

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Εγώ και Εσύ Μαζί

Οι Νηπιαγωγοί: Τουτσογλίδου Άννα – Ντοκάλου Μερόπη-
Μουριοπούλου Γεωργία



Εικόνα 1

5^ο Νηπιαγωγείο Καστοριάς

Νοέμβριος 2019 – Ιούνιος 2020

ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

- Τα παιδιά να μιλήσουν για τη βία και να εντοπίσουν περιστατικά βίας μέσα από την καθημερινότητα τους.
- Να αναγνωρίσουν τη σημασία του να ζητώ βοήθεια
- Να μάθουν ότι η βία είναι ένα φαινόμενο που αφορά όλους μας .
- Να αναγνωρίσουν τα παιδιά το συναίσθημα του θυμού και να μάθουν πώς να το αντιμετωπίζουν.
- Να εντοπίσουν τα παιδιά τους φόβους τους και να μάθουν να ζητούν βοήθεια για την αντιμετώπιση τους
- Να αποκτήσουν αυτοεκτίμηση αλλά και να μάθουν να σέβονται τους άλλους.
- Να διαχωρίζουν τα ευχάριστα από τα δυσάρεστα αγγίγματα και να μάθουν να λένε όχι.

ΥΠΟΘΕΜΑΤΑ

- Συναισθήματα : Αναγνώριση – Έκφραση και Διαχείριση τους.
- Η Βία
- Ο θυμός
- Ο Φόβος
- Αυτοεκτίμηση
- Όρια

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΕΓΙΝΑΝ:

Οι δραστηριότητες που περιγράφονται παρακάτω δόθηκαν από τη «Διέξοδο» με την μορφή εργαστηρίων και έτσι παρουσιάζονται στο πρόγραμμα που υποβάλουμε

1^ο Εργαστήρι: «Εμπρός ξεκινάμε»

- Γνωριμία μελών:

1. Τα παιδιά έγραψαν το όνομά τους όπου ήθελαν



2. Κατασκεύασαν τον προσωπικό τους φάκελο



3. ζωγράφισαν κάτι δικό τους που δεν έπρεπε να το δουν οι άλλοι και το έβαλαν μέσα.





- Η Συμφωνία των παιδιών:

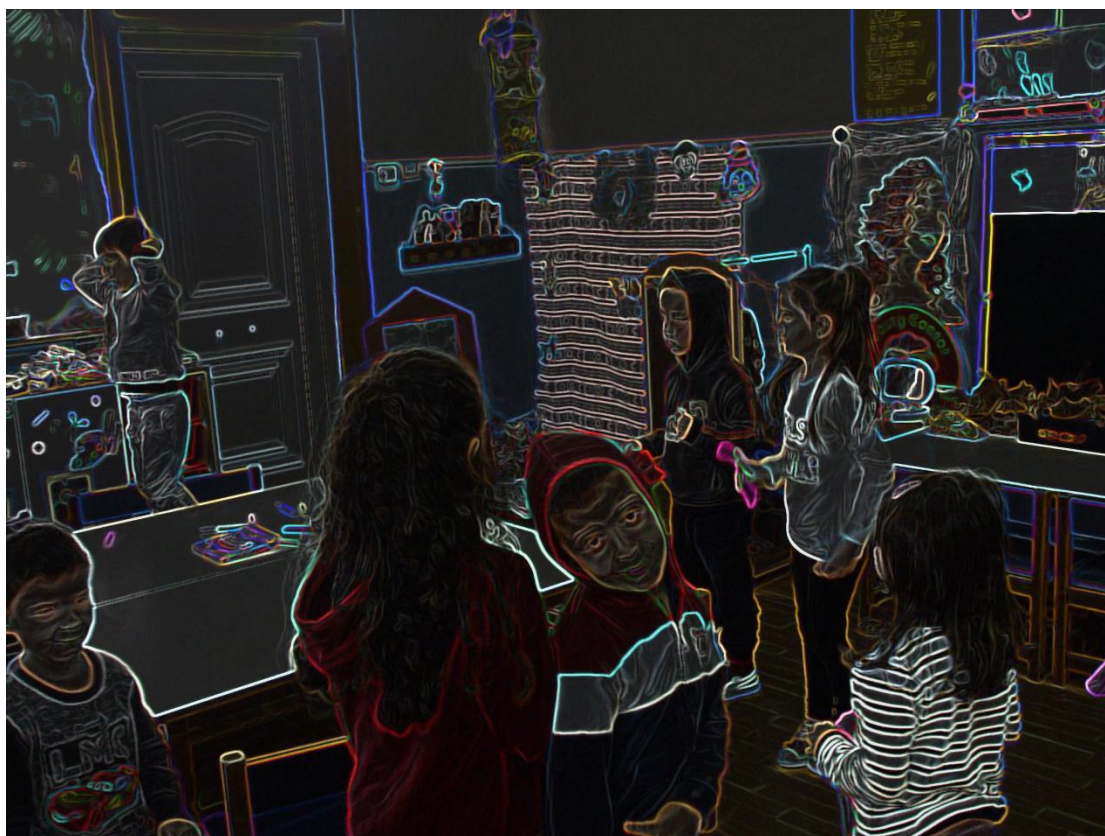
Τα παιδιά πρότειναν τους κανόνες της ομάδας , τους γράψαμε σε χαρτόνι και υπέγραψαν την συμφωνία .



Μετά από μια διαδρομή με πολλά εμπόδια και δυσκολίες κατάφεραν να φτάσουν στο καταφύγιο.



Έβγαλαν τα εφόδιά τους από το σακίδιο και οργάνωσαν τον χώρο. Έμειναν κάποιες ώρες εκεί και αφού συμμαζεψαν επέστρεψαν με τον ίδιο τρόπο.



Μετά την επιστροφή μίλησαν για την εμπειρία τους , τη συνεργασία τους στη διαδρομή και στο καταφύγιο και για τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν.

ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ – ΓΛΩΣΣΑ – ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ
ΕΚΦΡΑΣΗ – ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

3ο εργαστήρι : «Βία είναι...»

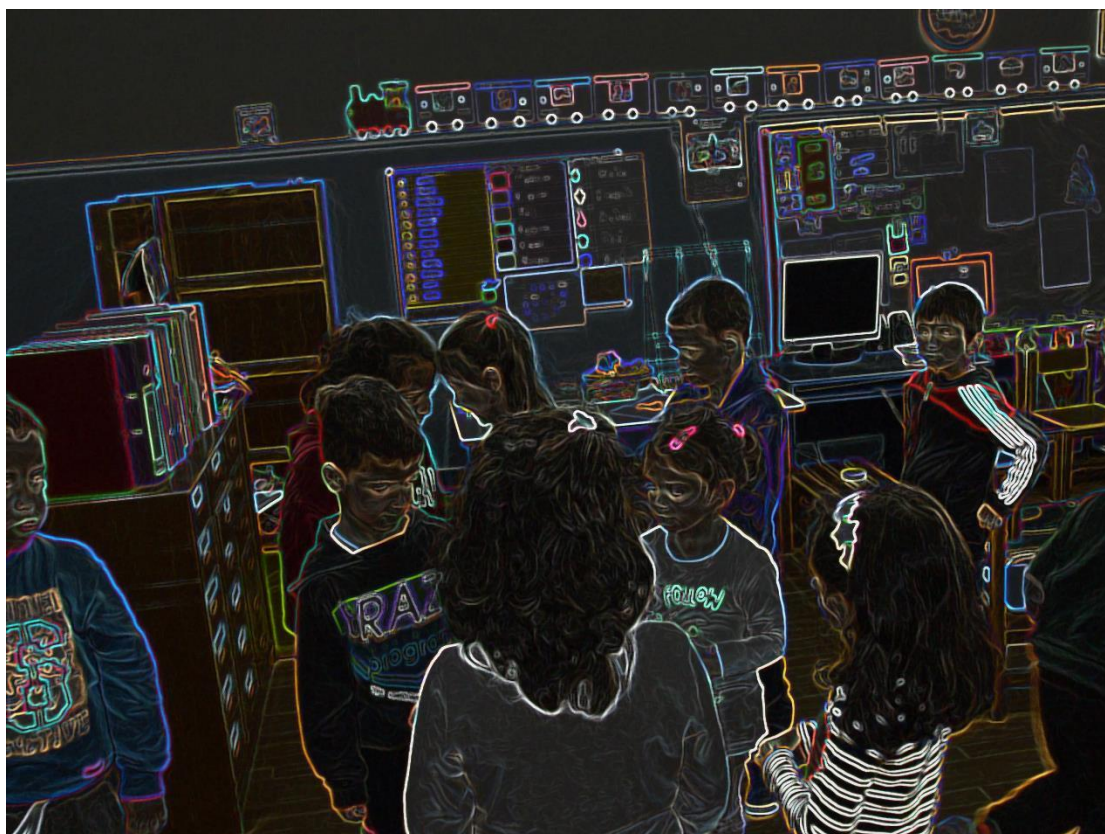
(ταξίδι με το αερόστατο)

Τα παιδιά ενώθηκαν σε κύκλο έφτιαξαν ένα αερόστατο και ταξίδευσαν με αυτό.



Σταματήσανε στη χώρα της βίας. Έγινε συζήτηση για το τι σημαίνει βία – θύμα – θύτης και ποιοι λέγονται παρατηρητές.

Τα παιδιά περιπλανήθηκαν στη χώρα της βίας και περιέγραφαν τι έβλεπαν.



Χωρίστηκαν σε ομάδες και αναπαρέστησαν την εικόνα της φωτογραφίας που τους δόθηκε (διάφορες μορφές λεκτικής και σωματικής βίας)





Έγινε συζήτηση και τα παιδιά έβγαλαν συμπεράσματα για τους τρεις ρόλους: θύμα – θύτης – παρατηρητής. Είπαν πως ένιωσαν παίζοντας αυτούς τους ρόλους.

Τέλος τα παιδιά επέστρεψαν πίσω με το αερόστατο.

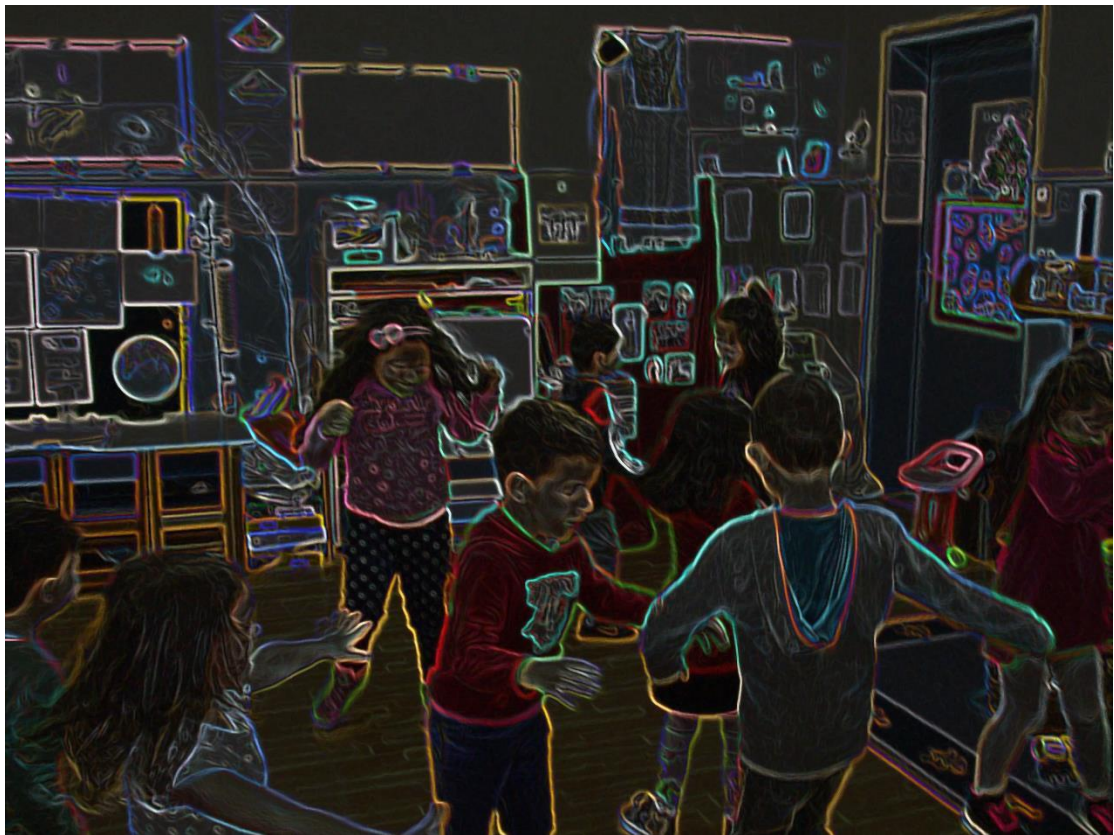
ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ – ΓΛΩΣΣΑ – ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ
ΕΚΦΡΑΣΗ – ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ – ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΑ

4^ο εργαστήρι «Οι αρκούδες Γκρίζλι »

(Ανεμοστρόβιλος)

Τα παιδιά ενημερώθηκαν ότι θα ερχόταν στο Νηπιαγωγείο ο ανεμοστρόβιλος θυμωνιάρης που όποιον άγγιζε θα τον

μετέτρεπε σε θυμωμένο άτομο. Ο ανεμοστρόβιλος ήρθε και παρέσυρε τα παιδιά.



Ο ανεμοστρόβιλος έφυγε και τα παιδιά μιλήσανε για την εμπειρία τους.

Διαβάσαμε το παραμύθι: Οι αρκούδες Γκρίζλυ

Δραματοποίησαν το παραμύθι .

Χωρίστηκαν σε δύο ομάδες :

Η α ομάδα ήταν ο Μέμος θυμωμένος και η δεύτερη ο καθρέφτης του.



Στη συνέχεια τα παιδιά ζωγράρισαν τον θυμό τους



Έδειξαν τις ζωγραφιές τους και μιλήσανε γι αυτές.



ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ –ΓΛΩΣΣΑ – ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ
ΕΚΦΡΑΣΗ - ΤΠΕ

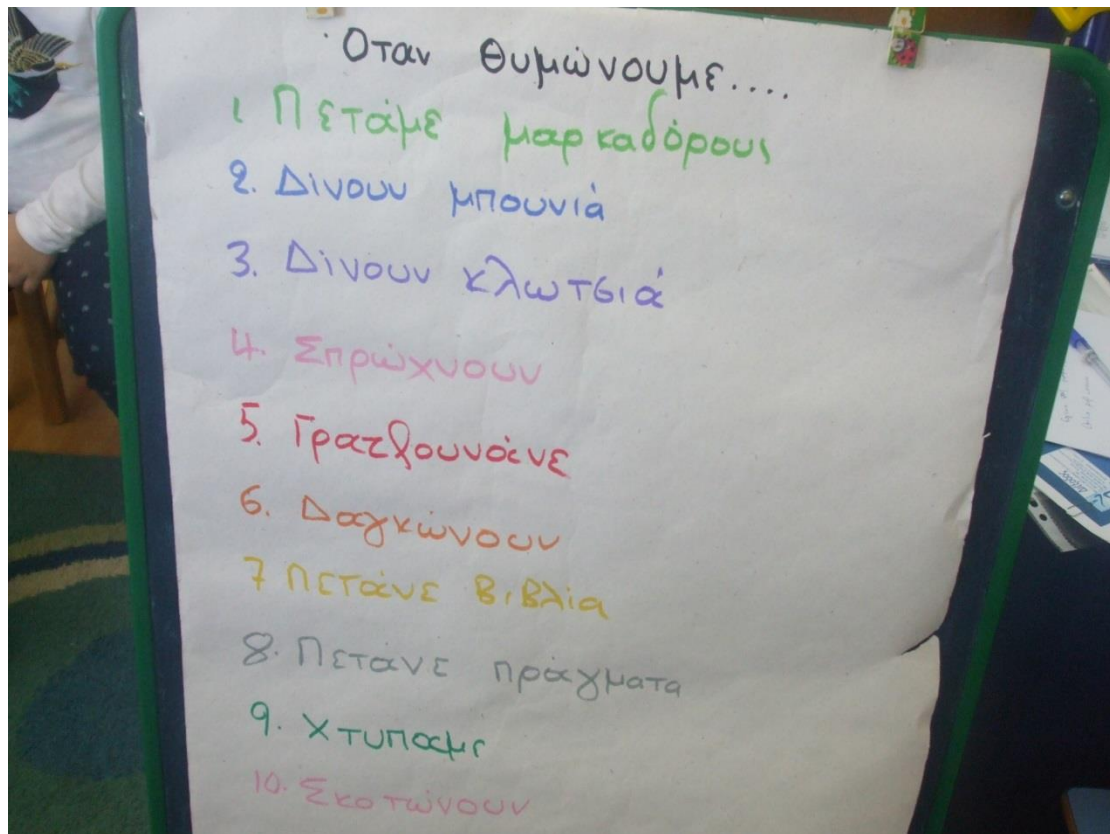
5^ο εργαστήρι: «Το φανάρι του θυμού»

(όταν θυμώνω, αισθάνομαι σαν...)

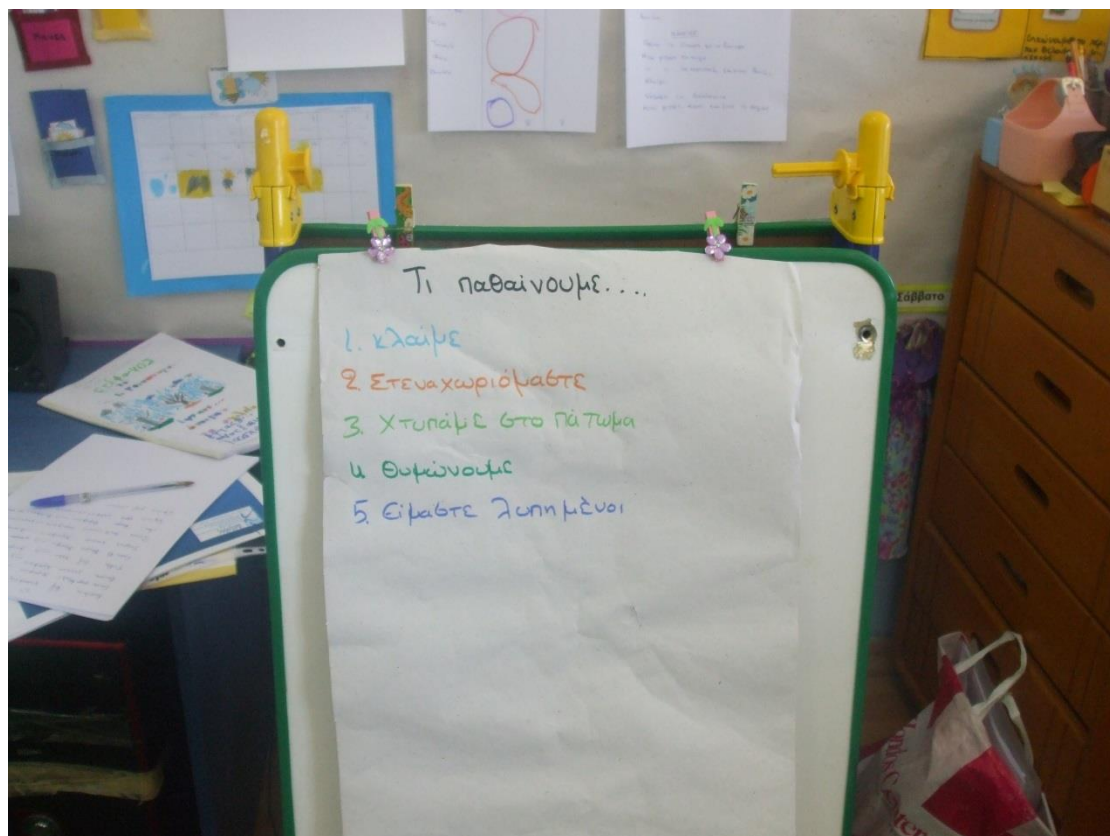
Τα παιδιά είπαν πως αισθάνονται όταν θυμώνουν και το παρουσίασαν στην ομάδα τους.



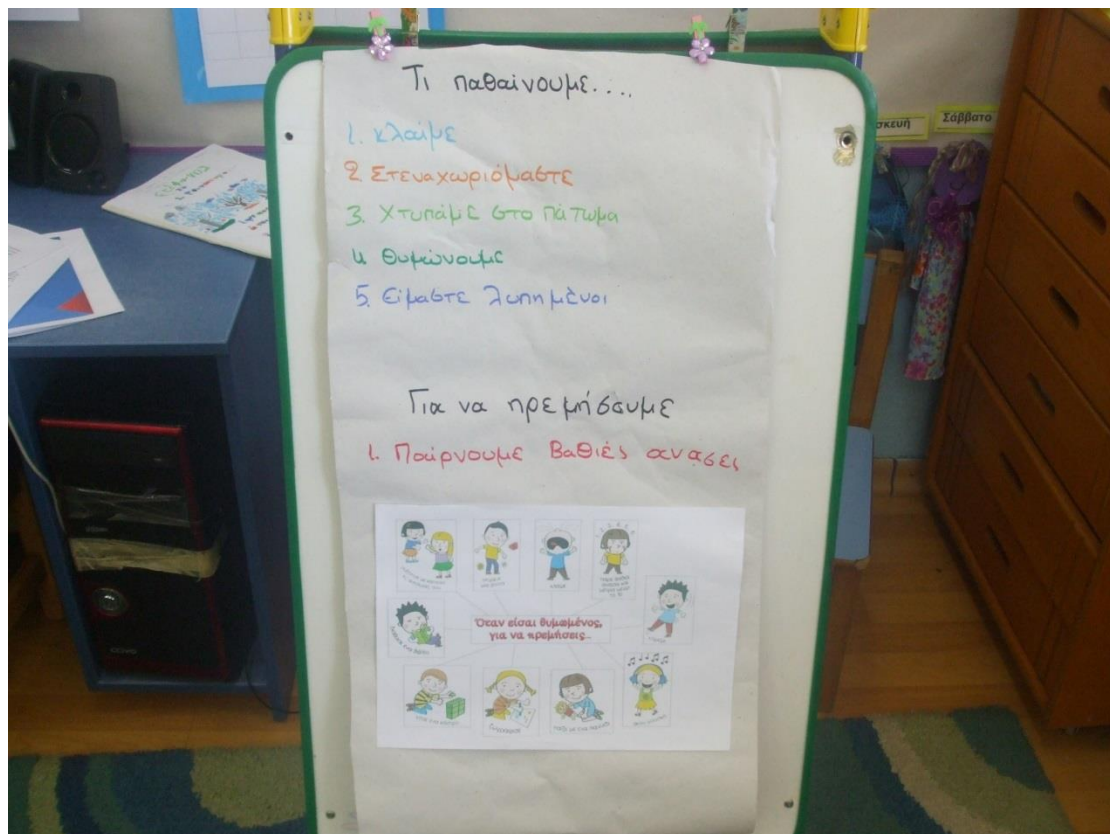
Στη συνέχεια είπαν τι κάνουν οι άνθρωποι όταν θυμώνουν και πως πληγώνουν τον εαυτό τους ή και τους άλλους.



Είπαν τι παθαίνουν τα ίδια όταν θυμώνουν.



Συζητήσαμε για τους τρόπους που μπορούμε να ηρεμήσουμε τον εαυτό μας πριν εκφράσουμε τον θυμό μας



Τέλος τα παιδιά κατασκεύασαν το ατομικό τους φανάρι του θυμού: κόκκινο: είμαι θυμωμένος, πορτοκαλί: επιλέγω τρόπο

που με ηρεμεί και πράσινο :έχω ηρεμήσει.



ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ – ΓΛΩΣΣΑ –ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ
ΕΚΦΡΑΣΗ

6ο Εργαστήρι: «Το ονειροσέντονο»

(Ο δρόμος του φόβου)

Τα παιδιά μεταμφιέστηκαν σε τρομακτικά πλάσματα και έκαναν το δρόμο του φόβου. Παρατάχθηκαν σε δύο παράλληλες σειρές και ένα – ένα παιδί περνούσε με όποιον τρόπο ήθελε . Τα άλλα παιδιά προσπαθούσαν να το τρομάξουν αλλά δεν έπρεπε να το αγγίσουν.





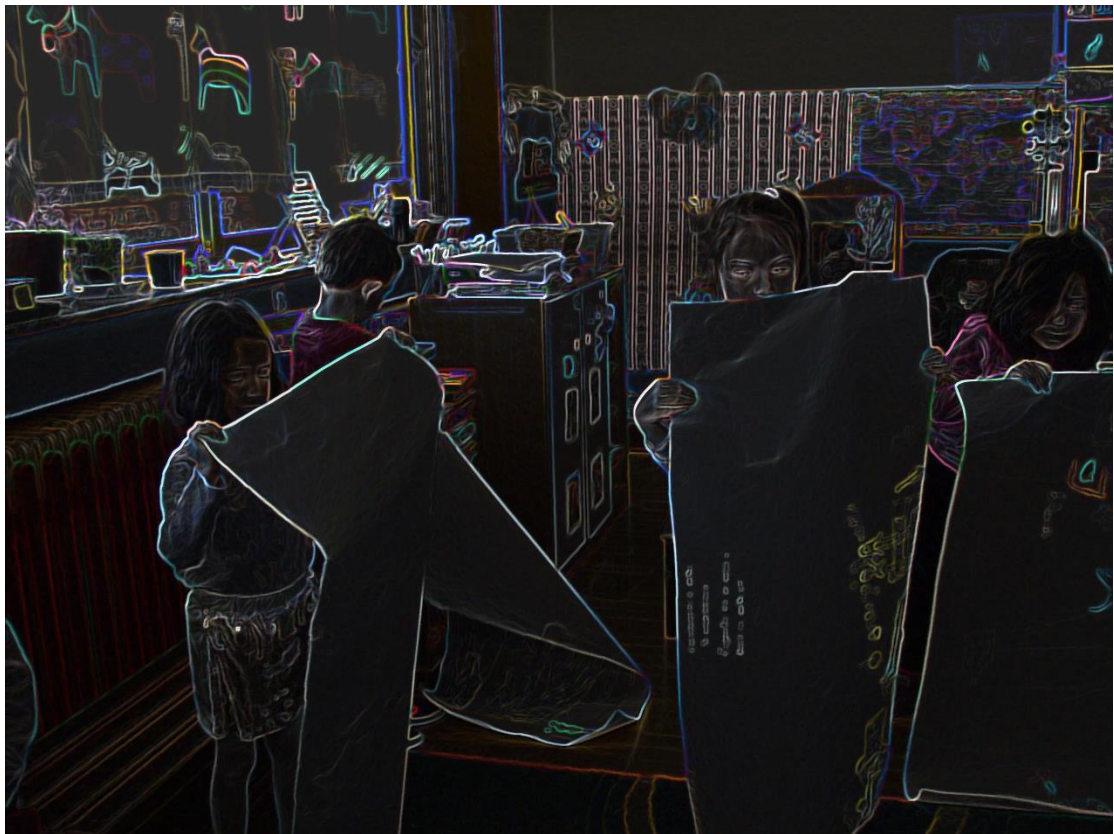
Διαβάσαμε το παραμύθι : Το ονειροσέντονο

Έγινε συζήτηση για τον φόβο και πως μπορούμε να τον διαχειριστούμε ώστε να προστατέψουμε τον εαυτό μας από τις υπερβολικές αντιδράσεις μας απέναντι σ αυτόν.

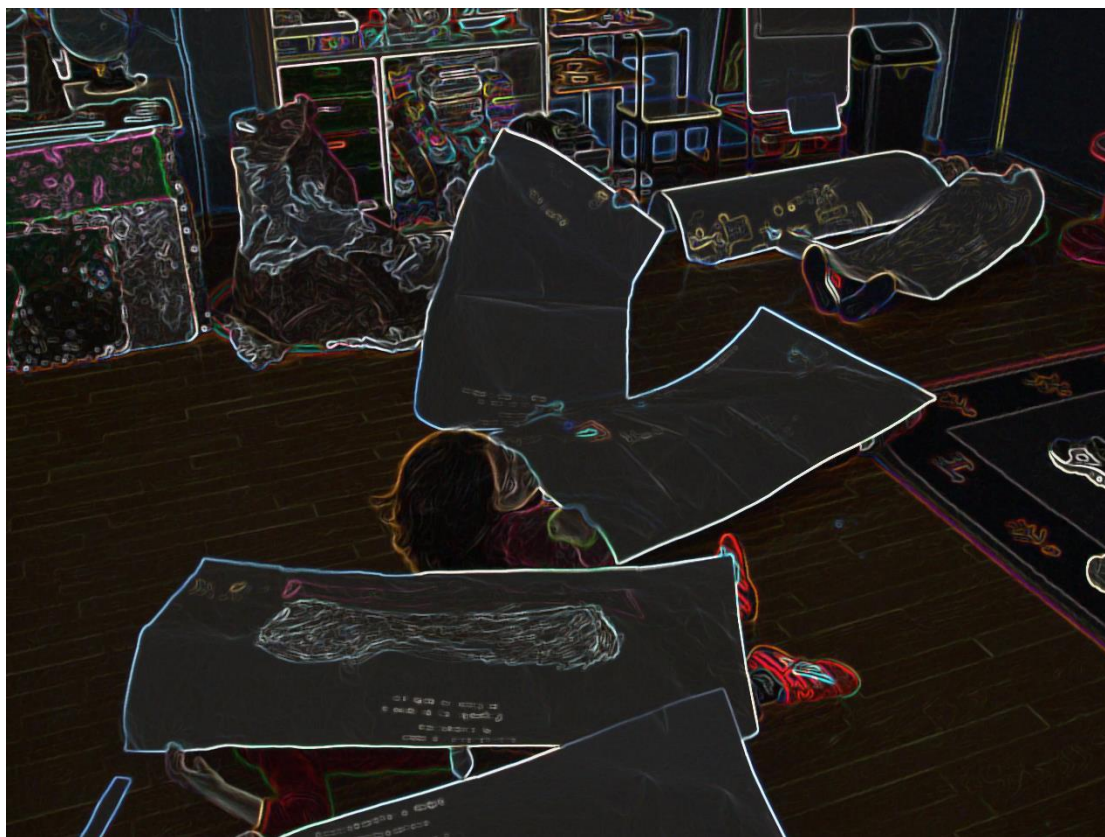
Τα παιδιά κατασκεύασαν το δικό τους ονειροσέντονο ζωγραφίζοντας πράγματα που τα βοηθούν να διαχειριστούνε την ένταση του φόβου τους....



Παρουσίασαν το ονειροσέντονο.....



και στη συνέχεια σκεπάστηκαν με αυτό έχοντας στη σκέψη τους, τα προστατευτικά στοιχεία που είχαν ζωγραφίσει πάνω του .



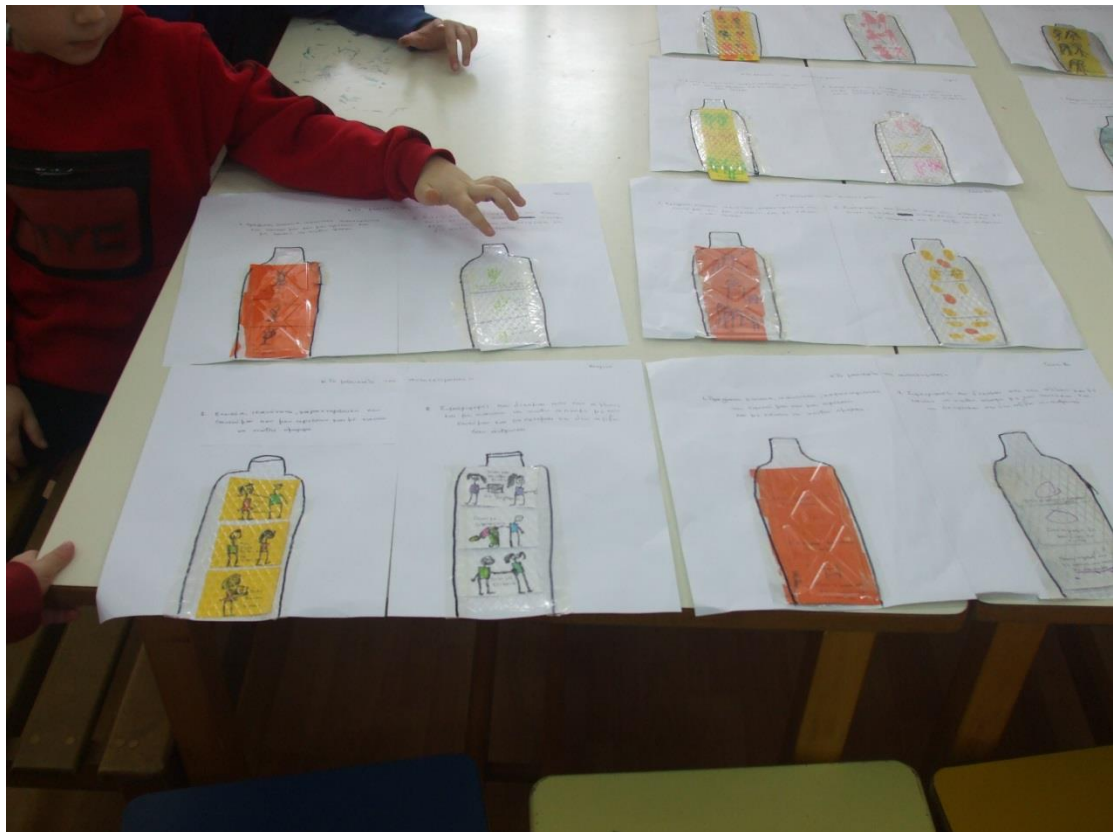
ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ – ΓΛΩΣΣΑ –ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ
ΕΚΦΡΑΣΗ – ΤΠΕ

7^ο Εργαστήριο: «Το μπουκάλι της αυτοεκτίμησης»

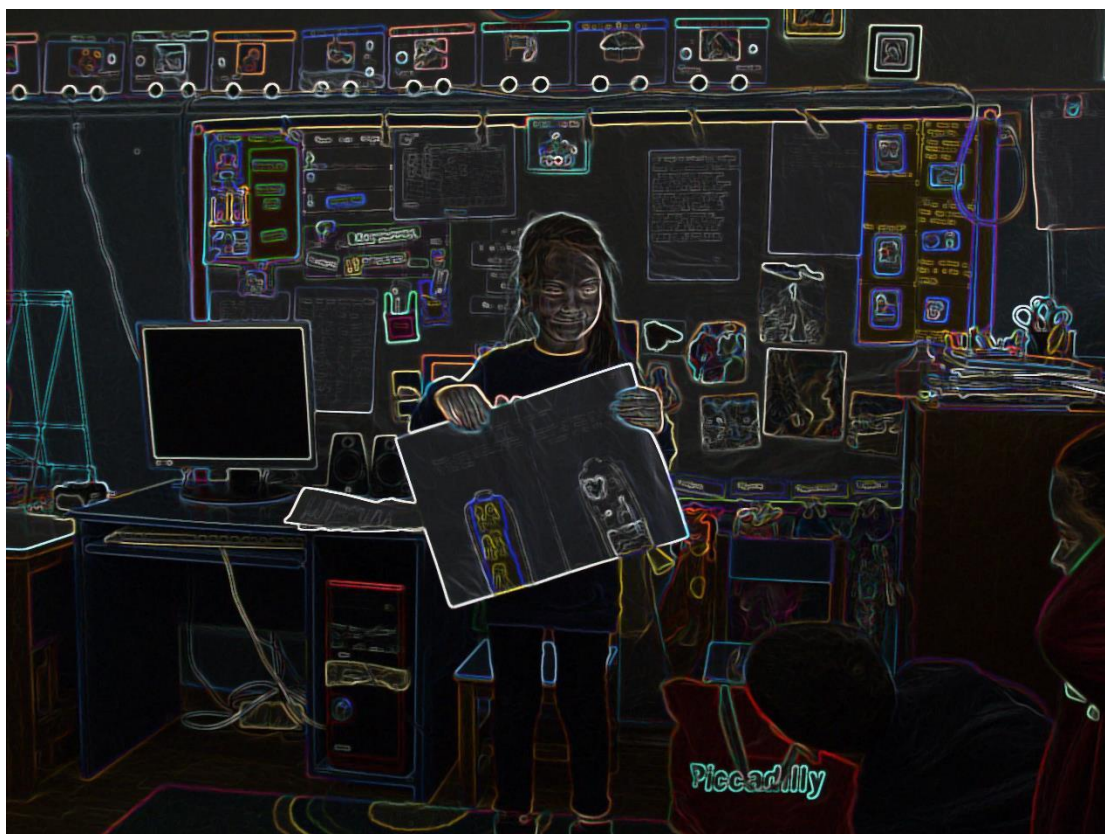
(Αδειάζοντας το μπουκάλι της αυτοεκτίμησης)

Μιλήσαμε για την αυτοεκτίμηση. Φανταστήκαμε ότι όλοι είμαστε σαν ένα μπουκάλι. Όταν το μπουκάλι είναι γεμάτο αισθανόμαστε καλά με τον εαυτό μας . Όταν αδειάζει δεν νιώθουμε καλά , έχουμε χαμηλή αυτοεκτίμηση. Είπαμε ποια πράγματα είναι αυτά που μας κάνουν να νιώθουμε άσχημα και αδειάζουν το μπουκάλι.

Τα παιδιά ζωγράφισαν σε μια κατασκευή με δύο μπουκάλια που τους δόθηκε , στο ένα μπουκάλι πράγματα που τους κάνουν να νιώθουν όμορφα και στο άλλο πράγματα που τους κάνουν να νιώθουν άσχημα και ότι δεν αξίζουν ως άνθρωποι.



Παρουσίασαν στην ομάδα αυτά που ζωγράφισαν

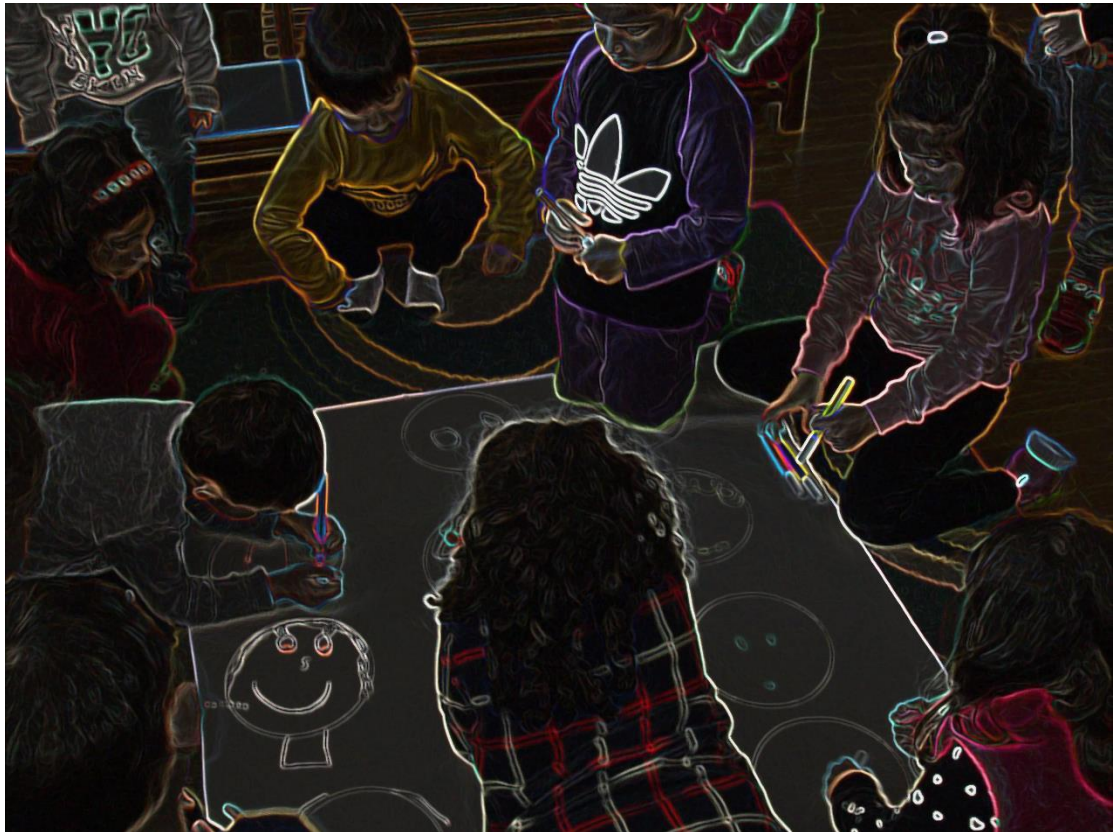


Και στη συνέχεια έγινε συζήτηση πάνω σε αυτά.

ΠΡΟΕΚΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

Κάθε παιδί ζωγράφισε σε χαρτί του μέτρου τον εαυτό του και τα υπόλοιπα παιδιά έλεγαν θετικά πράγματα γι αυτό και τα

γράψαμε δίπλα στη ζωγραφιά του.



ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ – ΓΛΩΣΣΑ –ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ
ΕΚΦΡΑΣΗ

8ο Εργαστήρι : Λέω όχι

(Ευχάριστα – δυσάρεστα αγγίγματα)

Μιλήσαμε για τα δυσάρεστα και τα ευχάριστα αγγίγματα.
Είπαμε ποια είναι αυτά.

δυσάρεστα | αγγίγματα

Όταν μας τσίμπανε

" " κλωτράνε

" χτυπάνε

" " διαγκώνουν

11. 6ηρωχvουv

" " ΤΡΑΒΑΙΝΕ ΤΑ ΜΑΛΛΙΑ

" " ηνιχουν

)))) παίρνουν το παλαιο.

ΠΕΤΑΙΝΕ

Όταν πεταίνε διάφορα πράγματα



Ευχαρίστητα αγγιγματα

Όταν μας κάνουν αγχαλία

Όταν μας φιλάει

11 μα χαιδεύου

" μας φροντίζουν



Δραματοποιήσαμε τρεις σκηνές και μετά συζητήσαμε γι αυτές
Είπαμε τι νιώθουμε όταν λέμε όχι σε αγγίγματα ενοχλητικά
και τι κερδίζουμε από αυτό.





Ετοιμάσαμε ένα τραγουδάκι με τα ναι και τα όχι σύμφωνα με το τραγούδι του Κηλαηδόνη

ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ – ΓΛΩΣΣΑ –ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΕΚΦΡΑΣΗ

9ο Εργαστήρι : « Χέρι βοήθειας»

(Ζητώντας και δίνοντας βοήθεια)

Διαβάσαμε την ιστορία: Μουντζουρωμένη ζωγραφιά -
Σπασμένα γυαλιά.

Τα παιδιά ζωγράφισαν την παλάμη τους σε διπλωμένο χαρτί

Χωρίστηκαν σε δύο ομάδες . Η μία ομάδα συμβούλεψε τη
Δανάη που δεχόταν ενδοσχολική βία και ένιωθε μόνη και
αβοήθητη και η άλλη ομάδα τη Λία που ήταν φίλη της και
δεν αντιδρούσε. Έγινε συζήτηση πάνω στις συμβουλές που
έδωσαν τα παιδιά και για το πώς έπρεπε να αντιδράσουν τα
δύο κορίτσια .

ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ – ΓΛΩΣΣΑ –ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΕΚΦΡΑΣΗ

10^ο Εργαστήρι : Η πορεία μου στην Ομάδα

Τα παιδιά με την βοήθεια των φακέλων τους θυμήθηκαν με τι
ασχολήθηκαν στις συναντήσεις τους κάθε Τετάρτη.



Ζωγράφισαν πως βίωσαν τα ίδια το κάθε εργαστήρι και είπαν για τις εντυπώσεις τους γι αυτά.



Αποχαιρέτησαν την ομάδα και πήραν μαζί τους , τους φακέλους τους.

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Τα παιδιά από την αρχή του προγράμματος έδειξαν έντονο ενδιαφέρον και ήθελαν πολύ να συναντιόμαστε κάθε Τετάρτη που ορίσαμε σαν ημέρα της ομάδας . Τους άρεσε τόσο πολύ ,που ζήτησαν να συνεχίσουμε και μετά από την ολοκλήρωση του προγράμματος . Έτσι έγιναν τέσσερις επιπλέον συναντήσεις με θέματα την ζήλια , το θυμό και την αυτοεκτίμηση. Ήθελαν να συνεχίσουμε ακόμη και την τελευταία μέρα που θα έκλειναν τα σχολεία .

Οι συναντήσεις πήγαν πολύ καλά και τα παιδιά ανταποκρίθηκαν πολύ θετικά . Έδειξαν ενθουσιασμό και

κατανόησαν απόλυτα τα μηνύματα που επιδιώκονταν να μεταδοθούν με αυτές τις δραστηριότητες.

Το πρόγραμμα θα παρουσιάζονταν στους γονείς με τη λήξη της σχολικής χρονιάς αλλά δεν πραγματοποιήθηκε λόγω του COVID 19 .

Η γνωστοποίηση του προγράμματος έγινε μέσα από τους φακέλους των παιδιών και τις φωτογραφίες που δόθηκαν στους γονείς.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ



28. Το αγόρι και το
ονειροσέντονο (1).pdf



Οι Αρκούδες Γκριζλυ
(1).pdf