

**1/Θ ΟΛΟΗΜΕΡΟ
ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ
ΚΕΦΑΛΑΡΙΟΥ
ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
ΣΧ. ΕΤΟΣ 2014-15**

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
«ΓΝΩΡΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ»**



Υπεύθυνες προγράμματος:

Κωνσταντίνα Κάτσουδα

Αγγελική Ντέρτη

I. ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΤΟΥ ΘΕΜΑΤΟΣ

Πρόκειται για ένα πρόγραμμα αγωγής υγείας, που πραγματοποιήσαμε στο νηπιαγωγείο μας σε συνεργασία και με την καθοδήγηση του Κέντρου Πρόληψης κατά των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας «Ελπίδα ζωής» του Ν. Αργολίδας

Το εκπαιδευτικό υλικό σχεδιάστηκε από το Κέντρο Πρόληψης και ανταποκρίνεται στην ηλικία και τις ανάγκες των νηπίων καθώς και στη διάθεση των νηπιαγωγών να εφαρμόσουν προγράμματα η ψυχο-κοινωνικής ανάπτυξης των παιδιών, στα πλαίσια πάντα του Αναλυτικού Προγράμματος για το νηπιαγωγείο.

Σκοπός του Νηπιαγωγείου είναι η ανάπτυξη των νηπίων σωματικά, συναισθηματικά, νοητικά και κοινωνικά.

Το Νηπιαγωγείο αποτελεί, μετά την οικογένεια, τον κυριότερο φορέα κοινωνικοποίησης του παιδιού και για το σκοπό αυτό πρέπει να δημιουργούνται από τις νηπιαγωγούς, οι κατάλληλες προϋποθέσεις ώστε τα παιδιά να αναπτύσσονται και να κοινωνικοποιούνται ομαλά και πολύπλευρα.

Στην προσπάθειά μας να συμβάλουμε στην εξασφάλιση των κατάλληλων προϋποθέσεων εκπλήρωσης αυτού του σκοπού, οφείλουμε πρωτίστως να ενδιαφερθούμε για την καλή υγεία των παιδιών, σωματική και ψυχική, την οποία προσπαθήσαμε να ενδυναμώσουμε.

Σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (1947) η Υγεία είναι η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας.

Η υγεία των παιδιών φαίνεται να συνδέεται άμεσα με τους γονείς, την οικογένεια, τους δάσκαλους, τους συμμαθητές και το κοινωνικό περιβάλλον. Το κάθε παιδί, μέσα από αυτές τις αλληλεπιδράσεις γνωρίζει τον εαυτό του, αποκτά αυτοεκτίμηση, μαθαίνει να ζει μαζί με τους άλλους, διαμορφώνει το σύστημα αξιών του.

Το γεγονός ότι στα πρώτα χρόνια της ζωής του παιδιού διαμορφώνεται η προσωπικότητα και δημιουργούνται οι προϋποθέσεις για την μελλοντική του πορεία, μας οδήγησαν στην απόφαση να εφαρμόσουμε στο νηπιαγωγείο μας το συγκεκριμένο πρόγραμμα Αγωγής Υγείας, σχεδιασμένο και υπό τη συνεχή εποπτεία στελέχους πρόληψης του Κέντρου Πρόληψης κατά των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας «Ελπίδα ζωής» του Ν. Αργολίδας.

Η Αγωγή Υγείας καλλιεργεί υγιείς, θετικές στάσεις και συμπεριφορές. Από τα θεμελιώδη θέματα της Αγωγής Υγείας είναι η ενίσχυση της αυτενέργειας των παιδιών, η φροντίδα του εαυτού τους, η καλλιέργεια των διαπροσωπικών σχέσεων της ομάδας, η επικοινωνία, η συνεργασία, η ανάπτυξη της κριτικής σκέψης, η λήψη αποφάσεων, η ανάπτυξη δεξιοτήτων αυτοπροστασίας. Είναι θέματα που δουλεύονται καθ' όλη τη διάρκεια των προγραμμάτων, πέρα από το συγκεκριμένο κάθε φορά θέμα.

Μέσα από ενεργητικές μεθόδους διδασκαλίας, παιχνίδια ρόλων, δουλειά σε μικρές ομάδες, μελέτες ιστοριών τα παιδιά επεξεργάζονται θέματα υγείας, εκφράζουν και διερευνούν τις απόψεις και τα συναισθήματά τους και παράλληλα δουλεύουν σε ένα επίπεδο σχέσεων με τους συμμαθητές τους.

Καθ' όλη τη διάρκεια εφαρμογής του προγράμματος υπήρχε συστηματική εποπτεία από στέλεχος πρόληψης του Κέντρου Πρόληψης κατά των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας «Ελπίδα ζωής» του Ν. Αργολίδας,

Η διάρκεια του προγράμματος ήταν από τον Οκτώβριο 2014 έως τον Μάιο 2015. Μια μέρα κάθε εβδομάδα και συγκεκριμένα κάθε Πέμπτη γινόταν η συνάντηση της ομάδας.

II. ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Σκοπός του προγράμματος είναι η ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των παιδιών, η εκπαίδευσή τους σε τρόπους αναγνώρισης και έκφρασης των συναισθημάτων (λεκτική, εξωλεκτική).

III. ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΣΤΟΧΟΙ

1. Η εκπαίδευση των παιδιών σε προσωπικές και κοινωνικές δεξιότητες
2. Ενίσχυση της κριτικής σκέψης και της αυτοεκτίμησης
3. Εκμάθηση υγιών συνηθειών
4. Αναγνώριση και έκφραση συναισθημάτων
5. Να κατανοήσουν τα παιδιά τον εαυτό τους και να διαχειριστούν καλύτερα τα θέματα της καθημερινότητάς τους,
6. Να εκπαιδευτούν στην αναγνώριση και έκφραση των συναισθημάτων τους και σε προσωπικές και κοινωνικές δεξιότητες, ώστε να αποκτήσουν θετική εμπειρία και υγιείς συνήθειες απέναντι σε έννοιες όπως: συνεργασία, ομαδικότητα και υπευθυνότητα - όρια και κανόνες - αποδοχή και ενσωμάτωση της διαφορετικότητας - ενσυναίσθηση,

IV. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

- Βιωματική προσέγγιση του θέματος
- Ενεργητική μάθηση, όπως αφήγηση παραμυθιών δραματοποίηση, παιχνίδια ρόλων, θεατρικό παιχνίδι, παντομίμα, ελεύθερη ζωγραφική, κατασκευές και κολάζ
- Ομαδο-συνεργατική διδασκαλία (εργασία σε μικρές ομάδες)
- Συστηματική εποπτεία από στέλεχος πρόληψης, του Κέντρου Πρόληψης και Ψυχοκοινωνικής Υγείας



V. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

- Εισαγωγή / Γνωριμία με το υλικό:
 - Στην αρχή μπήκαμε στον «μαγικό κύκλο» και μάθαμε για το πρόγραμμα. Όποιος κάθεται στο «μαγικό κύκλο» αποκτά μαγικές ιδιότητες.
 - Τι θα κάνουμε όταν συγκεντρωνόμαστε όλοι εδώ; Θα συζητάμε, θα ακούει ο ένας τον άλλο, θα ζωγραφίζουμε, θα παίζουμε, θα λέμε παραμύθια κλπ.
 - Τα παιδιά παρουσιάζουν τον εαυτό τους, το κάθε παιδί κατασκευάζει τη δική του ταυτότητα και τις κολλούν σε ένα χαρτόνι
 - Κάνουμε τα βαφτίσια της ομάδας μας και την ονομάζουμε «τα έξυπνα λιοντάρια» μετά από συνδυασμό ονομάτων που επέλεξαν και πρότειναν τα ίδια τα παιδιά .



- Ομαδικότητα:
 - Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «Ένας για όλους και όλοι για έναν».
 - Δραματοποίηση του παραμυθιού
 - Ομαδικό παιχνίδι με τα μπαλόνια



• Όρια και κανονες:

- Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «οι νάνοι μιας τακτικής-δημοκρατικής οικογένειας».
- Συζητήσαμε και καταγράψαμε τους κανόνες της ομάδας πάνω σε μικρούς χάρτινους νάνους, που κατασκεύασαν τα παιδιά, έναν το καθένα και τους κολλήσαμε σε ένα ταμπλό
- Στη συνέχεια κάθε φορά που κάποιο μέλος της ομάδας δεν τηρεί κάποιον κανόνα μπαίνει ένα σημάδι δίπλα στον νάνο του και όταν διορθώνει την συμπεριφορά του βγαίνει αυτό το σημάδι.



• Αποκλεισμός από την ομάδα:

- Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «Με αυτή τη μπάλα παίζουμε όλοι»
- Δραματοποίηση του παραμυθιού
- Χρωματίζουμε το παραμύθι και το τοποθετούμε στη δανειστική βιβλιοθήκη της τάξης



• Συναισθήματα (Α μέρος):

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»: τι είναι συναίσθημα, είδη συναισθημάτων, εναλλαγή συναισθημάτων
- «Η Πεταλούδα των Συναισθημάτων», ζωγραφίζω τη μισή χαρούμενη και την άλλη μισή λυπημένη, παρουσίαση της πεταλούδας
- «Ο Χάρτης Των Συναισθημάτων», παιχνίδι παντομίμας όπου τα παιδιά προσπαθούν να εκφράσουν χωρίς λόγια κάποιο συναίσθημα και οι υπόλοιποι να το βρουν



• Συναισθήματα (Β μέρος):

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Παιχνίδι ρόλων
- Κατασκευή: «Η Μάσκα των Συναισθημάτων», παρουσίαση της μάσκας στην ομάδα



• Διαφορετικότητα

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο» ομοιότητες που έχουμε και διαφορές που έχουμε και μας κάνουν ξεχωριστούς και μοναδικούς
- Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «οι επτά χρωματιστοί ιππότες» - παραμύθι για τη διαφορετικότητα
- χωρισμός σε ομάδες και ομαδικές κατασκευές ουράνιων τόξων.



• Ποια είναι τα συναισθήματα

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Παιχνίδια ρόλων – συζήτηση, επεξεργασία
- Φύλλο εργασίας: αντιστοίχιση
- Δίνει το κάθε παιδί σχήμα σε ένα συναισθημα που νιώθει εκείνη τη στιγμή (πχ μπαλόνι, καρδιά κλπ)



**1/Θ ΟΛΟΗΜΕΡΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΚΕΦΑΛΑΡΙΟΥ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ -- ΣΧ. ΕΤΟΣ 2014-2015
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ: «ΓΝΩΡΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ»**

- Αγάπη
 - Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
 - Φύλλο εργασίας: κάθε παιδί αποτυπώνει με ζωγραφική την αγάπη όπως μπορεί και όπως θέλει. Παρουσίαση στον «μαγικό κύκλο»
 - Φύλλο εργασίας: κάθε παιδί ζωγραφίζει τα πρόσωπα ή τα πράγματα που αγαπάει.
- Χριστούγεννα
 - Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «Φον-Κουραμπιές εναντίον Κόμη-Μελομακαρόνη»
 - Δραματοποίηση του παραμυθιού
 - Δημιουργία Χριστουγεννιάτικων αφισών με τίτλο «ο πιο γλυκός πόλεμος»



- Θυμός

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Παιχνίδια ρόλων – συζήτηση, επεξεργασία
- Τα παιδιά φουσκώνουν μπαλόνια και ζωγραφίζουν πάνω τους το θυμό, στη συνέχεια τα ξεφουσκώνουν και ταυτόχρονα ξεφουσκώνει και ο θυμός



- Φόβος

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Δίνουμε στα παιδιά υποθετικές καταστάσεις και τα ρωτάμε πως θα αντιδρούσαν και θα τις διαχειρίζονταν
- Φύλλο εργασίας: τα παιδιά ζωγραφίζουν τι τα κάνει να φοβούνται και εξηγούν γιατί

- Λύπη

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Φτιάχνουμε μια λίστα με αυτά που μας προκαλούν λύπη
- Φύλλο εργασίας: «το λυπόμετρο»
- Δημιουργία λυπημένης μάσκας - παρουσίαση



• Ζήλεια

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Παρουσίαση και επεξεργασία εικόνων σχετικών με το θέμα – συζήτηση
- Ζωγραφική : το κάθε παιδί ζωγραφίζει κάτι που το έκανε να ζηλέψει πρόσφατα



• Απογοήτευση

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Παρουσίαση και επεξεργασία εικόνων σχετικών με το θέμα – συζήτηση
- Δίνουμε στα παιδιά υποθετικές καταστάσεις και τα ρωτάμε πως θα αντιδρούσαν και θα τις διαχειρίζονταν
- Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «το λουλουδένιο φυτό και το δεντράκι» - Δίνουμε δικό μας τέλος στην ιστορία

• Ντροπή

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «το ντροπαλό αηδόνι»
- Παντομίμα

• Μοναξιά

- Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
- Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «Ένα κουτάβι νιώθει μοναξιά»
- Φύλλο εργασίας: ζωγραφίζω τον εαυτό μου όταν νιώθω μοναξιά
- Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «ο μικρός κάστορας και η ηχώ»
- Συζήτηση – σύγκριση του θέματος των δυο παραμυθιών



- Φιλία
 - Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
 - Αφήγηση και επεξεργασία του παραμυθιού «πόσο μ' αρέσει να κάνω φίλους», ήρωας του παραμυθιού είναι ο σκίουρος Κοκκινοτρίχης
 - Δραματοποίηση του παραμυθιού
 - Δημιουργούμε τη ακροστιχίδα του ΚΟΚΚΙΝΟΤΡΙΧΗ
 - Κατασκευάζουμε τον Κοκκινοτρίχη
 - Βοηθάμε τον Κοκκινοτρίχη να φτιάξει πρόσκληση για το πάρτι του
 - Κατασκευάζουμε την αλυσίδα της φιλίας – κάθε παιδί από έναν κρίκο
- Κλείσιμο του προγράμματος – Αξιολόγηση
 - Συζήτηση στον «μαγικό κύκλο»
 - Συμπλήρωση του φύλλου αξιολόγησης
- Επίσκεψη στην σχολική τάξη στελέχους του Κέντρου Πρόληψης κατά των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας «Ελπίδα ζωής» του Ν. Αργολίδας
- Κάθε εβδομάδα επιλέγαμε ένα παιδί με κλήρωση, το οποίο ήταν «το δημοφιλές παιδί της εβδομάδας», σχεδιάζαμε το περίγραμμά του σε χαρτί του μέτρου και τα παιδιά της τάξης όλη την εβδομάδα στις ελεύθερες δραστηριότητες, είχαν την ευκαιρία να του ζωγραφίζουν κάτι ή να του γράφουν ένα μήνυμα. Στόχος η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης



VI. ΔΗΜΟΣΙΟΠΟΙΗΣΗ – ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Έγινε παρουσίαση του προγράμματος στους γονείς όπου εκθέσαμε και τις κατασκευές των παιδιών.



VII. ΒΑΣΙΚΑ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Τα παιδιά εκπαιδεύτηκαν σε προσωπικές και κοινωνικές δεξιότητες. Έγινε προσπάθεια μέσα από τις προγραμματισμένες δραστηριότητες, τα παιδιά να μάθουν να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους, να ενισχυθεί η κριτική τους σκέψη και η αυτοεκτίμησή τους. Επίσης προσπαθήσαμε να αποκτήσουν τα παιδιά θετικές στάσεις και υγιείς συνήθειες.

Το πρόγραμμα προχώρησε και ολοκληρώθηκε με επιτυχία. Μπορούμε να ισχυριστούμε πως επιτεύχθηκαν οι αρχικοί μας στόχοι.

Τα παιδιά συμμετείχαν όλα και καθ' όλη την διάρκεια του προγράμματος επιδεικνύοντας ενθουσιασμό. Σε κάθε συνάντησή μας αναδιηγούνται και δραματοποιούν τις περιπέτειες των ηρώων των παραμυθιών, συζητούν, προβληματίζονται, αποφασίζουν, δημιουργούν, διασκεδάζουν.

Η εφαρμογή του προγράμματος τα βοήθησε να προσεγγίσουν θέματα που έχουν να κάνουν τόσο με την καθημερινότητά τους, όσο και με ζητήματα που προκύπτουν από τις ίδιες τις διεργασίες της ομάδας τους. Επεξεργάζονται τα βιώματά τους, αναστοχάζονται πάνω στο σύνολο της εμπειρίας τους και εξελίσσονται μέσα από αυτό, σε ψυχοκοινωνικά υγιείς και ευτυχισμένους ανθρώπους.



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Εκπαιδευτικό υλικό σχεδιασμένο από το Κέντρο Πρόληψης κατά των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας «Ελπίδα ζωής» του Ν. Αργολίδας,
- «Ένας για όλους και όλοι για έναν», Brigitte Weninger, Eve Tharlet, εκδ.: Πατακη
- «Μ' αυτή τη μπάλα παίζουμε όλοι», Brigitte Weninger, Eve Tharlet, εκδ.: Πατακη
- «Οι νάνοι μιας τακτικής (δημοκρατικής) οικογένειας», παιδαγωγικές ιστορίες και παραμυθία
- «Φον-Κουραμπιές εναντίον Κόμη-Μελομακαρόνη», Κυριάκος Χαρίτος, εκδ.: Μεταίχμιο
- «Το λουλουδένιο φυτό και το δεντράκι», Δεληκανάκη, Ν. (2005), Συναισθηματική Αγωγή. Κατανόηση και βιωματική προσέγγιση των συναισθημάτων. Αθήνα, Ταξιδευτής
- «Οι επτά χρωματιστοί ιππότες», <https://pappanna.wordpress.com/2013/03/15/>
- «Το ντροπαλό αηδόνι», από το βιβλίο: Και ζήσαμε εμείς καλύτερα, Νένα Γεωργιάδου Εκδότης: ΟΞΥΓΟΝΟ, Δεκέμβριος 2008
- «Ένα κουτάβι νιώθει μοναξιά», Τριβιζάς Ευγένιος (2012), Εκδότης: ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ
- «Ο μικρός κάστορας και η ηχώ», McDonald Amy, Εκδότης: Ρώσση – Ζαΐρη, Ρένα, Αθήνα 1990
- «Πόσο μ' αρέσει να κάνω φίλους», Χανς Βίλχεμ, Εκδότης: Σύγχρονοι Ορίζοντες, 2002