



Εργαστήρια Δεξιοτήτων

Θεματικός Κύκλος « Ζω καλύτερα-Ευ ζην»

Τίτλος : Α) Το ανθρώπινο σώμα και η ανάπτυξή του.

Β) Διαφυλικές σχέσεις.

Συμβόλαιο

- **Ακούω** προσεκτικά τους άλλους όταν μιλούν.
- **Σέβομαι** τις απόψεις των συμμαθητών μου.
- **Βοηθώ** τους συμμαθητές μου.
- **Ζητώ** το λόγο για να μιλήσω.
- **Είμαι συνεργάσιμος /η** κατά τη διεξαγωγή του μαθήματος.





Το ταξίδι μου στη
γνώση.

Δεξιότητες ζωής

Δημιουργικότητα

Κριτική σκέψη

επικοινωνία

συνεργασία

αποδοχή

αξίες

σεβασμός

ισότητα

διαπραγμάτευση

σωστή
πληροφόρηση

Ενσυναίσθηση

**Μεγαλώνω και
αλλάζω.
Τι μου συμβαίνει;**



<https://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-image-five-girls-jumping-image1586886>

**Για μικρές και
μεγαλύτερες
έφηβες!**

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΙ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ**

**Μεγαλώνω και
αλλάζω!
Τι μου συμβαίνει;**

**Για μικρούς και
μεγαλύτερους
έφηβους!**

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΙ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗ ΥΓΕΙΑ**



http://101-free-drawings.com/free-vector/drawings/illustration-cartoon-people-design-vector_332616.html

Μιλήσαμε για...

- Ποιες αλλαγές συμβαίνουν στα κορίτσια και στα αγόρια.
- Την ήβη και την εφηβεία.
- Τη φροντίδα του εαυτού μας.



Ιδρώτας

Οι μασχάλες ιδρώνουν περισσότερο και μυρίζουν.

Τι κάνω;;;

Να διαλέξεις ένα αποσμητικό που:

- Δεν ερεθίζει το δέρμα σου
- Δεν σου προκαλεί βήχα
- Δεν περιέχει αλουμίνιο ή parabens
- Δεν περιέχει προωθητικά αέρια
- Μπορεί να το βάλεις εύκολα χωρίς να αγγίξεις ή να τρίψεις το δέρμα σου
- Δεν αφήνει κηλίδες ή άσπρα σημάδια στο δέρμα
- Στεγνώνει εύκολα, δεν είναι κολλώδες, δεν είναι λιπαρό.

- συχνό μπάνιο,
- αλλαγή ιδρωμένων ρούχων
- αποσμητικό

Φιλία

Τι είναι φίλος/η;

Απαντήσεις παιδιών Στ' Δημοτικού.

Κάποιος/α :

- που σ' αγαπάει
- που σε νοιάζεται
- που εμπιστεύεται
- που σε στηρίζει
- που σας αρέσουν τα ίδια πράγματα
- που του δίνεις/σου δίνει συμβουλές
- που σε ακούει
- που εκτιμά τη βοήθεια σου
- που γελάτε μαζί
- που σου λέει την αλήθεια
- που πιστεύει σε σένα
- που δεν ζηλεύει
- που σε κάνει να νιώθεις καλά με τον εαυτό σου
- που κρατάει μυστικά



- που η παρέα μαζί του σε κάνει καλύτερο άνθρωπο

Ερωτηματολόγιο

- Ποιοι είναι οι δικοί σου φίλοι;
- Γιατί τους διάλεξες;
- Τι σου αρέσει να κάνεις μαζί με τους φίλους σου;
- Λες πάντα αυτό που σκέφτεσαι στους φίλους σου;
- Τι σημαίνει φιλία για σένα;
- Γιατί είναι σημαντικό να μιλάμε για αυτό που νιώθουμε;



Η παρέα μου και οι φίλοι μου
(φιλία-είμαι μοναδικός
συνεργάζομαι).

Συζήτηση με την ολομέλεια.



Φιλία

Ο ήλιος της φιλίας.



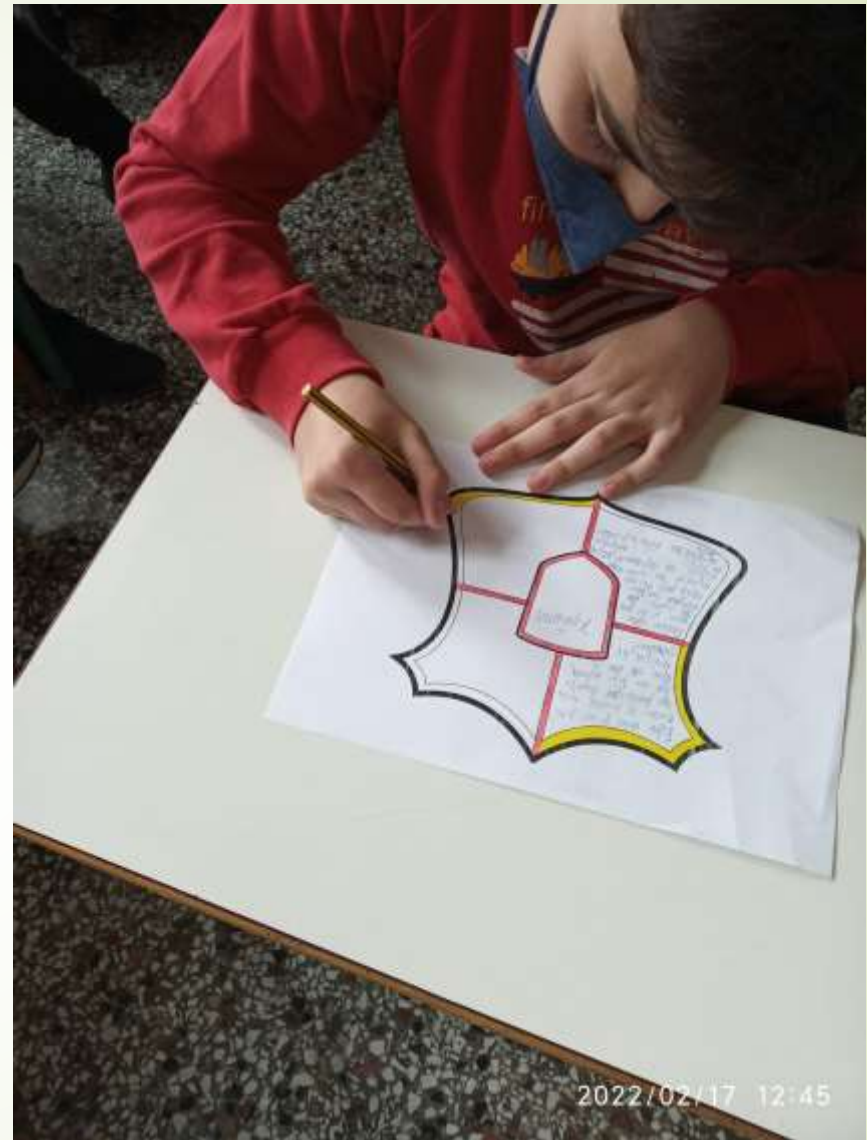
Τι ζητάω από μια σχέση.

Τι δίνω σε μια σχέση.



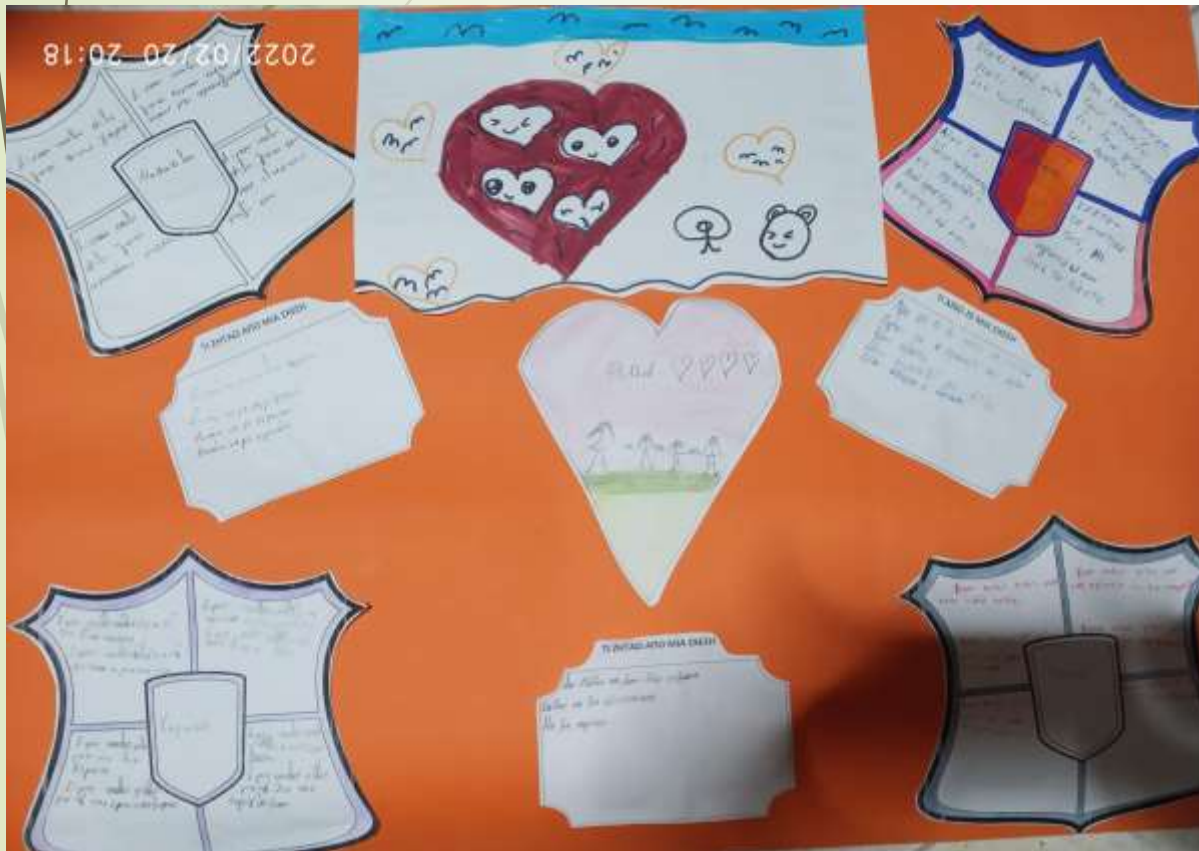
Η ασπίδα της φιλίας.

Γιατί είμαι καλός φίλος.



Η φιλία μέσα σε μια ζωγραφιά.

Είμαι μοναδικός συνεργάζομαι



Αυτοπροστασία – Αυτοσεβασμός Θεατρικό παιχνίδι



- Κων/να: Προχθές έγινε κάτι που με στενοχώρησε πάρα πολύ. Είδα κάποιον να κυνηγάει ένα όμορφο άσπρο γατάκι κρατώντας ένα ξύλο. Το γατάκι φοβισμένο ήρθε και κρύφτηκε μέσα στον κήπο μας και νιαούριζε συνέχεια. Φώναξα τη μαμά μου να με βοηθήσει. Στην αρχή φοβόταν να μας πλησιάσει, ήταν αγριεμένο, αλλά σιγά σιγά ήρθε κοντά μας και το φροντίσαμε.



- Γιάννης: Θυμώνω όταν βλέπω να κυνηγούν ζώακια.



- Δημήτρης: Έχει τύχει κι εγώ να δω κάποιες φορές να γίνεται αυτό.
- Κων/να: Με τη μαμά μου μιλήσαμε αρκετά για αυτό το γεγονός. Αυτό που μου έμεινε από όλη τη συζήτηση είναι ότι το ίδιο μπορεί να συμβεί και με τους ανθρώπους.





- Νίκος: Δηλαδή τι εννοείς;
- Κων/να: Μου είπε ότι υπάρχουν κάποιοι άνθρωποι που μπορεί να βλάψουν άλλους ανθρώπους και να τους προκαλέσουν πόνο.
- Ελένη: Έχω μιλήσει κι εγώ με τους γονείς μου για αυτό.
- Στέλλα: Είναι πολύ σοβαρό θέμα.
- Χρήστος: Γι' αυτό χρειάζεται να φροντίζουμε και να προστατεύουμε τον εαυτό μας.
- Ανδριάννα: Και πώς μπορούμε;
- Ραφαέλα; Με το να λέμε « όχι » σε συμπεριφορές που δε μας αρέσουν.
- Οδυσσέας: Κανείς δεν έχει δικαίωμα να βλάπτει τον άλλον.
- Μάριος: Καλή η συζήτηση . Δεν πάμε όμως να παίξουμε;
- Κυριάκος; Την εργασία την τελειώσαμε;
- Μαριμπέλα: Φυσικά αφού συνεργαστήκαμε!
- Τζέση: Ώρα για παιχνίδι.

