

Επιβτροφή στα Θρανία

Ιούνιος 2020

Ιωάννα Μενδρινού
Υπεύθυνη Αγωγής
Υγείας Διεύθυνσης
Τ.Ε. Δ' Αθήνας

Δραστηριότητες για τη μετάβαση στο σχολείο μετά την κρίση

Νηπιαγωγείο-Δημοτικό

“Επιστροφή στα Θρανία”

Μία εκπαιδευτική πρόκληση
προέγχισης της έννοιας
“ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ”

με στόχο:

την ομαλή μετάβαση στη νέα μετά την
“καραντίνα” σχολική πραγματικότητα,
την επανασύνδεση, τη διερεύνηση και
κατανόηση του αποτυπώματος της
κρίσης, την ενδυνάμωση, το μοίρασμα
και το “κλείσιμο” ενός ιδιότυπου
κύκλου με επίγνωση, νέα αποθέματα
και όνειρα για την επόμενη μέρα.



Πάντα πάντα περνάς τη φωτιά
για να φτάσεις τη λάμψη.

Οδυσσέας Ελύτης, 1911-1996



Επιστροφή στα θρανία μετά από μία μακρά περίοδο αναστολής λειτουργίας των σχολείων εξαιτίας της πανδημίας της Covid -19

Αντιλαμβανόμαστε ότι η "επιστροφή στα θρανία" συνιστά μία ιδιόζουσα επιστροφή η οποία δε σχετίζεται σε καμία περίπτωση, με άλλες αντίστοιχες, όπως του Σεπτεμβρίου, μετά τις καλοκαιρινές διακοπές.

Πρόκειται προφανώς, για μία διαφορετική επιστροφή η οποία συντελείται στο πλαίσιο μίας πρωτόγνωρης κατάστασης, μίας νέας κανονικότητας, στον απόηχο (;) μίας εκτενούς υγειονομικής κρίσης η οποία επηρέασε με οριζόντιο τρόπο κάθε έκφανση και επίπεδο της καθημερινότητας των ανθρώπων, σε παγκόσμιο επίπεδο.

Στη νέα αυτή, μετα-κανονικότητα, η επιστροφή, ως διαδικασία "κλεισίματος" με την έννοια μίας ατομικής και παράλληλα συλλογικής ψυχολογικής διεργασίας, αναστοχαστικής επεξεργασίας και απολογισμού της έκτακτης κρίσης, κρίνεται αναγκαία για:

- την ενδυνάμωση των μαθητών και κατ' επέκταση όλων των μελών της σχολικής κοινότητας
- τη δημιουργία αποθεμάτων ή "υποδομών" ενίσχυσης της ψυχικής ανθεκτικότητας.
- την αυτοεπίγνωση.
- την άσκηση δεξιοτήτων αναγκαίων για την αντιμετώπιση μελλοντικών κρίσεων.
- την επανασύνδεση με τους σημαντικούς άλλους (εκπαιδευτικούς και συμμαθητές).
- την ανάδειξη ονείρων και το σχεδιασμό τρόπων υλοποίησής τους στο μέλλον.
- τη σηματοδότηση ολοκλήρωσης ενός "κύκλου", τόσο της κρίσης, όσο και αυτής καθ' αυτής της σχολικής χρονιάς και των "αναπάντεχων" που την καθόρισαν.

Ιωάννα Μενδρινού
1 Ιουνίου 2020



είναι πολύ σημαντικό:

να ενημερωθούμε για το τι πρέπει να κάνουμε για να προστατεύουμε τον εαυτό μας, το σχολείο και την οικογένειά μας.

ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΝΤΑΣ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΩ ΚΑΙ ΟΣΟΥΣ ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΓΥΡΩ ΜΟΥ
ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΜΑΙ ΚΑΙ ΔΕΝ ΦΟΒΑΜΑΙ

COVID 19 ονομάζεται η λοίμωξη που προκαλεί ο νέος κορωνοϊός. Ένα άτομο που έχει COVID19 μπορεί να εμφανίσει από πολύ ήπια συμπτώματα μέχρι πολύ σοβαρά και να χρειαστεί να νοσηλευτεί σε νοσοκομείο.

Άτομα που θα νοσηλευτούν σε νοσοκομείο συνήθως έχουν και άλλα προβλήματα υγείας, όπως συμβαίνει πιο συχνά με τους ηλικιωμένους ανθρώπους τους οποίους και πρέπει να προστατεύσουμε.

Υπάρχουν άνθρωποι που, ενώ έχουν τον ιό, μπορεί να μην εμφανίσουν συμπτώματα, παρόλα αυτά μπορεί να τον μεταδώσουν σε άλλους ανθρώπους!





Επιστροφή στα θρανία ... Λίστα με όσα δεν πρέπει να ξεχνάς!



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Προστάτευσε τον εαυτό σου και τους άλλους

- ❖ Να βήχεις ή να φταρνίζεσαι στον αγκώνα σου ή σε χαρτομάντηλο, το οποίο θα πετάς αμέσως σε κάδο απορριμμάτων.
- ❖ Να μη βάζεις τα χέρια σου στο στόμα, στη μύτη ή στα μάτια σου.
- ❖ Να πλένεις συχνά τα χέρια σου με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, ειδικά πριν τη λήψη φαγητού και μετά τη χρήση της τουαλέτας. Αν δεν υπάρχει σαπούνι και νερό, μπορείς να χρησιμοποιήσεις αντισηπτικό υγρό ή μαντηλάκι.
- ❖ Να μην ανταλλάσσεις αντικείμενα με τους συμμαθητές σου
- ❖ Να κρατάς απόσταση τουλάχιστον 1,5 μ. από τους συμμαθητές σου μέσα στην τάξη και στους άλλους χώρους του σχολείου, καθώς και με τους φίλους και γνωστούς σου έξω από το σχολείο.
- ❖ Σε περίπτωση που εμφανίσεις πυρετό, βήχα ή δυσκολία στην αναπνοή να ενημερώσεις αμέσως τους γονείς/κηδεμόνες σου ή τον δάσκαλό σου και να μείνεις σπίτι μέχρι να νιώσεις τελείως καλά.





Επιστροφή στα θρανία ...
με οδηγίες και νέους κανόνες
πρόληψης για την προάσπιση
της υγείας μας.
Για να είμαστε όλοι ασφαλείς

**6 βήματα για την σωστή εφαρμογή της Υγιεινής των Χεριών
με πλύσιμο με νερό και σαπούνι**



**3 βήματα για την σωστή εφαρμογή της Υγιεινής των Χεριών
με τη χρήση αλκοολούχου αντισηπτικού διαλύματος**



Τμήμα μικροβιακής αντοχής & λοιμώξεων που συνδέονται με φροντίδα υγείας
www.eody.gov.gr





Εκφράσεις, Ρήσεις

- Για περισυλλογή
- Για συζήτηση
- Για δραστηριότητες



Δυσκολίες & εμπόδια της ζωής

- ❖ Ο άνθρωπος χρειάζεται δυσκολίες. Είναι απαραίτητες για την υγεία. **Κάρλ Γιούνγκ, 1875-1961, Ελβετός Ψυχίατρος**
- ❖ Οι καταιγίδες κάνουν τη βελανιδιά να βγάζει βαθύτερες ρίζες. **George Herbert, 1593-1633, Ουαλός ποιητής**
- ❖ Οι άνθρωποι χρειάζονται δυσκολίες και αντιστάσεις για να αποκτήσουν ψυχική δύναμη. **Έμιλυ Ντίκινσον, 1830-1886, Αμερικανίδα ποιήτρια**
- ❖ από τότε που ο άνεμος μου εναντιώθηκε, έμαθα να σαλπάρω με όλους τους ανέμους. **Φρήντιχ Νίτσε, 1844-1900, Γερμανός φιλόσοφος**
- ❖ Οι δυσκολίες συχνά προετοιμάζουν ένα συνηθισμένο άτομο για ένα ξεχωριστό πεπρωμένο. **C.S. Lewis, 1898-1963, Ιρλανδός Συγγραφέας**

.....
.....

.....
ΓΡΑΨΕ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΟΥ ΡΗΣΗ ΚΑΙ
ΥΠΕΓΡΑΨΕ ΜΕ ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ ΟΝΟΜΑ

ΕΠΙΣΤΡΟΦΕΣ ...

Νόστιμον ήμαρ.

Η ημέρα της επιστροφής
Όμηρος, Οδύσσεια

«Κι αν πτωχική την βρεις,
η Ιθάκη | δεν σε γέλασε [...]
ήδη θα το κατάλαβες η Ιθάκες
τι σημαίνουν». *Κ. Καβάφης, Η Ιθάκη*

*Αναζήτησε ή γράψε μία δική σου
έκφραση ή ρήση σχετική με την
έννοια της επιστροφής ...*

Αυτός που επιστρέφει ποιος αλήθεια
είναι; Μοιάζει καθόλου με τον
αλλοτινό του εαυτό; *Ντανύ Λαφερριέρ,
Το αίνιγμα του γυρισμού, 2018*

Οι επιστροφές να γίνονται στην
ώρα τους. Οι εκπρόθεσμες
επιστροφές δεν θα γίνονται δεκτές
Εκ της διευθύνσεως

Δραστηριότητες

ακολουθώ τη σειρά, επιλέγω,
παράλλαβω



Σκέφτομαι
Εκφράζομαι
Παίζω
Δημιουργώ:

Με μολύβι ή με στυλό,
με μαρκαδόρους, ξυλο-
μπογιές ή με πινέλα,
Με ένα μέλος ή με
όλα τα μέλη του
σώματος μαζί,
και πάντα με τις
αποστάσεις που με
κρατάνε ασφαλή.





Ποια είναι η λέξη;



Ε _ _ _ _ _



Παίζω με τη λέξη

Αλλάζω εντάσεις, ρυθμό, τόνο, ύφος, χρώμα
και συναισθηματικές αποχρώσεις.

Δείχνω και νοηματοδοτώ με το σώμα μου
συναισθήματα ή καταστάσεις
δημιουργώντας γλυπτά με θέμα
«ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ»

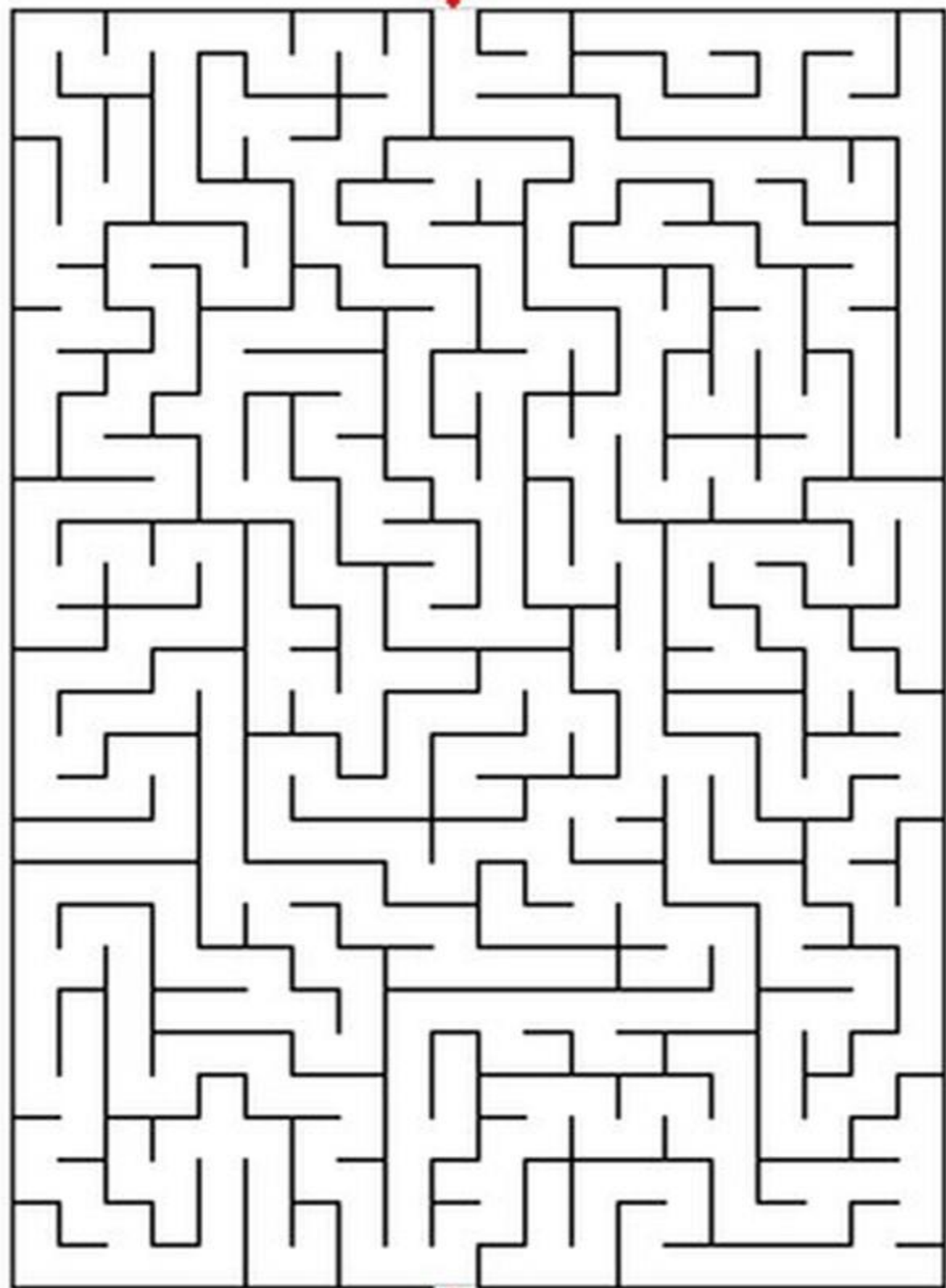
Ε-Π-Ι-Σ-Τ-Ρ-Ο-Φ-Η

Ε Π Ι Σ Τ Ρ Ο Φ Η



Μαντέψτε
τι κάνω!







Πρώτη μέρα ...



Αυτοσχεδιασμός / αναπαριστώ

Αναστοχασμός / γράφω



Πρώτη μέρα στο σχολείο, ξανά ...

Το πρωί σηκώθηκα ...

Τι έκανα

Τι σκέφτηκα

Έφτασα μπροστά στην πόρτα του
σχολείου ...

Τι έκανα

Τι σκέφτηκα

Το μεσημέρι γύρισα σπίτι ...

Τι έκανα

Τι σκέφτηκα

Είναι το ίδιο; Αν όχι, τι άλλαξε;

.....

Πώς σκέφτομαι τις αλλαγές; Τι θέλω;

Τι μπορώ να κάνω για όσα θέλω;

.....

.....



ΑΦΗΝΩ ...
ΠΑΙΡΝΩ ...



Τι αφήσα στο σπίτι;



Τι έφερα στο σχολείο;

Κόψτε-Ανακατέψτε-Μοιράστε-Μπελτε στη βειρά

Ε

Π

Ι

Σ

Τ

Ρ

Ο

Φ

Η

βτα

Θ

Ρ

Α

Ν

Ι

Α

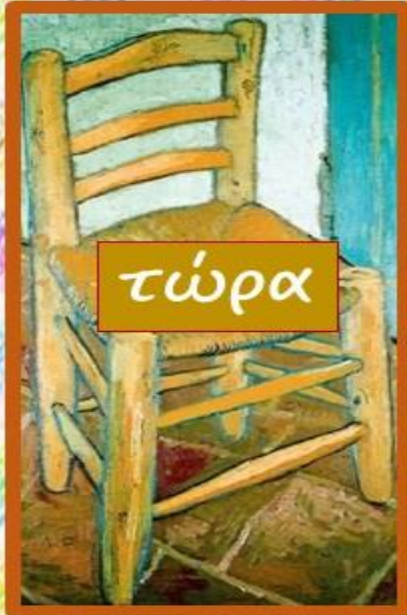
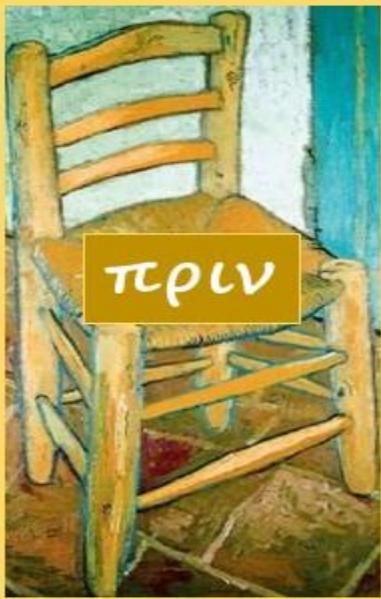


Πριν-Τώρα-Μετά

Τρία <φωτογραφικά> (σωματικά)
ή τρία ζωγραφικά στιγμιότυπα



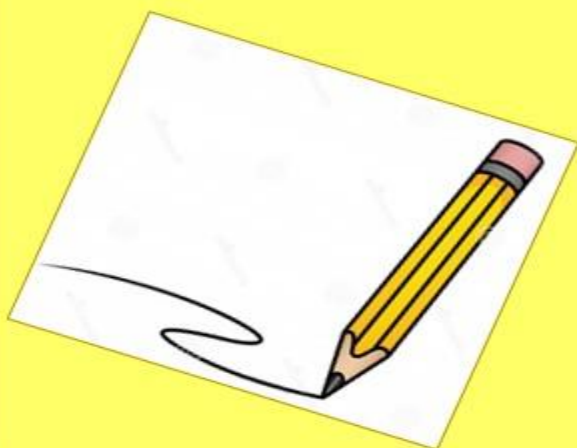
Παιχνίδι με το χρόνο
πάνω σε τρεις καρέκλες;
Ποιος θέλει να καθίσει;
Σε ποια;
Τι έχει να μας πει;



Μεταφορά
Παρομοίωση
Φαντασία
Παιχνίδι ρόλων



Φτιάξε τη
δική σου
ακροστιχίδα
Με τις λέξεις
ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ
στα
ΘΡΑΝΙΑ



Ε
Π
Ι
Σ
Τ
Ρ
Ο
Φ
Η

Θ
Ρ
Α
Ν
ΙΑ

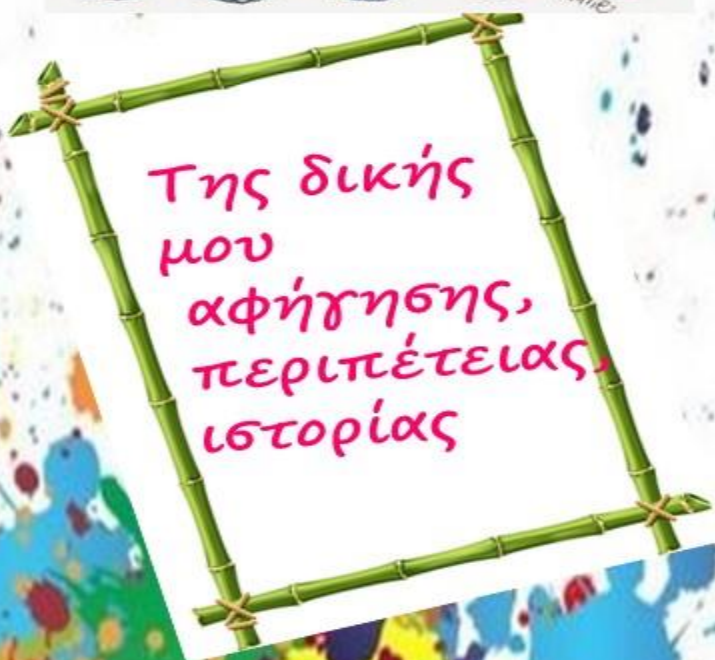


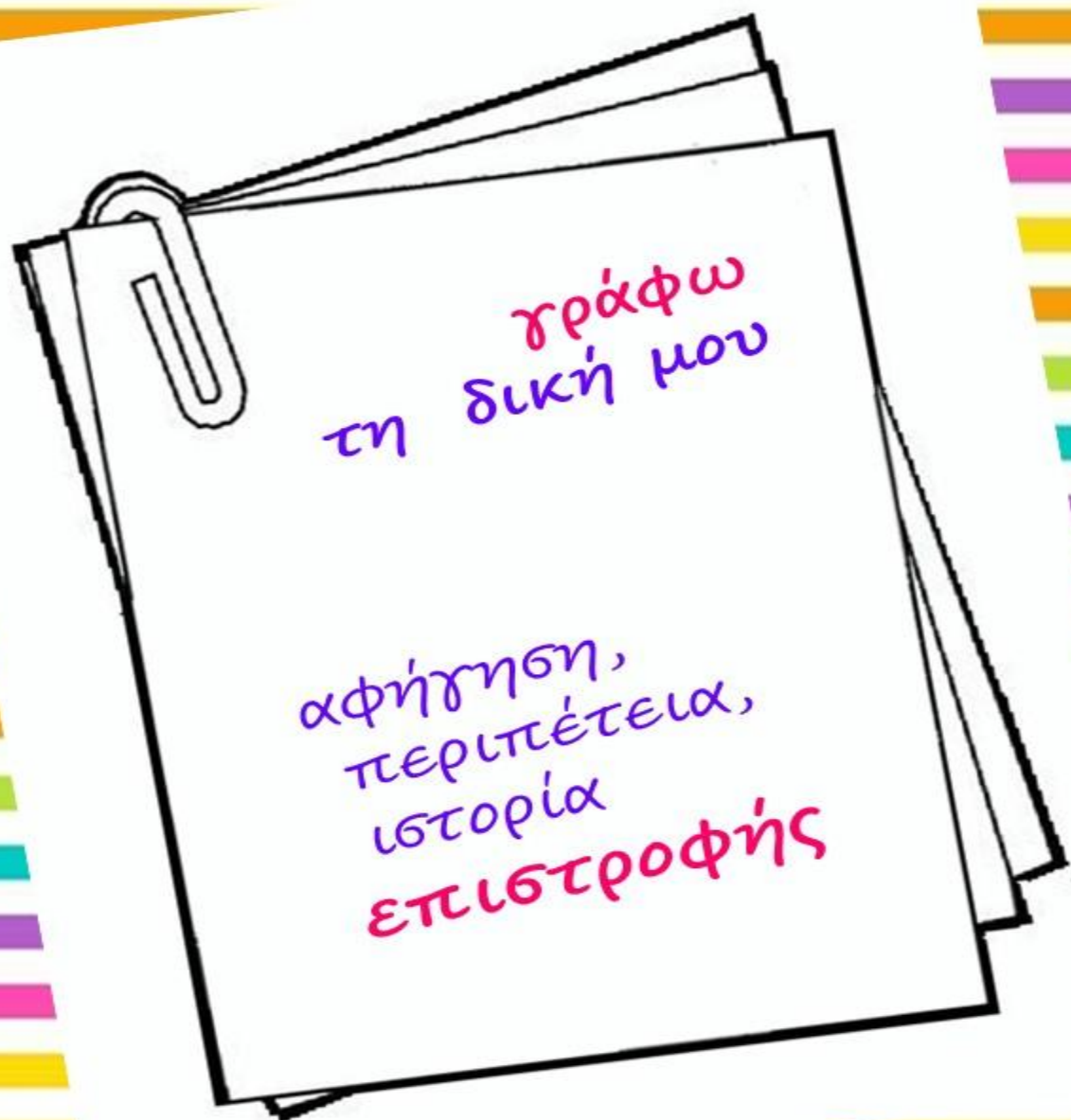
Κάθε λέξη μία ιδέα,
αφετηρία μιας μικρής αφήγησης.

Περισσότερες λέξεις,
περισσότερες ιδέες που
συνομιλούν και συνδέονται,
υλικά για την πλοκή μιας
«περιπέτειας»

Όλες οι λέξεις, μία δεξαμενή
ιδεών για να πλάσω τη δική
μου ιστορία «επιστροφής», από
την αρχή έως το τέλος.

*Λεκτική, μη λεκτική, πολυτροπική έκφραση





τη γράφω
δική μου

αφήγηση,
περιπέτεια,
ιστορία
επιστροφής

Μπορώ βέβαια και να
την αφηγηθώ
Να τη δραματοποιήσω
Να την ηχογραφήσω ή
βιντεοσκοπήσω ...

Όλοι μαζί

σχεδιάζουμε

ονειρευόμαστε

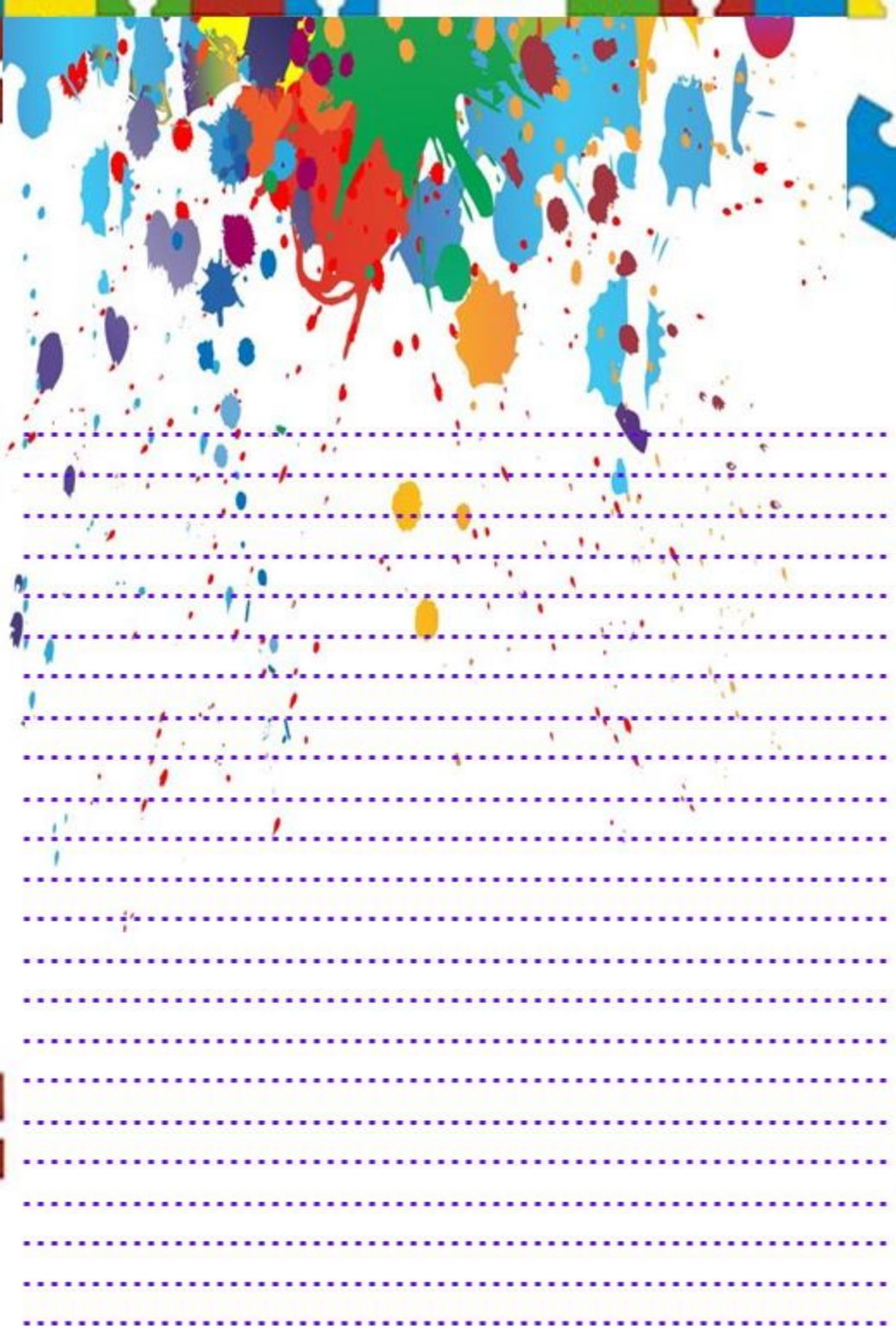
μοιραζόμαστε

δημιουργούμε



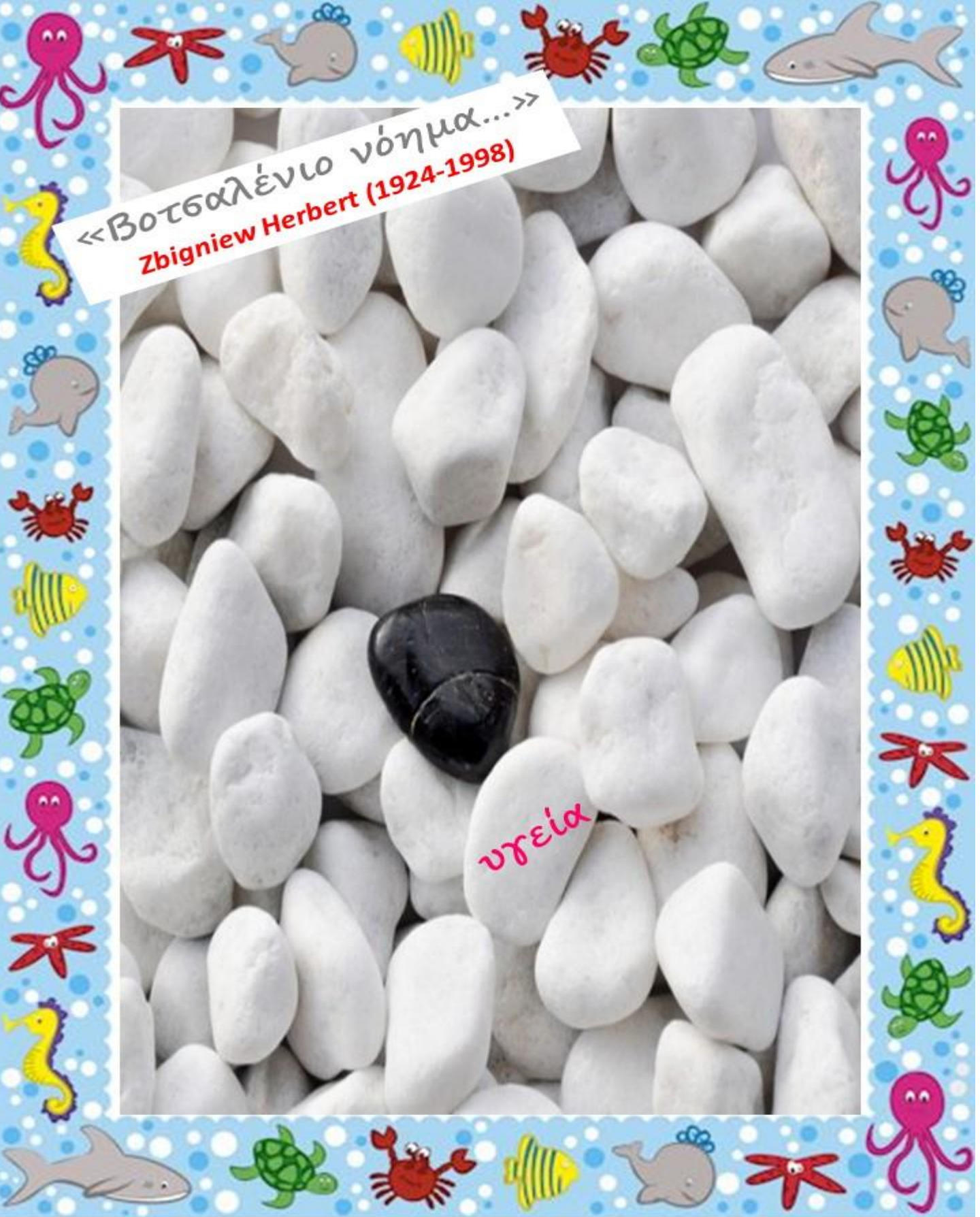
Επιλέγουμε 4-5 από τις λέξεις μας και τις ρίχνουμε στη γυάλα. Ανακατεύουμε – Επιλέγουμε – Παίζουμε:

- ❖ Παντομίμα κάθε λέξης (2 ομάδες)
- ❖ Μία λέξη-μία πρόταση για τη δημιουργία μίας συνεργατικής αφήγησης από όλη την ομάδα
- ❖ Μία λέξη-μία ζωγραφιά για τη δημιουργία ενός συνεργατικού πίνακα ή κολλάζ της ομάδας.
- ❖ Μία λέξη-μία στατική “πόζα” για τη δημιουργία μίας ομαδικής φωτογραφίας ή γλυπτού που ... ίσως ζωντανέψει!



Μια αφήγηση που
μας συνδέει

Μία κορνίζα
για τις
συνεργατικές
δημιουργίες σας



<<Βοτσαλένιο νόημα...>>
Zbigniew Herbert (1924-1998)



υγεία

Αποχαιρετώ.

Με μία ευχή ... Με μια υπόσχεση...



Διεύθυνση Π.Ε. Δ' Αθήνας
Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας

Καλό Καλοκαίρι!

Επιστροφή ... το Σεπτέμβρη