

Εικόνα



Πεταλούδα
γιατί πετάω
από ΚΑΡΔΙΑ

7ο ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ: Αποτίμηση-Περηφάνεια Σχέδια για το μέλλον

Παίζουμε με τα παιδιά **"Την καρέκλα του πριν και του μετά"**



Ο φίλος μας ο Ήλιος μας στέλνει **το 2ο γράμμα** του με την Μικρή Ηλιαχτίδα όπου μας αποχαιρετά



Συζητάμε με τα παιδιά
για τις δεξιότητες και
τις δυνάμεις που αισθάνεται
ο καθένας περήφανος/η .

Αποχαιρετισμός της μικρής Ηλιαχτίδας

Η μικρή ηλιαχτίδα αισθάνεται πολύ περήφανη για μας και μας αποχαιρετά αφού είναι σίγουρη ότι η μετάβαση από το σπίτι στο σχολείο έχει γίνει και πλέον όλα τα παιδιά αισθάνονται μέρος της σχολικής κοινότητας του Νηπιαγωγείου.

**Έρθε λοιπόν η ώρα αγαπημένα μου παιδιά
να σας αποχαιρετήσω...**

Μην ξεχνάτε να φροντίζετε τον εαυτό σας, τους φίλους και το σχολείο σας.

*Να παίζετε, να χαμογελάτε, να ονειρευόσαστε,
να συνεργάζεστε, να δημιουργείτε.*

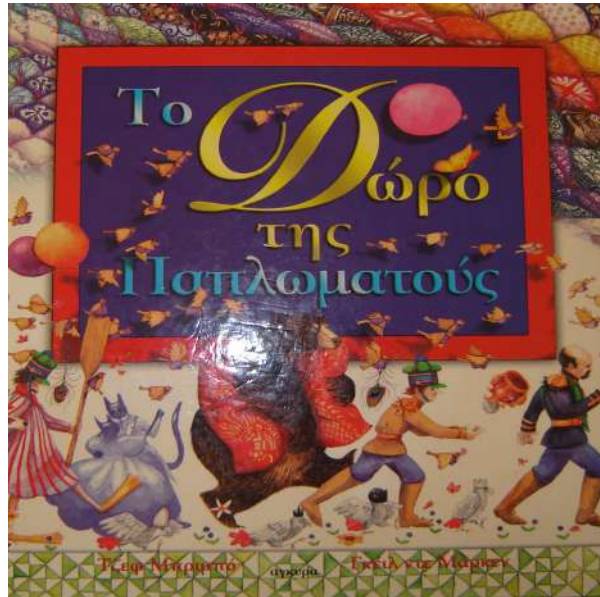
Να απολαμβάνετε το φως του Ήλιου.

Όσο για μένα, θα είμαι παντού όπου κι αν είστε!

Θα σας έχω πάντα μέσα στην καρδιά μου!



Τέλος διαβάσαμε το βιβλίο **"Το δώρο της παπλωματούς"**
και επεξεργαστήκαμε την έννοια της προσφοράς.



Δημιουργία αναμνηστικού

Ηλιοτρόπιο με τη φωτογραφία κάθε παιδιού στο κέντρο
(Το αγαπημένο λουλούδι του Ήλιου)



Απονομή επαίνων (Συγχαρητήρια!)



ΚΑΛΩΣ ΟΡΙΣΑΤΕ ΣΤΟ



ΜΑΓΙΚΟ ΚΟΣΜΟ ΤΟΥ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ