

## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

*Πρόγραμμα Καλλιέργειας Δεξιοτήτων  
Πράξη: «Επιμόρφωση των εκπαιδευτικών στις δεξιότητες  
μέσω εργαστηρίων» (MIS 5092064)*



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



# ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ – ΕΥ ΖΗΝ

1 Ψυχική και Συναισθηματική Υγεία – Γνωρίζω το Σώμα μου

«Οι ήχοι κι εγώ – Η εσωτερική και εξωτερική μου φωνή»



Ηρώ Παπαδοπούλου - Ελένη Γουναροπούλου



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



## Φιλοσοφία – Σκοπιμότητα Προγράμματος

Το Πρόγραμμα Καλλιέργειας Δεξιοτήτων με τίτλο «**Οι ήχοι κι εγώ – Η Εσωτερική και Εξωτερική μου φωνή**» εντάσσεται στο πλαίσιο υλοποίησης των «Εργαστηρίων Δεξιοτήτων» στη θεματική ενότητα **ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ – ΕΥ ΖΗΝ** και τις υποενότητες «Ψυχική και Συναισθηματική Υγεία / Γνωρίζω το σώμα μου».

Τα Εργαστήρια Δεξιοτήτων αποτελούν καινοτόμο διδακτική και εκπαιδευτική πρακτική, με την προσθήκη νέων θεματικών κύκλων στο Ωρολόγιο Πρόγραμμα του Νηπιαγωγείου και αξιοποιούν μεθόδους ομαδοσυνεργατικής και διερευνητικής – ανακαλυπτικής μάθησης.

Ο **βασικός σκοπός** του προγράμματος είναι **Ψυχοκοινωνιογνωστικός**. Μέσα από την από κοινού δημιουργία τα παιδιά να ανακαλύψουν, να αναγνωρίσουν και να «ακούσουν» την εξωτερική και εσωτερική τους φωνή, ως σημαντικό μέρος της ψυχοσύνθεσης και ιδιοσυγκρασία τους. Να εκφράσουν τις φωνές τους και να προσαρμόσουν την έκφραση τους στη βάση της **φιλοκοινωνικής συμπεριφοράς**. Να καλλιεργήσουν υγιείς απόψεις και σαφείς αρχές ζωής, που αποτελούν μια από τις κατηγορίες των προστατευτικών παραγόντων που αναφέρονται στην **ανθεκτικότητα**. Ο όρος αφορά σε μια δυναμική διαδικασία κατά την οποία το άτομο εμφανίζει θετική προσαρμογή ή την ικανότητα να διατηρήσει ή να ανακτήσει την ψυχική του υγεία μέσα σε πλαίσιο προκλήσεων ή αντίξων συνθηκών. Να έρθουν σε επαφή, να καταλάβουν, να φροντίσουν τον εαυτό τους για να μπορέσουν να επικοινωνήσουν και να καταλάβουν τον άλλο.

Η στοχοθεσία του προγράμματος έχει προσδιοριστεί βάσει των λεγόμενων **Δεξιοτήτων του 21<sup>ου</sup> αιώνα (4C's) και των Δεξιοτήτων του Νου**.

### Ως προς τις Δεξιότητες του 21<sup>ου</sup> αιώνα (4C's):

Οι μαθητές/τριες να ερμηνεύουν και να κατανοήσουν πλήρως τον αντίκτυπο των ανθρώπινων εκφράσεων και αντιδράσεων (εν προκειμένω ένταση της φωνής και έκφραση συναισθημάτων ) στις κοινωνικές και διαπροσωπικές σχέσεις, μέσα από πολλαπλές οπτικές και απαλλαγμένα από προκαταλήψεις και προσωπικές πεποιθήσεις (**Κριτική Σκέψη**). Να μετασηματίσουν τα προσωπικά τους βιώματα (**Δημιουργικότητα**). Να συνεργαστούν με τα μέλη της ομάδας τους μέσα από δραστηριότητες που περιέχουν συνέργεια, διαπραγμάτευση, σεβασμό στις απόψεις των άλλων (**Συνεργασία**). Να αξιοποιήσουν κατάλληλα μέσα ώστε να επικοινωνήσουν την οπτική τους για το θέμα με αυθεντικό τρόπο (**Επικοινωνία**)

### Ως προς τις Δεξιότητες του Νου :

**Αφορούν στην ικανότητα του ανθρώπου να σκέφτεται και να σκέφτεται καλά.** Η διδακτική μεθοδολογία που προτείνεται είναι η εφαρμογή **Ρουτινών καλλιέργειας της σκέψης**. Κάθε ρουτίνα σκέψης αποτελείται από ένα σύνολο ερωτήσεων ή μια

σύντομη ακολουθία βημάτων που χρησιμοποιούνται ως «σκαλωσιά», που υποστηρίζει και διευκολύνει διαδρομές εμπάθυνας της σκέψης.

### Ως προς το θέμα:

Τα παιδιά:

Να προσαρμόζουν την ένταση της φωνής τους ανάλογα με το κοινωνικό πλαίσιο που βρίσκονται κάθε φορά.

Να δίνουν φωνή στα συναισθήματα και στις σκέψεις τους

Να ακούν τη φωνή των άλλων και να εκδηλώνουν ενσυναίσθηση και σεβασμό.

Να συμπεριλαμβάνουν, να αποδέχονται, να βοηθούν.

### Ως προς το Πρόγραμμα Σπουδών:

Το πρόγραμμα σχετίζεται με τους στόχους του ΔΕΠΠΣ- ΑΠΣ του Νηπιαγωγείου, στον τομέα Παιδί και Περιβάλλον: Ανθρωπογενές Περιβάλλον και Αλληλεπίδραση και τους στόχους του Νέου Προγράμματος Σπουδών, στη Μαθησιακή περιοχή: Προσωπική και Κοινωνική Ανάπτυξη:

Να συνειδητοποιούν τη μοναδικότητά τους αλλά και να εντοπίζουν τις ομοιότητες και διαφορές τους με τους άλλους και να τις σέβονται.

Να αντιλαμβάνονται την αλληλεπίδραση των ανθρώπινων ενεργειών με το περιβάλλον.

Να αναγνωρίζουν, να εκφράζουν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους.

Να οριοθετούν τη συμπεριφορά τους.

Να ακολουθούν κανόνες,

Να αποκτήσουν ενσυναίσθηση.

### Πληροφορίες υλοποίησης: Προαπαιτούμενες γνώσεις, προετοιμασία υλικού

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε **μαθητές/τριες Νηπιαγωγείου**. Συνιστάται να υλοποιηθεί στην αρχή της σχολικής χρονιάς καθώς με την επίτευξη των στόχων, εκτός του βασικού σκοπού, θέτει τις βάσεις και για την ομαλή προσαρμογή των παιδιών στην οργανωμένη εκπαιδευτική διαδικασία καθώς και την εξοικείωση των μελών της ομάδας και την ενδυνάμωση της. Κατά συνέπεια οι προαπαιτούμενες γνώσεις δεν είναι αναγκαίες.

- Απαιτείται τεχνολογικός εξοπλισμός για ακρόαση και ηχογράφηση φωνών και ήχων: Καταγραφικό ήχου και φωνής, Φορητός υπολογιστής, Κινητό τηλέφωνο.
- Τα βιβλία:
  1. Ο Βασιλιάς Φωνακλάς γαλήνη δεν βρίσκει, εκδ. ΕΛΛΗΝΟΕΚΔΟΤΙΚΗ
  2. Οι φωνές δεν είναι για να ουρλιάζουμε, εκδ. ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ
  3. Το τερατάκι των χρωμάτων, εκδ. ΠΑΤΑΚΗ

4. 4.Τα καινούρια μου αυτιά, εκδ.ΜΙΝΩΑΣ

- Κάρτες για παιχνίδι ρόλων

**Υποδειγματικό Υλικό- Δειγματικά Φύλλα Εργασίας - Περιγραφή Εργαστηρίων**

**ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ - ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**

**1<sup>ο</sup> ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ (2 ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ)**

**Η φωνή μου (Εξωτερική)**

**Η ΕΝΤΑΣΗ ΤΗΣ ΦΩΝΗΣ ΚΑΙ ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ**

**Εισαγωγή**

**Α' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:** Παραμύθι: Ο βασιλιάς Φωνακλάς / Επεξεργασία με ρουτίνες σκέψης: Τίτλοι

- Παρουσιάζουμε στα παιδιά τον τίτλο της ιστορίας που θα ακολουθήσει ( Βασιλιάς Φωνακλάς γαλήνη δε βρίσκει). Τα παιδιά με βάση τον τίτλο κάνουν υποθέσεις για την ιστορία. Οι υποθέσεις τους καταγράφονται και ακούγοντας την ιστορία συγκρίνουμε τις απαντήσεις μας με την ιστορία του βιβλίου.

**Β' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:** Επεξεργασία με ρουτίνες σκέψης: Μπες στη σκέψη του ήρωα . Θεατρική αγωγή «Μπες σε ρόλο»

Τα παιδιά φορώντας ένα στέμμα υποδύονται το βασιλιά φωνακλά.

- Σε μεγάλο χαρτί τοποθετούμε κεντρικά τον ήρωα δημιουργώντας 4 άξονες: ακούω, σκέφτομαι , αναρωτιέμαι, νιώθω. Τα παιδιά μπαίνουν στη θέση του ήρωα και εκφράζουν πως εκείνος νιώθει σύμφωνα με όσα άκουσαν στην ιστορία.





**2° ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ (3 ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ)**

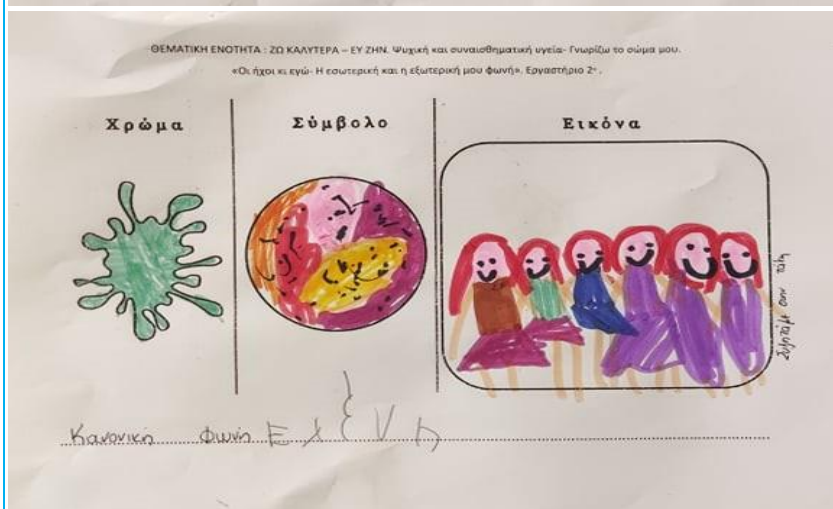
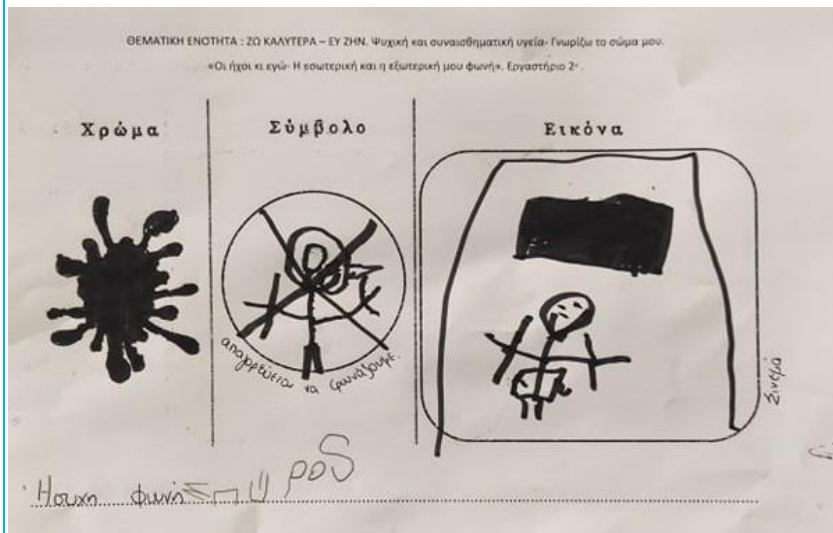
**Η φωνή μου (Εξωτερική)**

**Η ΕΝΤΑΣΗ ΤΗΣ ΦΩΝΗΣ ΚΑΙ ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ**  
**Η φωνή μου**

Α΄ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: «Δοκιμάζω τις εντάσεις στη φωνή μου»

• Με δυνατή φωνή(μπλε)/κανονική φωνή(πράσινο)/ψιθυριστή φωνή(κίτρινο)/χωρίς φωνή (κόκκινο). Διαλέγουν χρωματιστά χάρτινα προσωπάκια, με κλειστά μάτια και λένε το όνομά τους, το όνομα του διπλανού τους. Ο καθένας μόνος του ή/και όλοι μαζί. Τι διαπιστώνουμε όταν μιλάμε όλοι μαζί;

Φύλο εργασίας: Αν η φωνή μου ήταν σύμβολο, χρώμα ή εικόνα πως θα ήταν; ( τα παιδιά επιλέγουν μια φωνή( δυνατή , ψιθυριστή, κανονική , καθόλου φωνή) και την απεικονίζουν με όποιο τρόπο μπορούν.





**Β΄ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:**

Γιατί είναι η φωνή; Ζωγράφισε το!

Αρχικά θέτουμε στα παιδιά ως προβληματισμό την παραπάνω ερώτηση. Τα παιδιά ζωγραφίζουν σε χαρτί που είναι χωρισμένο στη μέση γιατί πιστεύουν ότι είναι η φωνή μας. Παρουσιάζουμε στην ομάδα στις υποθέσεις μας. Στην συνέχεια διαβάζουμε την ιστορία «Η φωνή δεν είναι για να ουρλιάζουμε» Γιατί δεν είναι η φωνή; Τα παιδιά το ζωγραφίζουν στο άλλο μισό του χαρτιού.



**Γ΄ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: «Οι Φωνές της τάξης»**

Κι αν οι φωνές, που πρέπει να χρησιμοποιούμε στην τάξη, είχαν πρόσωπο; Κι αν είχαν μορφή και χαρακτήρα, ίσως και όνομα, τότε θα δίναμε λίγο παραπάνω σημασία στην ...”παρουσία” τους; Θα τους αφήναμε να έχουν την ξεχωριστή τους θέση μέσα στην τάξη μας; Θα σεβόμασταν την επιθυμία τους να εμφανίζονται μια μια ξεχωριστά και να μην κάθεται ποτέ η μία στη θέση της άλλης;



- Εργασία σε ομάδες: Τα πρόσωπα των Φωνών  
Τα παιδιά χωρίζονται σε 4 ομάδες (πράσινη, κόκκινη, κίτρινη, πράσινη) . Η κάθε ομάδα εκπροσωπεί την αντίστοιχη φωνή. Με παντομίμα παρουσιάσουν που βρίσκονται ανάλογα με τη φωνή που αντιπροσωπεύουν.
- Οι Φωνές και οι Χώροι του σχολείου: Ποια φωνή ταιριάζει σε κάθε χώρο και γιατί;  
Τα παιδιά με χρωματιστά χαρτάκια στα 4 χρώματα των φωνών της τάξης κινούνται στο χώρο του σχολείου (μέσα και έξω) και τοποθετούν τα αντίστοιχα χαρτάκια στο χώρο που πιστεύουν ότι ταιριάζει η κάθε φωνή. Π.χ δυνατή φωνή αυλή, ψιθυριστή γωνιά βιβλιοθήκης κτλ.

### 3<sup>ο</sup> ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ (2 ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ)

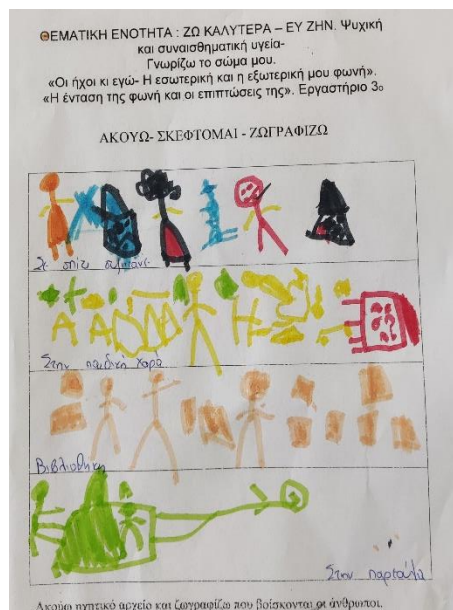
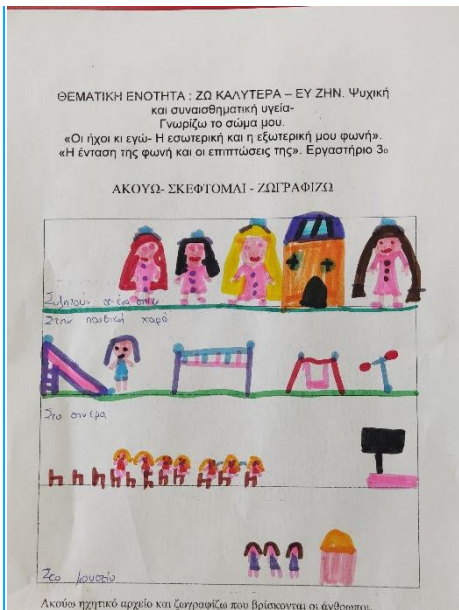
#### Η φωνή μου (Εξωτερική)

#### Η ΕΝΤΑΣΗ ΤΗΣ ΦΩΝΗΣ ΚΑΙ ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ

Κάθε χώρος έχει ...τη φωνή του;

#### Α' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Αρχεία ήχου: Διάκριση ανθρώπινων φωνών. • Ακούμε 3 ηχητικά βίντεο με: ανθρώπους που ψιθυρίζουν, ανθρώπους που μιλούν, παιδιά που παίζουν στην αυλή. Πού να βρίσκονται αυτοί οι άνθρωποι; Τα παιδιά ακούνε τις φωνές σκέφτονται και επιχειρηματολογούν .

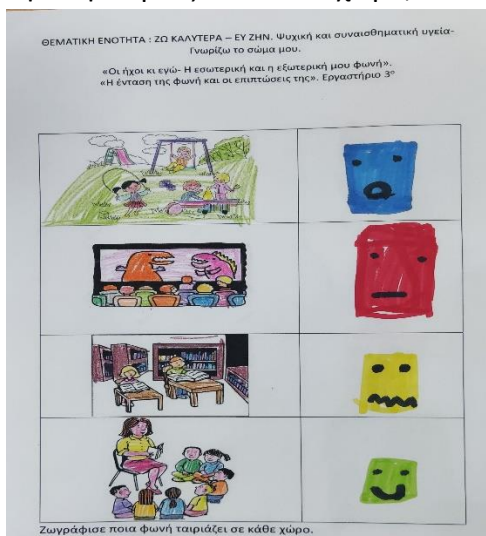


**Β' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:**

Φωτογραφίες με ανθρώπους σε διάφορα μέρη: Ποια να είναι η ένταση της φωνής αυτών των ανθρώπων; / Εργασία σε ομάδες • Δείχνουμε φωτογραφίες από διάφορα μέρη όπου μπορούν να βρεθούν παιδιά. Τα παιδιά τοποθετούν από κάτω τα χρωματιστά ανθρωπάκια με τις φωνές που πρέπει να χρησιμοποιούμε ανάλογα με το μέρος που βρισκόμαστε (μεταξύ των φωτογραφιών και η τάξη και η αυλή του σχολείου)

-ΠΡΟΚΛΗΣΗ: αλλάζουμε τις θέσεις από τα ανθρωπάκια των φωνών και σκεφτόμαστε «τι θα γινόταν αν φωνάζαμε στην εκκλησία; Ή ψιθυρίζαμε στην παραλία; » κλπ

Φύλλο εργασίας: Ποια φωνή ταιριάζει σε κάθε χώρο;



#### 4<sup>ο</sup> ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ (2 Διδακτικές ώρες)

#### Η φωνή μου (Εξωτερική Εσωτερική)

#### Μιλώ - Ακούω

##### Α ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Στον κύκλο όλα τα παιδιά μαζί λένε συνέχεια το όνομά τους, και να ηχογραφούμε τη στιγμή. Αμέσως μετά να ακούμε όλοι μαζί το ηχογραφημένο ντοκουμέντο και να ρωτάμε τα παιδιά αν μπορούν να καταλάβουν ποιος μιλάει και τί λέει! Στη συνέχεια τα ηχογραφούμε ξανά να λένε με τη σειρά ένας ένας το όνομά του. Τώρα ακούμε ποιος μιλάει και τι λέει;

Άρα λοιπόν μήπως τελικά, σπουδαία τα λόγια του ομιλητή, αλλά αν δίπλα του δεν υπάρχει κανένας καλός ακροατής να τα ακούσει...μάταιος ο κόπος του; Για να δούμε λοιπόν τι ακριβώς πρέπει να κάνει ένας καλός ακροατής; / Θέτουμε από κοινού τους κανόνες του ορθού διαλόγου. Γνωρίζουμε τον Καλό Ακροατή.

##### Β' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Τα παιδιά σε κύκλο. Ένα παιδί κάθεται σε μια θέση απέναντι στους άλλους, έτοιμος να μιλήσει για τον εαυτό του! Οι υπόλοιποι κάνουν την αρχή λέγοντας: «Στα μάτια σε κοιτώ, το στόμα μου κλειστό. Ακούω τί μου λες, χωρίς παρεμβολές» και τακτοποιούνται στη θέση τους! Ξεκινάει λοιπόν το παιδί να μιλάει για τον εαυτό του διαλέγοντας ένα θέμα από τις καρτούλες που έχει μπροστά του: οικογένεια, φίλοι, ζώα, παιχνίδια, χρώματα, φαγητά.



#### 5<sup>ο</sup> ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ (4 ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ)



## Η φωνή μου (Εσωτερική)

### ΟΙ ΗΧΟΙ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ

#### Α' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Ποιος είναι ο ήχος της χαράς; Πως ακούγεται η λύπη; /Εργασία σε ομάδες – Παρουσίαση – Παιχνίδι ρόλων: Εκτός από τη φωνή με ποιον άλλο ήχο μπορούμε να δηλώσουμε τη χαρά, τη λύπη, τον θυμό μας;



#### Β' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Ακούμε ηχητικά ντοκουμέντα ανθρώπων που εκδηλώνουν συναισθήματα: Παιδί που κλαίει, παιδί που γελάει, θυμωμένη φωνή. /Συζητάμε για τις εικόνες που μας έρχονται στο μυαλό, τί ακούσαμε; Τί συμβαίνει; Γιατί;

#### Γ' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Τα πρόσωπα και οι φωνές των συναισθημάτων! Παίρνουμε τους χαρακτήρες από την ταινία «Τα μυαλά που κουβαλάς» και τους περιγράφουμε.

Ο Θυμός-Η Χαρά-Η Λύπη-Ο φόβος: Τι δηλώνει ο καθένας; Με τι ήχο/φωνή θα εκφράζαμε αυτό το συναίσθημα; Ζωγραφίζουμε τους ήχους των συναισθημάτων!







Πότε νιώθουμε το κάθε συναίσθημα; Καταγράφουμε τις απόψεις των παιδιών στα αντίστοιχα βάζα.



**Β' ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:**

Παιχνίδι ρόλων με κάρτες:

Οι καταστάσεις που περιγράφουν οι κάρτες είναι οι ακόλουθες:

1. Κάποιο παιδί φτιάχνει μια ζωγραφιά. Ο φίλος του του λέει πόσο υπέροχα ζωγραφίζει.
2. Ένα παιδί κάθεται στο τραπέζι των εικαστικών. Ένας φίλος του πλησιάζει και του προτείνει να κάνουν μαζί ένα κολλάζ. Εκείνο δέχεται, συνεργάζονται και κάνουν μια υπέροχη δουλειά.
3. Ένα παιδί είναι στενοχωρημένο. Ένας φίλος του το παίρνει μια αγκαλιά.
4. Σε ένα παιδί τρύπησε το παντελόνι. Όλοι γελούν.
5. Ένας φίλος μας μιλάει. Τον διακόπτει ένας άλλος για να πει τη γνώμη του.
6. Ένα παιδί φτιάχνει μια ζωγραφιά. Ένα άλλο παιδί του λέει : «τι μουτζούρα είναι αυτή;»
7. Ένα παιδί στην τάξη κλαίει. Όλοι γελούν.
8. Ένα παιδί θέλει να περάσει μπροστά από κάποιο άλλο. Του λέει « με συγχωρείς» και περνά.
9. Ένα παιδί παίζει στο οικοδομικό υλικό και έχει φτιάξει μια υπέροχη κατασκευή. Ένα άλλο παιδί περνά από μπροστά και το γκρεμίζει.
10. Έρχεται κάποιος στην τάξη μας. όλα τα παιδιά μιλούν ταυτόχρονα και κανείς δε λέει καλημέρα.

**ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΟΝΕΩΝ**

- **ΕΝΑΡΞΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ**
- **ΕΠΙΛΟΓΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ- ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΣ μαζί με τους γονείς!**

**Επιμορφωτική συνάντηση με θέμα «Γιατί δεν μας ακούν τα παιδιά;!»**







