



# «ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ, ΑΙΣΘΑΝΕΣΑΙ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΣΤΕ»

Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας  
Νηπιαγωγείο Τυροσαπουνακαϊκων  
Σχολικό έτος 2015-2016

Εκπαιδευτικοί: Ευαγγελία Λυσικάτου  
Καλλιόπη Ραμαντάνη

- Αρχικά φέραμε σε επαφή τα παιδιά με κάποια από τα βασικά συναισθήματα, ώστε να είναι σε θέση τόσο να τα αναγνωρίζουν όσο και να τα εκφράζουν.



- Δημιουργήσαμε έναν κήπο συναισθημάτων χρησιμοποιώντας διάφορες τεχνικές, όπως κολάζ και κατασκευή με πλαστελίνη.



- Συζητήσαμε για το κάθε συναίσθημα ξεχωριστά και σκεφτήκαμε πώς συμπεριφέρονται και αντιδρούν οι άνθρωποι στο καθένα. Το αποτέλεσμα αυτής της συζήτησης ήταν η αναπαράσταση των πολιτειών με τα συναισθήματα, όπου σε κάθε μία υπήρχε ένα και μοναδικό συναίσθημα. Δημιουργήσαμε την πολιτεία της χαράς, της λύπης, του θυμού και του φόβου.







- Έπειτα, συζητήσαμε για το διαχωρισμό των συναισθημάτων. Ποια συναισθήματα μας κάνουν να νιώθουμε όμορφα και ποια όχι. Τα παιδιά έφεραν από το σπίτι διάφορες εικόνες τις οποίες ομαδοποιήσαμε με βάση το συναίσθημα που μας προκαλούν.



- Συναποφασίσαμε να εστιάσουμε στα θετικά συναισθήματα (κυρίως αγάπη και φιλία), τα οποία έγιναν η βάση για την υλοποίηση μουσικοκινητικών και θεατρικών δραστηριοτήτων αλλά και δραστηριοτήτων μέσω του Η/Υ.







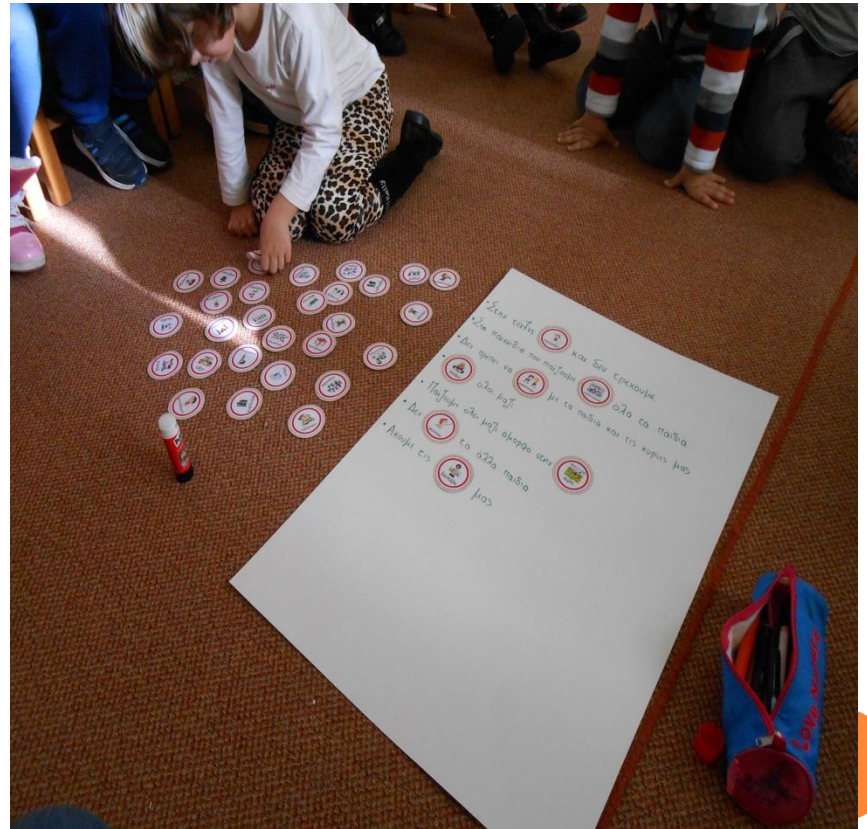


- Παράλληλα, τα θετικά συναισθήματα αποτέλεσαν και τις ευχές μας για το νέο έτος, τις οποίες και αποτυπώσαμε στην κατασκευή ημερολογίων.



- Ένα πολύ μεγάλο μέρος του προγράμματος, εστίασε στις μεταξύ μας σχέσεις καθώς και στον τρόπο που μπορούμε να εκφράζουμε το θυμό μας αλλά και να επιλύουμε τις συγκρούσεις μας. Έτσι, συναποφασίσαμε τους κανόνες της τάξης ώστε να μπορούμε να είμαστε αγαπημένοι και να συμβιώνουμε αρμονικά στο πλαίσιο της τάξης.





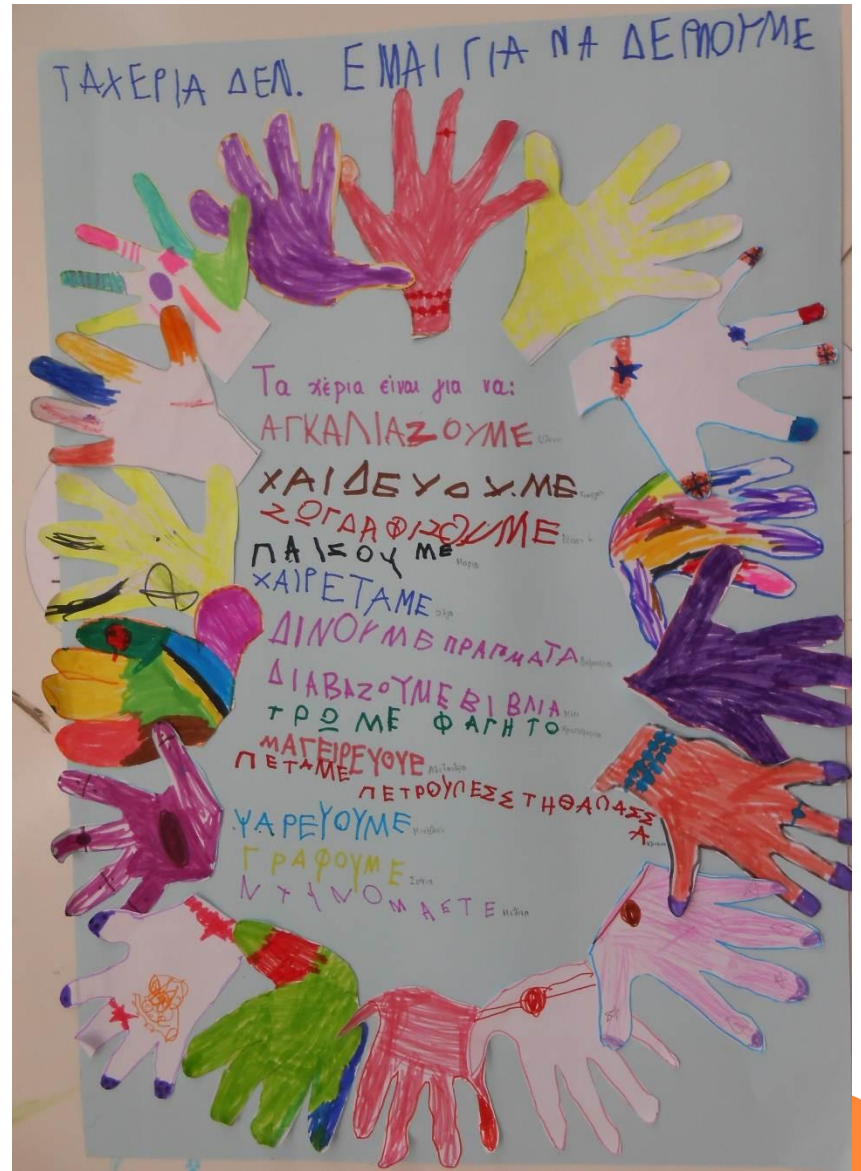


- Μάθαμε τις μαγικές λέξεις που θα διευκολύνουν την επικοινωνία με τους γύρω μας (ευχαριστώ, παρακαλώ, συγγνώμη...)



- Αναφορικά με την επίλυση των συγκρούσεων μάθαμε ότι ο καταλληλότερος τρόπος δεν είναι να χτυπάμε αλλά να συζητάμε. Γι αυτό δημιουργήσαμε και αφίσα με τίτλο «Τα χέρια δεν είναι για να δέρνουνε» αφού διαβάσαμε το αντίστοιχο παραμύθι, το οποίο μας συμβούλεψε ότι μπορούμε να εκτονώνουμε το θυμό μας σπρώχνοντας τον τοίχο και όχι τους φίλους μας.

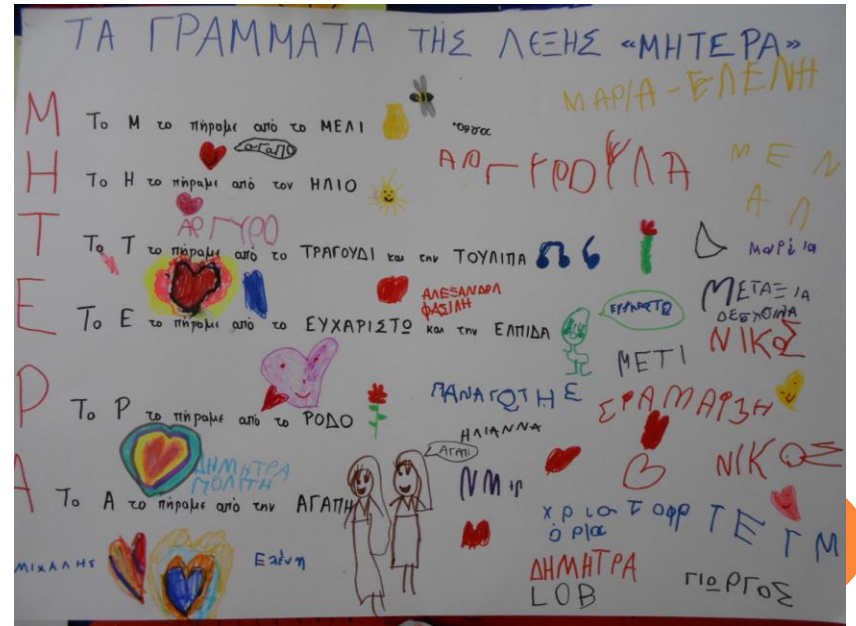
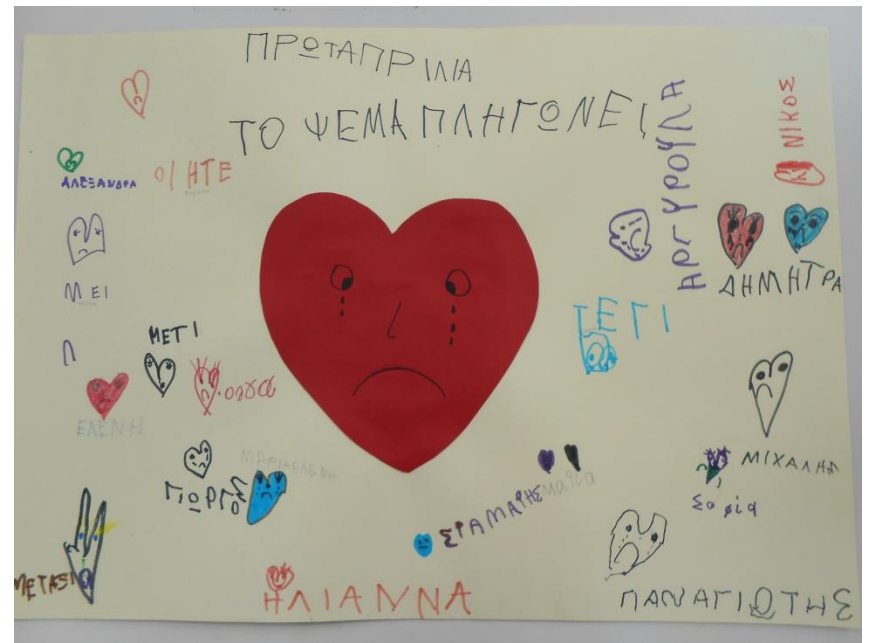






- Επιπλέον, το θέμα των συναισθημάτων συνδέθηκε με διάφορες θεματικές καθ' όλη τη διάρκεια της χρονιάς.





- Τέλος, το πρόγραμμα θα ολοκληρωθεί με την καλοκαιρινή γιορτή του σχολείου, η οποία θα έχει τίτλο «Η γειτονιά της αγάπης και της φιλίας» και θα συμπεριλαμβάνει θεατρικά και μουσικοκινητικά δράματα με άξονα τα συναισθήματα.









