

Πρόγραμμα Παρέμβασης Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ
ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΤΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΚΣΜ

ΕΡΓΑΛΕΙΟΘΗΚΗ ΓΙΑ ΑΣΦΑΛΕΙΣ
ΧΩΡΟΥΣ ΑΝΑΚΑΜΨΗΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ



© 2016 Διεθνής Επιτροπή Διάσωσης

Με την επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Διεθνής Επιτροπή Διάσωσης
Κεντρικά γραφεία φορέα
122 East 42nd Street
Νέα Υόρκη, NY 10168
ΗΠΑ
+212551 3000

Rescue.org

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την Εργαλειοθήκη για Ασφαλείς Χώρους Ανάκαμψης και Μάθησης, παρακαλούμε επικοινωνήστε με τη ΔΕΔ στη διεύθυνση children@rescue.org. Για να κατεβάσετε τα βοηθήματα που περιλαμβάνονται στην Εργαλειοθήκη, μεταβείτε στον σύνδεσμο SHLS.rescue.org

ΔΗΛΩΣΗ ΑΠΟΠΟΙΗΣΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ

Το περιεχόμενο και τα συμπεράσματα που αναφέρονται στην Εργαλειοθήκη για Ασφαλείς Χώρους Ανάκαμψης και Μάθησης προέρχονται από τους συντάκτες των κειμένων και κατά συνέπεια δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητως την άποψη του Οργανισμού Διεθνούς Ανάπτυξης των ΗΠΑ ή της Κυβέρνησης των Ηνωμένων Πολιτειών.



Πίνακας περιεχομένων

Εισαγωγή	8
Ορισμοί - Η ΚΣΜ και οι 5 Δεξιότητες	9
Τέσσερα Βήματα για την Επιλογή ενός Παιχνιδιού ΚΣΜ	10
Πώς να εφαρμόσετε τα παιχνίδια ΚΣΜ:	12
<hr/>	
Δεξιότητα ΚΣΜ: Νοητική Ενδυνάμωση	14
1. Κάνε ό,τι κάνω!	15
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 3, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 45 λεπτά	
2. Μαρούλι - Πιπεριά - Ντομάτα	18
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 2, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
3. Τι έχω στην τσάντα μου;	19
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 3, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 30 λεπτά	
4. Ο Αρχηγός λέει	21
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 2, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
5. Ουρανόμπαλα και Νερόμπαλα	22
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 2, 3, 4, 5, 7 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
6. Κεφάλι, ώμοι, γόνατα, δάχτυλα	25
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 3, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
7. Η γατούλα μας	27
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 3, 5, 6, 7 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
8. Όλοι στη γραμμή!	29
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 45 λεπτά (ευέλικτος)	
9. Σκυταλοδρομία με χάρτινη μπάλα	31
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 3, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
10. Κόκκινο φανάρι, πράσινο φανάρι	34
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 2, 3, 4, 5, 7 Χρόνος: 25 λεπτά (ευέλικτος)	



11. Μετράμε μέχρι το 10!	35
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 2, 3, 4, 5, 7 Χρόνος: 25 λεπτά (ευέλικτος)	
12. Θα πεις κι ένα τραγούδι!	37
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 2, 3, 4, 5 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
13. Βιβλίο συνταγών	38
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 3, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 45 λεπτά (ευέλικτος)	
14. Άκου και ακολούθα	41
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 2, 3, 4, 5 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
15. Νερό και πάγος	43
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 3, 4, 5, 6, 7 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
<hr/>	
Δεξιότητα ΚΣΜ: Διαχείριση Συναισθημάτων	45
16. Μην ξυπνήσεις τον αγρότη!	46
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 10, 11, 15, 16 Χρόνος: 30 λεπτά	
17. Το σκυλάκι πήγε στο δάσος...	48
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 9, 12, 13, 14 Χρόνος: 30 λεπτά	
18. Τι αισθάνομαι σήμερα;	50
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 9, 10, 11, 15 Χρόνος: 45 λεπτά	
19. Παντομίμα συναισθημάτων	51
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 9, 10, 11, 15 Χρόνος: 30 λεπτά	
20. Συναισθηματική ηρεμία από την κορυφή ως τα νύχια	52
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 10, 11, 15, 16 Χρόνος: 30 λεπτά	
21. Παραμύθι	54
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 9, 11, 13, 14 Χρόνος: 30 λεπτά	
22. Βιβλίο συναισθηματικών αποτυπωμάτων	56
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 9, 10, 11, 15 Χρόνος: 45 λεπτά	
23. Καθρέφτης	59
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 9, 11, 12, 13, 14 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
24. Συνθέτουμε τραγούδια!	61
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 6, 9, 10, 11, 15 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	



25. Τίγρης, τίγρης, πάνθηρας	62
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 10, 11, 15, 16 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
26. Θεατρικό συναισθημάτων	64
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 10, 11, 12, 13, 14 Χρόνος: 45 λεπτά (ευέλικτος)	
27. Επίπεδα συναισθηματικής έντασης	65
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 10, 11, 12, 14 Χρόνος: 30 λεπτά	
28. Αλλάζω το σώμα μου, αλλάζω τα συναισθήματά μου	67
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 9, 10, 11, 15, 16 Χρόνος: 30 λεπτά	
<hr/>	
Δεξιότητα ΚΣΜ: Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες	69
29. Το αγαπημένο μου	70
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 2, 3, 20, 22 Χρόνος: 30 λεπτά	
30. Κοίτα με στα μάτια	71
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 2, 19, 20, 22 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
31. Κύκλος φιλίας	72
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 2, 19, 20, 23 Χρόνος: 30 λεπτά	
32. Από μένα σε σένα	74
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 4, 21, 23, 25 Χρόνος: 30 λεπτά	
33. Ο άνεμος φυσάει...	76
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 20, 21, 22, 25 Χρόνος: 30 λεπτά	
34. Χάρτινες κούκλες	77
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 20, 21, 22, 23 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
35. Μπαλόνια στον αέρα	79
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 12, 20, 22, 23, 25 Χρόνος: 20 λεπτά (ευέλικτος)	
36. Αγαλματάκια ακούνητα, αμίλητα, αγέλαστα	81
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 12, 16, 21, 24, 25 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
37. Πες κάτι όμορφο	83
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 12, 21, 22, 23, 24 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
38. Φύση και τέχνη	85
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 12, 17, 22, 23, 25 Χρόνος: 40 λεπτά	



39. Φτιάξε έναν φίλο	87
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 2, 20, 21, 22, 23 Χρόνος: 45 λεπτά	
40. Ιστός φιλίας	89
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 20, 21, 22, 25 Χρόνος: 30 λεπτά	
41. Ο πιο ψηλός πύργος	91
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 13, 16, 17, 19, 23 Χρόνος: 30 λεπτά	
42. Αλυσίδες	92
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 12, 20, 21, 23, 25 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
43. Βρες το ζωάκι	94
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 18, 19, 23, 25, 26 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
<hr/>	
Δεξιότητα ΚΣΜ: Επίλυση Συγκρούσεων	98
44. Ανθρώπινος κόμπος	99
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 18, 24, 26, 27, 28, 33 Χρόνος: 30 λεπτά	
45. Αλλάξτε πλευρά	101
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 24, 26, 27, 28, 33 Χρόνος: 30 λεπτά	
46. Συλλέκτες	103
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 18, 24, 26, 27, 28 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
47. Μπερδέματα	105
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 14, 24, 26, 27, 28 Χρόνος: 20 λεπτά	
48. Το δικό μας γαλήνιο περιβάλλον	107
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 18, 24, 26, 27, 29 Χρόνος: 45 λεπτά (ευέλικτος)	
49. Εικόνες του μυαλού	108
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 14, 24, 26, 27, 29 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
50. Συμφωνώ - διαφωνώ	110
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 1, 14, 26, 27, 29 Χρόνος: 20 λεπτά (ευέλικτος)	
51. Οι λέξεις πληγώνουν	113
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 14, 24, 26, 27, 28, 33 Χρόνος: 45 λεπτά	



52. Αγώνας κατά του θυμού	115
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 17, 24, 26, 27, 28 Χρόνος: 30 λεπτά	
53. Ειρηνοποιόί	117
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 18, 24, 26, 27, 29 Χρόνος: 30 λεπτά	

Δεξιότητα ΚΣΜ: Επιμονή	119
-------------------------------	------------

54. Παζλ «ο στόχος μου»	120
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 30, 31, 32, 33, 36 Χρόνος: 30 λεπτά	
55. Ένα αστέρι για το αστέρι	122
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 18, 30, 31, 32, 33 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
56. Γλυπτό από άχρηστα υλικά	125
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 23, 27, 31, 32, 33 Χρόνος: 40 λεπτά	
57. Χάρτινη μπάλα	128
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 23, 27, 31, 32, 33 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
58. Βρες τον στόχο	131
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 23, 27, 31, 32, 33 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
59. Συναισθήματα επιμονής	133
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 8, 9, 30, 32, 33 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
60. Εύκολο ή δύσκολο	135
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 30, 31, 32, 33, 36 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	
61. Στενός δρόμος	136
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 18, 30, 31, 32, 33 Χρόνος: 20 λεπτά (ευέλικτος)	
62. Πιάσε τη σημαία	138
Αντίστοιχες Εβδομάδες: 18, 23, 31, 32, 33 Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)	



Εισαγωγή






Καλωσήρθατε στην Τράπεζα Παιχνιδιών Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης της Εργαλειοθήκης για Ασφαλείς Χώρους Ανάκαμψης και Μάθησης. Το παρόν βοήθημα προορίζεται για τους Εκπαιδευτές με σκοπό την εφαρμογή των Παιχνιδιών ΚΣΜ, στα πλαίσια του Προγράμματος Παρέμβασης ΚΣΜ, σε έναν Ασφαλή Χώρο Ανάκαμψης και Μάθησης (ΑΧΑΜ). Τα παιχνίδια αυτά πρέπει να συνδυάζονται με τα μαθήματα ΚΣΜ, με στόχο την ενδυνάμωση των 5 δεξιοτήτων ΚΣΜ - Νοητική Ενδυνάμωση, Διαχείριση Συναισθημάτων, Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες, Επίλυση Συγκρούσεων και Επιμονή.

Το Πρόγραμμα Παρέμβασης ΚΣΜ αποτελεί μία από τις 4 συνιστώσες της Εργαλειοθήκης ΑΧΑΜ. Όπως απεικονίζεται και στο παρακάτω διάγραμμα, η Προσέγγιση ΑΧΑΜ, το Πρόγραμμα Παρέμβασης για την Ανάγνωση και τα Μαθηματικά, το Πρόγραμμα Παρέμβασης για την Ενίσχυση των Γονικών Δεξιοτήτων και το Πρόγραμμα Παρέμβασης ΚΣΜ είναι συμπληρωματικά και συμβάλλουν από κοινού στην επίτευξη του πρωταρχικού στόχου, **να είναι τα παιδιά ασφαλή, με καλή ψυχολογία και να μαθαίνουν ακόμα και σε συνθήκες έκτακτης ανάγκης.**



Ορισμοί - Η ΚΣΜ και οι 5 Δεξιότητες

Κοινωνική και Συναισθηματική Μάθηση - οι μέθοδοι μέσω των οποίων τα παιδιά και οι ενήλικες αποκτούν και εφαρμόζουν με επιτυχία τη γνώση, τη συμπεριφορά και τις δεξιότητες που είναι απαραίτητες προκειμένου να κατανοούν και να διαχειρίζονται συναισθήματα, να θέτουν και να κατακτούν θετικούς στόχους, να αισθάνονται και να δείχνουν ενσυναίσθηση στους άλλους, να αναπτύσσουν και να διατηρούν θετικές σχέσεις και να λαμβάνουν υπεύθυνες αποφάσεις.

Δεξιότητα	Ορισμός	Παραδείγματα δεξιοτήτων
Νοητική Ενδυνάμωση 	Το σύνολο δεξιοτήτων που μας βοηθά να εστιάζουμε την προσοχή μας, να θυμόμαστε οδηγίες και έννοιες, να φέρνουμε εις πέρας με επιτυχία πολλά πράγματα ταυτόχρονα και να κάνουμε μακροπρόθεσμα και βραχυπρόθεσμα σχέδια για το μέλλον. Αυτό το σύνολο δεξιοτήτων μας βοηθά να φιλτράρουμε περισπασμούς, να θέτουμε στόχους και να ελέγχουμε τις παρορμήσεις μας.	Ακουστικές δεξιότητες, ικανότητα συγκέντρωσης προσοχής και συμμόρφωσης με οδηγίες, λογική οργάνωση βημάτων και πληροφοριών, χρήση της λειτουργικής μνήμης.
Διαχείριση Συναισθημάτων 	Το σύνολο δεξιοτήτων που μας επιτρέπουν να κατανοούμε τα συναισθήματά μας και να τα διαχειριζόμαστε με θετικό τρόπο. Μας παρέχει τα κατάλληλα εργαλεία ώστε να προβλέπουμε και να ελέγχουμε τα συναισθήματά μας.	Αναγνώριση συναισθημάτων, πρόβλεψη συναισθημάτων, εξάσκηση στρατηγικών διαχείρισης συναισθημάτων, όπως βαθιές ανάσες και μέτρημα.
Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες 	Οι δεξιότητες αυτές μας επιτρέπουν να επικοινωνούμε μεταξύ μας με θετικό τρόπο, κατανοώντας τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά των άλλων και αντιδρώντας με τρόπο που προάγει τη θετική κοινωνική αλληλεπίδραση και περιορίζει τις συγκρούσεις.	Αναγνώριση και αποδοχή των συναισθημάτων άλλων ανθρώπων, καλλιέργεια ενσυναίσθησης, κατανόηση της δυναμικής μιας ομάδας.
Επίλυση Συγκρούσεων 	Οι δεξιότητες που μας βοηθούν να αντιμετωπίζουμε με θετικό τρόπο προβλήματα και συγκρούσεις που μπορεί να προκύψουν. Οι δεξιότητες αυτές ελαχιστοποιούν τον αντίκτυπο της σύγκρουσης στα εμπλεκόμενα άτομα, οδηγώντας σε θετικό αποτέλεσμα.	Αναγνώριση προβλημάτων, εξεύρεση λύσεων σε συγκρούσεις, εφαρμογή στρατηγικών επίλυσης συγκρούσεων.
Επιμονή 	Το σύνολο δεξιοτήτων που μας επιτρέπουν να υπερνικούμε τις προκλήσεις και να συνεχίζουμε να εργαζόμαστε για έναν ρεαλιστικό στόχο. Οι δεξιότητες αυτές αναπτύσσουν την αναγνώριση ότι η μάθηση απαιτεί επιμονή, αναζητώντας εναλλακτικούς τρόπους να επιτύχουμε τον στόχο μας και προθυμία να ζητήσουμε υποστήριξη για να ξεπεράσουμε τις προκλήσεις.	Εφαρμογή δεξιοτήτων λήψης αποφάσεων, ανάπτυξη στοχοκεντρικής συμπεριφοράς, ανάπτυξη θετικού αυτοπροσδιορισμού ταυτότητας.



Τέσσερα Βήματα για την Επιλογή ενός Παιχνιδιού ΚΣΜ

Για τις εβδομάδες 1-12: Προτάσεις παιχνιδιών ΚΣΜ παρέχονται στη σύνοψη του Μαθήματος ΚΣΜ. Αν δεν διαθέτετε τον κατάλληλο χώρο ή βοηθητικά μέσα για το προτεινόμενο παιχνίδι, επιλέξτε ένα διαφορετικό παιχνίδι ΚΣΜ χρησιμοποιώντας τα παρακάτω τέσσερα απλά βήματα.

Για τις εβδομάδες 13-36: Επιλέξτε παιχνίδια ΚΣΜ χρησιμοποιώντας τα 4 απλά βήματα που βλέπετε παρακάτω.

Βήμα 1: Επιλέξτε ένα παιχνίδι ΚΣΜ από τα Περιεχόμενα.

Γυρίστε στα Περιεχόμενα (σελίδα 2). Κάτω από το όνομα του εκάστοτε παιχνιδιού ΚΣΜ στα Περιεχόμενα, θα βρείτε τη λίστα με τις Αντίστοιχες Εβδομάδες, η οποία δηλώνει ποιες εβδομάδες μπορείτε να παίξετε το συγκεκριμένο παιχνίδι. Όπως θα δείτε, δίπλα στις Αντίστοιχες Εβδομάδες, προσδιορίζεται και ο απαιτούμενος χρόνος για κάθε δραστηριότητα. Ορισμένα από τα παιχνίδια ΚΣΜ είναι ευέλικτα και η διάρκειά τους μπορεί να παραταθεί ή να μειωθεί, ανάλογα με τις ανάγκες. Από τα παιχνίδια που αντιστοιχούν στην εκάστοτε εβδομάδα, επιλέξτε παιχνίδια που διαρκούν συνολικά περίπου 60 λεπτά.

ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ: Νοητική Ενδυνάμωση

1. Κάνε ό,τι κάνω!

Αντίστοιχες Εβδομάδες: 3, 4, 5, 6, 7 | Χρόνος: 45 λεπτά

2. Μαρούλι - Πιπεριά - Ντομάτα

Αντίστοιχες Εβδομάδες: 2, 4, 5, 6, 7 | Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Βήμα 2: Μεταβείτε στη σωστή σελίδα

Γυρίστε στη σελίδα που αντιστοιχεί στις επιλεγμένες δραστηριότητες.



Βήμα 3: Διαβάστε τις απαιτήσεις για τον χώρο και τα βοηθητικά μέσα.

Βεβαιωθείτε ότι πληρούνται οι απαιτήσεις «Χώρος» και «Βοηθητικά μέσα» για το επιλεγμένο παιχνίδι, όπως καθορίζονται στην αρχή κάθε παιχνιδιού.

Κάνε ό,τι κάνω!

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	3, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά θυμούνται όλες τις κινήσεις που κάνει ο εκπαιδευτής

Χρόνος: 45 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν άνετα 5 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Χρονόμετρο, πίνακας ή χαρτί για να κρατάτε τη βαθμολογία

Προετοιμασία: Προετοιμάστε τον πίνακα ή το χαρτί για να σημειώνετε τη βαθμολογία (βλ. υπόδειγμα κάρτας βαθμολογίας στη σελίδα 16), προετοιμάστε τα σετ κινήσεων (βλ. παράδειγμα σετ κινήσεων στη σελίδα 16).

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Αν υπάρχουν στην τάξη σας παιδιά με σωματικές αναπηρίες, βεβαιωθείτε ότι συμμετέχουν στο παιχνίδι εντάσσοντας κινήσεις που μπορούν να μιμηθούν κι εκείνα. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί που ανήκει στην Ομάδα Β έχει περιορισμένη ικανότητα όρασης, βεβαιωθείτε ότι συμπεριλαμβάνετε κινήσεις που μπορεί να τις ακούσει (για παράδειγμα, 5 παλαμάκια).

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε την τάξη σε ομάδες των 5-6 παικτών. Ονομάστε τις ομάδες, για παράδειγμα, Ομάδα Α, Ομάδα Β, Ομάδα Γ κ.ο.κ.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

- > Προσαρμόστε το παιχνίδι για παιδιά μεγαλύτερων ηλικιών ζητώντας από τους μαθητές να θυμούνται και να μιμούνται τις κινήσεις σας με την αντίστροφη σειρά.
- > Αν θεωρείτε ότι είναι πολύ εύκολο ή πολύ δύσκολο για τα παιδιά να θυμούνται 6 κινήσεις, μπορείτε να αυξήσετε ή να μειώσετε τον αριθμό των κινήσεων σε κάθε γύρο.
- > Αν χρησιμοποιείτε τα σετ κινήσεων που προτείνονται παραπάνω, βεβαιωθείτε ότι είναι προσαρμοσμένα στην περίπτωση σας.

Βήμα 4: Ολοκληρώστε το παιχνίδι και επιλέξτε το επόμενο.

Αν δεν διαθέτετε τον κατάλληλο χώρο ή βοηθητικά μέσα για το προτεινόμενο παιχνίδι, επιλέξτε ένα διαφορετικό παιχνίδι ΚΣΜ χρησιμοποιώντας τα παρακάτω τέσσερα απλά βήματα. Αν δεν διαθέτετε τον χώρο ή τα βοηθητικά μέσα για οποιοδήποτε από τα παιχνίδια ΚΣΜ που προτείνονται για την αντίστοιχη εβδομάδα, συμβουλευτείτε ξανά τα περιεχόμενα και επιλέξτε οποιοδήποτε παιχνίδι ΚΣΜ που ενισχύει τη δεξιότητα ΚΣΜ της συγκεκριμένης εβδομάδας.



Πώς να εφαρμόσετε τα παιχνίδια ΚΣΜ

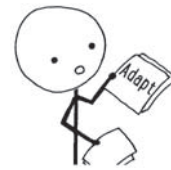
Προετοιμασία

Βήμα 1



Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες των παιχνιδιών ΚΣΜ

Βήμα 2



Προσαρμόστε τα παιχνίδια ΚΣΜ στην ηλικιακή ομάδα, τις συνθήκες και τον αριθμό των παιδιών στον ΑΧΑΜ, ανάλογα με τις ανάγκες. Παρέχονται σχετικές συμβουλές όπου βλέπετε τη σήμανση **ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ >**.

Βήμα 3



Διαβάστε προσεκτικά το μήνυμα του παιχνιδιού που θα βρείτε στο τέλος της εκάστοτε ενότητας «Πώς να παίξετε» και προσαρμόστε τη γλώσσα ώστε να διασφαλίσετε ότι όλα τα παιδιά στην τάξη σας κατανοούν το μήνυμα.

Βήμα 4



Συγκεντρώστε τα βοηθητικά μέσα, οργανώστε τον χώρο και προετοιμαστείτε για τη δραστηριότητα.

Βήμα 5



Διαβάστε ξανά τους κανόνες ώστε να διευκολύνετε το παιχνίδι χωρίς να τους διαβάζετε λέξη προς λέξη. Μπορείτε να βρείτε συμβουλές διευκόλυνσης δίπλα σε κάθε σήμανση **ΣΥΜΒΟΥΛΗ >** και συμβουλές ευαισθησίας δίπλα σε κάθε σήμανση **ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ >**, ώστε να διασφαλίσετε ότι τα παιχνίδια δεν θα βλάψουν τα παιδιά.



Συμβουλές διευκόλυνσης

- Ορίστε σαφώς τα όρια του παιχνιδιού και δηλώστε ρητά στα παιδιά ότι, για την ασφάλειά τους, δεν πρέπει να βγουν εκτός των καθορισμένων ορίων.
- Τονίστε ότι είναι σημαντικό να παίζουν δίκαια και έντιμα.
- Αν το παιχνίδι είναι ανταγωνιστικό, μιλήστε στα παιδιά για το πνεύμα του «υγιούς ανταγωνισμού». Πρέπει όλα τα παιδιά να παίζουν όσο καλύτερα μπορούν. Αν νικήσουν, πρέπει να δείχνουν μετριοφροσύνη και να μην κοροϊδεύουν τα παιδιά που έχασαν. Αν χάσουν, πρέπει να αναγνωρίσουν ότι κάποιος άλλος έπαιξε καλύτερα και να τον χειροκροτήσουν. Τονίστε ότι, ανεξαρτήτως από το αν κάποιος κερδίζει ή χάνει, όλοι ενδυναμώνουν τις δεξιότητες ΚΣΜ.
- Ορισμένα παιχνίδια μπορεί να προκαλέσουν στα παιδιά αρνητικά συναισθήματα ή τραυματικές σκέψεις. Παρέχονται συμβουλές διακριτικότητας για να σας βοηθήσουν να αποτρέψετε κάτι τέτοιο. Ωστόσο, αν εκδηλωθούν αναπάντεχα τέτοιες αντιδράσεις, θυμηθείτε αυτά που διδαχθήκατε στην εκπαίδευση παροχής Ψυχολογικών Πρώτων Βοηθειών και παραπέμψτε το παιδί στο κατάλληλο άτομο.
- Αρκετά παιχνίδια απαιτούν τον σχηματισμό ομάδων. Καθώς διαβάζετε την περιγραφή του παιχνιδιού, αποφασίστε ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος να χωρίσετε τις ομάδες, κατά ηλικία ή/και κατά φύλο.



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

Νοητική Ενδυνάμωση



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

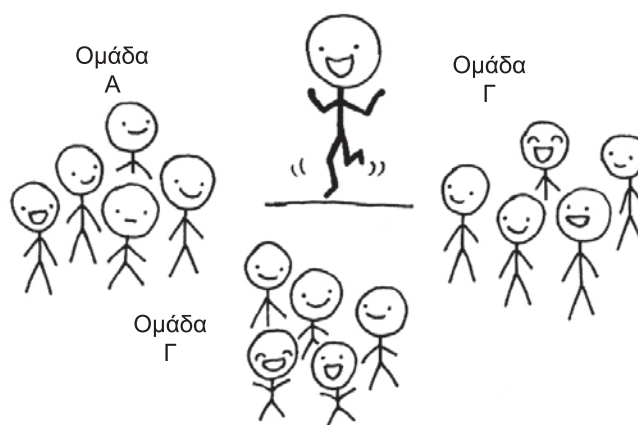
Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Νοητική Ενδυνάμωση

14

1. Κοίτα τι κάνω!

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	3, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά θυμούνται όλες τις κινήσεις που κάνει ο εκπαιδευτής.

Χρόνος: 45 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν άνετα 5 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Χρονόμετρο, πίνακας ή χαρτί για να κρατάτε τη βαθμολογία

Προετοιμασία: Προετοιμάστε τον πίνακα ή το χαρτί για να σημειώνετε τη βαθμολογία (βλ. υπόδειγμα κάρτας βαθμολογίας στη σελίδα 16), προετοιμάστε τα σετ κινήσεων (βλ. παράδειγμα σετ κινήσεων στη σελίδα 16).

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Αν υπάρχουν στην τάξη σας παιδιά με σωματικές αναπηρίες, βεβαιωθείτε ότι συμμετέχουν στο παιχνίδι εντάσσοντας κινήσεις που μπορούν να μιμηθούν κι εκείνα. Για παράδειγμα, αν ένα παιδί που ανήκει στην Ομάδα Β έχει περιορισμένη ικανότητα όρασης, βεβαιωθείτε ότι συμπεριλαμβάνετε κινήσεις που μπορεί να τις ακούσει (για παράδειγμα, 5 παλαμάκια).

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε την τάξη σε ομάδες των 5-6 παικτών. Ονομάστε τις ομάδες, για παράδειγμα, Ομάδα Α, Ομάδα Β, Ομάδα Γ κ.ο.κ.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσαρμόστε το παιχνίδι για παιδιά μεγαλύτερων ηλικιών ζητώντας από τους μαθητές να θυμούνται και να μιμούνται τις κινήσεις σας με την αντίστροφη σειρά.

> Αν θεωρείτε ότι είναι πολύ εύκολο ή πολύ δύσκολο για τα παιδιά να θυμούνται 6 κινήσεις, μπορείτε να αυξήσετε ή να μειώσετε τον αριθμό των κινήσεων σε κάθε γύρο.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Αυτό το παιχνίδι είναι διαγωνισμός μεταξύ των ομάδων.
2. Εκτελέστε ένα σετ κινήσεων για την Ομάδα Α μπροστά σε όλη την τάξη.
3. Τα παιδιά πρέπει να παρατηρούν πολύ προσεκτικά και να προσπαθήσουν να θυμούνται όλες τις κινήσεις.
4. Μόλις ολοκληρώσετε το σετ κινήσεων, πείτε «Πάμε!» και δώστε στα μέλη της Ομάδας Α ένα λεπτό για να θυμηθούν και να επαναλάβουν όλες τις κινήσεις που κάνατε.
5. Κάθε ομάδα θα κερδίζει έναν πόντο για κάθε κίνηση που θυμήθηκε σωστά.
6. Στο τέλος, μετρήστε τους πόντους και ανακοινώστε τη νικητήρια ομάδα.

7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, μάθατε να ακούτε, να δίνετε προσοχή και να θυμάστε απ' έξω τις διαφορετικές κινήσεις. Αυτές οι δεξιότητες ακονίζουν το μυαλό σας και σας βοηθούν να μαθαίνετε καλύτερα.»**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να αλλάξετε αυτές τις κινήσεις και να επινοήσετε δικές σας. Κάντε τις κινήσεις όσο πιο αστείες και θεατρικές μπορείτε για να διατηρήσετε το ενδιαφέρον των παιδιών.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μόλις τα παιδιά εξοικειωθούν με το παιχνίδι, μπορείτε να τους αναθέσετε να επιλέξουν και να παρουσιάσουν κινήσεις στη θέση σας.



Παραδείγματα

Δείτε παρακάτω μερικά προτεινόμενα σετ κινήσεων:

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ > Προσαρμόστε τις κινήσεις ανάλογα με τις ανάγκες για να βεβαιωθείτε ότι είναι κατάλληλες για την περίπτωση.

Γύρος 1	Γύρος 2	Γύρος 3	Γύρος 4	Γύρος 5
1. Χοροπηδήξτε στο ένα πόδι 5 φορές	1. Περπατήστε γύρω γύρω στην τάξη	1. Καθίστε στο πάτωμα	1. Γυρίστε τα μανίκια σας	1. Προσποιηθείτε ότι κοιτάξετε στον καθρέφτη και φτιάχνετε τα μαλλιά σας
2. Ξύστε τη μύτη σας	2. Αγγίξτε έναν μαθητή στον ώμο	2. Προσποιηθείτε ότι τρώτε	2. Προσποιηθείτε ότι σηκώνετε κάτι πολύ βαρύ και μετά αφήστε το κάτω	2. Πλησιάστε 2 μαθητές και σφίξτε το χέρι τους
3. Πλησιάστε έναν/μια μαθητή/-τρια και αγγίξτε τον/την στον ώμο	3. Πηδήξτε στη γωνία της αίθουσας	3. Προσποιηθείτε ότι πίνετε νερό		3. Μιμηθείτε ήχους ζώων
4. Διαλέξτε ένα βιβλίο (ή οτιδήποτε μέσα στην αίθουσα) και βάλτε το στο κεφάλι σας	4. Τρέξτε προς το κέντρο της αίθουσας	4. Σταθείτε όρθιοι , βάλτε το χέρι στην καρδιά σας και τραγουδήστε έναν στίχο τραγουδιού	4. Κάντε 5 βήματα και προσποιηθείτε ότι πέφτετε κάτω	4. Κλείστε τα μάτια και κάντε 3 βήματα πίσω
5. Προσπαθήστε να περπατήσετε με το βιβλίο (ή άλλο αντικείμενο) στο κεφάλι σας	5. Κάντε ένα μικρό χορευτικό	5. Χοροπηδήξτε 3 φορές	5. Σηκωθείτε όρθιοι και καθίστε ξανά 3 φορές	5. Τεντωθείτε σαν δέντρα
6. Βάλτε το βιβλίο (ή άλλο αντικείμενο) στο θέση του	6. Πείτε «Ζήτω!» και χτυπήστε παλαμάκια	6. Ξαπλώστε στο πάτωμα και προσποιηθείτε ότι κοιμάστε	6. Σηκωθείτε όρθιοι και κρυφτείτε πίσω από κάτι ή κάποιον	6. Καθίστε κάτω και πείτε «Ουφ!»

ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΚΑΡΤΑΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ

Γύρος	Ομάδα Α	Ομάδα Β	Ομάδα Γ	Ομάδα Δ	Ομάδα Ε
1					
2					
3					
4					
5					



2. Μαρούλι - Πιπεριά - Ντομάτα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	2, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά συγκεντρώνονται, θυμούνται τους κανόνες και είναι σε εγρήγορη ώστε να αντιδράσουν όταν έρθει η σειρά τους

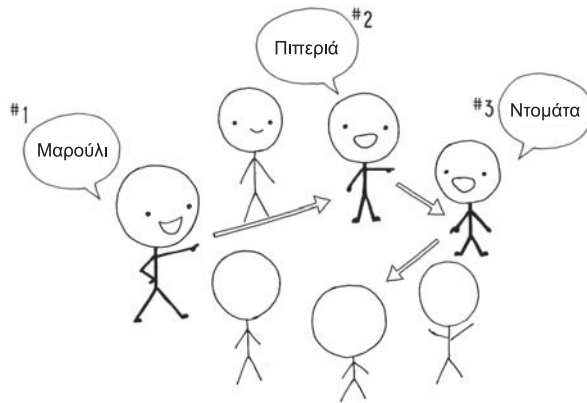
Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν όρθια και να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο.



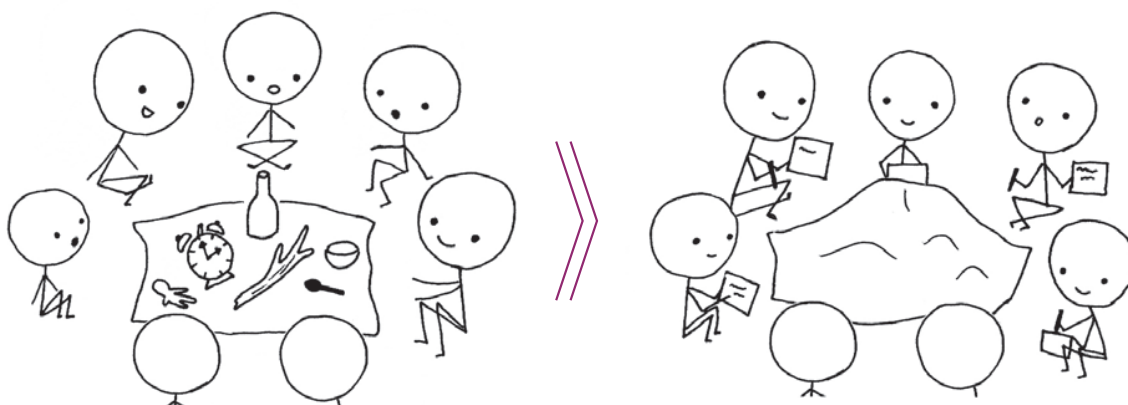
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Περιορίστε το όριο - τα παιδιά θα πρέπει να παίξουν εντός του περιορισμένου κύκλου.
 2. Ζητήστε από ένα παιδί να ξεκινήσει το παιχνίδι κοιτώντας και δείχνοντας ένα άλλο παιδί και να πει «Μαρούλι!».
 3. Το δεύτερο παιδί πρέπει να κοιτάξει ένα άλλο παιδί και, δείχνοντας προς το μέρος του, να πει «Πιπεριά!».
 4. Το τρίτο παιδί πρέπει να κοιτάξει και να δείξει, με τη σειρά του, ένα άλλο παιδί στον κύκλο και να πει «Ντομάτα!».
 5. Το παιδί που υπέδειξε ο τρίτος δεν πρέπει να κάνει τίποτα.
 6. Το παιδί **στα δεξιά αυτού που υπέδειξε ο τρίτος**, θα ξεκινήσει από την αρχή κοιτώντας και δείχνοντας ένα άλλο παιδί και να πει «Μαρούλι!».
 7. Επαναλάβετε το Μαρούλι - Πιπεριά - Ντομάτα.
- ΣΥΜΒΟΥΛΗ >** Ξεκινήστε αργά και στη συνέχεια αυξήστε σταδιακά την ταχύτητα.
8. Όποιος χάσει τη σειρά του και κάνει λάθος, σηκώνει και τα δύο χέρια και λέει: «Μαρούλι! Πιπεριά! Ντομάτα! Τα έκανα σαλάτα!» και να καθίσει κάτω.
 9. Συνεχίστε το παιχνίδι μέχρι να μείνουν όρθια 5 παιδιά. Ζητήστε από τα υπόλοιπα παιδιά να χειροκροτήσουν τους συμμαθητές τους.
 10. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, μάθατε να θυμάστε τους κανόνες, να εστιάζετε την προσοχή σας και να είστε σε έτοιμοι να αντιδράσετε σωστά. Αυτές οι δεξιότητες ακονίζουν το μυαλό σας και σας βοηθούν να μαθαίνετε καλύτερα.»**
- ΣΥΜΒΟΥΛΗ >** Να θυμάστε να κοιτάτε και να δείχνετε καθαρά.



3. Τι έχω στην τσάντα μου;

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	3, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά απομνημονεύουν και ανακαλούν στη μνήμη τους όλα τα πράγματα μέσα στην τσάντα.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Ένα μεγάλο κομμάτι ύφασμα ή ένας δίσκος με 15 αντικείμενα μεσαίου ή μεγάλου μεγέθους μέσα από την τάξη, ένα μεγάλο κομμάτι ύφασμα για να τα καλύψετε, χαρτί και μολύβι για κάθε παιδί, χρονόμετρο, λίστα των αντικειμένων στον δίσκο.

Προετοιμασία: Συγκεντρώστε 15 αντικείμενα και τοποθετήστε τα σε ένα μεγάλο κομμάτι ύφασμα ή σε έναν δίσκο.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο. Τοποθετήστε την τσάντα στη μέση για να βλέπουν όλοι.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν πιστεύετε ότι τα αγόρια και τα κορίτσια μπορεί να αισθάνονται άβολα όταν κάθονται δίπλα δίπλα, ζητήστε από τα αγόρια να κάτσουν όλα μαζί στη μια πλευρά του κύκλου και από τα κορίτσια να κάτσουν στην άλλη. Μπορείτε ακόμη να παίξετε το παιχνίδι σε δύο ξεχωριστές ομάδες.

> Για να προσαρμόσετε το παιχνίδι σε παιδιά μικρότερης ηλικίας, μειώστε τον αριθμό των αντικειμένων σε 8.

> Αν πιστεύετε ότι τα παιδιά δυσκολεύονται να θυμούνται τα αντικείμενα μόνα τους, μπορείτε να τους ζητήσετε να σχηματίσουν ζευγάρια και να ετοιμάσουν μια κοινή λίστα.

> Για να προσαρμόσετε το παιχνίδι σε μεγαλύτερες ηλικίες, παίξτε το παιχνίδι σε δύο ομάδες.



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Νοητική Ενδυνάμωση:
Τι έχω στην τσάντα μου



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Τοποθετήστε το ύφασμα/τον δίσκο με όλα τα αντικείμενα στο κέντρο του κύκλου.
2. Δώστε στα παιδιά 5 λεπτά να κοιτάξουν με προσοχή και να απομνημονεύσουν όλα τα αντικείμενα.
3. Τα παιδιά μπορούν να κάθονται στο πάτωμα ή να στέκονται όρθια στη θέση τους για να βλέπουν τα αντικείμενα μέσα στην τσάντα, αλλά δεν επιτρέπεται να έρθουν πιο μπροστά ή να στρώξουν κάποιον άλλο.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Βεβαιωθείτε ότι όλα τα παιδιά στον κύκλο βλέπουν καλά το ύφασμα/δίσκο. Αν όχι, μπορείτε να παίξετε το παιχνίδι σε 2-3 γύρους, με μικρότερες ομάδες.

4. Μόλις περάσουν τα 5 λεπτά, καλύψτε τα αντικείμενα με ένα μεγάλο κομμάτι ύφασμα.
5. Δώστε στα παιδιά 5 λεπτά να ζωγραφίσουν όλα τα αντικείμενα.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά ξέρουν να γράφουν, μπορούν να ετοιμάσουν μια γραπτή λίστα αντί να ζωγραφίσουν.

6. Ο καθένας πρέπει να ετοιμάσει τη λίστα μόνος του. Δεν επιτρέπεται να ζητήσουν βοήθεια από τα άλλα παιδιά.
7. Μετά από 5 λεπτά, ζητήστε από τα παιδιά να ανταλλάξουν λίστες με τον διπλανό τους.
8. Ζητήστε τους να ελέγξουν τις απαντήσεις του συμμαθητή τους καθώς διαβάζετε τη λίστα των αντικειμένων που ετοιμάσατε νωρίτερα.
9. Ζητήστε από τα παιδιά να χειροκροτήσουν όλα μαζί που έπαιξαν το παιχνίδι σωστά.
10. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, μάθατε να εστιάζετε την προσοχή σας σε συγκεκριμένα αντικείμενα και να τα θυμάστε απ' έξω. Αυτές οι δεξιότητες ακονίζουν το μυαλό σας και σας βοηθούν να μαθαίνετε καλύτερα.»**



4. Ο Αρχηγός Λέει

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	2, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά ακούνε προσεκτικά και ακολουθούν μόνο τις οδηγίες που ξεκινούν με τη φράση «Ο Αρχηγός λέει...».

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο. Μπείτε κι εσείς στον κύκλο, για να σας βλέπουν όλοι.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

- > Αντικαταστήστε τη λέξη «Αρχηγός» με οποιοδήποτε όνομα που είναι οικείο στα παιδιά.
- > Προσαρμόστε το παιχνίδι σε μεγαλύτερες ηλικίες επιτρέποντας στα παιδιά να γίνουν ο Αρχηγός για έναν γύρο ή μέρος του γύρου.

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Ο εκπαιδευτής είναι ο Αρχηγός.
2. Όταν ο Αρχηγός ξεκινά την πρόταση με τη φράση «Ο Αρχηγός λέει...» (π.χ. «Ο Αρχηγός λέει ακουμπήστε το κεφάλι σας»), όλα τα παιδιά πρέπει να κάνουν αυτό που λέει.
3. Αν ο Αρχηγός **δεν** ξεκινήσει την εντολή με τη φράση «Ο Αρχηγός λέει...» (π.χ. «Ακουμπήστε το κεφάλι σας») και οι παίκτες κάνουν την κίνηση, τότε βγαίνουν από το παιχνίδι και κάθονται κάτω.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Ξεκινήστε αργά και στη συνέχεια αυξήστε την ταχύτητα των εντολών.
4. Συνεχίστε το παιχνίδι μέχρι να μείνουν 5 παιδιά. Ζητήστε από τα υπόλοιπα παιδιά να χειροκροτήσουν τους συμμαθητές τους.
5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, μάθατε να χρησιμοποιείτε το μυαλό σας για να συγκεντρώνετε στα λόγια του Αρχηγού και να ακολουθείτε μόνο τις εντολές που ξεκινούσαν με τη φράση «Ο Αρχηγός λέει.» Όταν εξασκείστε να ακούτε προσεκτικά και να εστιάζετε την προσοχή σας, ακονίζετε το μυαλό σας και μαθαίνετε καλύτερα.»**



5. Ουρανόμπαλα και Νερόμπαλα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	2, 3, 4, 5, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά θυμούνται να πετούν την Ουρανόμπαλα στον αέρα και να κυλούν τη Νερόμπαλα στο έδαφος

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δύο διαφορετικές μπάλες

Προετοιμασία: Αν δεν έχετε 2 διαφορετικές μπάλες, μπορείτε να φτιάξετε μπάλες από μεγάλα φύλλα χαρτί. Δείτε παρακάτω τις οδηγίες για την κατασκευή της χάρτινης μπάλας.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Τα παιδιά μπορούν να παίξουν αυτό το παιχνίδι είτε καθισμένα, είτε όρθια, ανάλογα με την προτίμησή σας.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσαρμόστε το παιχνίδι σε μεγαλύτερες ηλικίες κάνοντάς το πιο περίπλοκο. Για παράδειγμα, προσθέστε μια τρίτη μπάλα που τα παιδιά θα μπορούν να τη δίνουν μόνο στον συμμαθητή στα δεξιά τους.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Επιλέξτε δύο μπάλες, μία για Ουρανόμπαλα και μία για Νερόμπαλα.
2. Εξηγήστε στα παιδιά ότι πρέπει να πετούν την Ουρανόμπαλα στον αέρα και να κυλούν τη Νερόμπαλα στο έδαφος.
3. Δώστε τις μπάλες σε δύο διαφορετικά παιδιά στην ομάδα.
4. Το παιδί που κρατά την Ουρανόμπαλα πρέπει να την πετάξει σε κάποιον άλλο που θα την πιάσει και, με τη σειρά του, θα την πετάξει σε κάποιον άλλο.
5. Το παιδί που κρατά την Νερόμπαλα πρέπει να την κυλήσει προς το μέρος κάποιου άλλου, που θα την πιάσει ανάμεσα στα χέρια του και, με τη σειρά του, θα την κυλήσει προς κάποιον άλλο.
6. Αν κάποιος παιδί κυλήσει την Ουρανόμπαλα ή πετάξει στον αέρα τη Νερόμπαλα, βγαίνει από το παιχνίδι και κάθετα κάτω.
7. Όταν μείνουν 5 παιδιά, λήξτε το παιχνίδι. Ζητήστε από τα υπόλοιπα παιδιά να χειροκροτήσουν τους συμμαθητές τους.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να έχετε στο μυαλό σας πολλούς διαφορετικούς κανόνες - να θυμάστε να πετάτε την Ουρανόμπαλα και να κυλάτε τη Νερόμπαλα. Όσο αυξανόταν η ταχύτητα του παιχνιδιού, τόσο πιο δύσκολο ήταν να θυμάστε τους κανόνες. Η εξάσκηση της δεξιότητας αυτής σας βοηθά να μαθαίνετε καλύτερα νέα πράγματα, να προσαρμόζετε τον τρόπο σκέψης σας σε διαφορετικές συνθήκες και βοηθά το μυαλό σας να φέρνει εις πέρας ευκολότερα δύσκολους στόχους.»**



Παραδείγματα

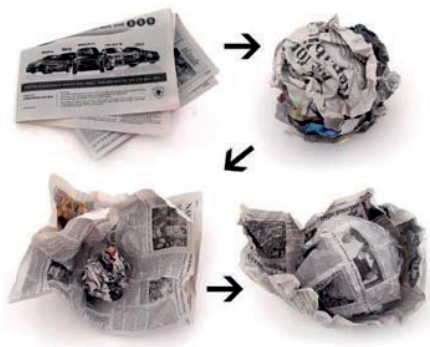
Πώς να φτιάξετε μια χάρτινη μπάλα

Απαραίτητα βοηθητικά μέσα: Μεγάλα φύλλα χαρτιού ή εφημερίδας, κολλητική ταινία

Βήματα για την κατασκευή της χάρτινης μπάλας: Αν δεν έχετε δύο διαφορετικές μπάλες, μπορείτε να φτιάξετε μπάλες από μεγάλα φύλλα χαρτί. Δείτε παρακάτω τις οδηγίες για την κατασκευή της χάρτινης μπάλας.

Βήμα 1

Τσαλακώστε ένα χαρτί εφημερίδας και τυλίξτε το με ένα άλλο φύλλο. Τσαλακώστε τα μαζί μέχρι η μπάλα να έχει το κατάλληλο μέγεθος για το παιχνίδι, όπως φαίνεται παρακάτω.



Βήμα 2

Κολλήστε τις εφημερίδες με ταινία (Εικόνα 2.α) και βεβαιωθείτε ότι το σχήμα της μπάλας είναι σχεδόν σφαιρικό. Προσαρμόστε το σχήμα ανάλογα. Αν θέλετε να κρεμάσετε την μπάλα, μπορείτε να τη δέσετε με μια κορδέλα (Εικόνα 2.β).



Πηγή: <http://creativitywindow.com/2013/01/how-to-make-a-ball-of-newspaper>



6. Κεφάλι, ώμοι, γόνατα, δάχτυλα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	3, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά ακολουθούν περιπλοκές οδηγίες και ελέγχουν τις κινήσεις τους

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Αρκετός χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο. Μπείτε κι εσείς στον κύκλο, για να σας βλέπουν όλοι.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν τα παιδιά δεν αισθάνονται άνετα να μιλούν για τα μέρη του σώματός τους, προσαρμόστε το παιχνίδι χρησιμοποιώντας μέρη του προσώπου, δηλ. «κεφάλι, μύτη, μάτια και αυτιά». Ακόμη, μπορείτε να το προσαρμόσετε χρησιμοποιώντας τις 4 κατευθύνσεις, δηλ. «πάνω, κάτω, αριστερά, δεξιά.» Στην περίπτωση αυτή, μπορεί να χρειαστεί να διδάξετε πρώτα στα παιδιά τις κατευθύνσεις.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Ζητήστε από όλα τα παιδιά να αγγίξουν το κεφάλι τους, να αγγίξουν τους ώμους τους, να αγγίξουν τα γόνατά τους και να αγγίξουν τα δάχτυλα των ποδιών τους. Κάντε εξάσκηση μερικές φορές.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να δείξετε στα παιδιά πώς γίνεται και εκείνα να σας ακολουθούν.

2. Στον Γύρο 1, όταν πείτε «Αγγίξτε τα δάχτυλά σας!», τα παιδιά πρέπει να αγγίξουν το κεφάλι τους, και όταν πείτε «Αγγίξτε το κεφάλι σας!», τα παιδιά πρέπει να αγγίξουν τα δάχτυλα των ποδιών τους. Κάντε εξάσκηση στον Γύρο 1 μερικές φορές.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Ξεκινήστε αργά και καθώς τα παιδιά βελτιώνονται, αυξήστε την ταχύτητα των οδηγιών.

3. Στον Γύρο 2, όταν πείτε «Αγγίξτε τους ώμους σας!», τα παιδιά πρέπει να αγγίξουν τα γόνατά τους, και όταν πείτε «Αγγίξτε τα γόνατά σας!», τα παιδιά πρέπει να αγγίξουν τους ώμους τους. Κάντε εξάσκηση στον Γύρο 2 μερικές φορές.

4. Στον Γύρο 3, συνδυάστε τους Γύρους 1 και 2. Όταν πείτε «Αγγίξτε τα δάχτυλά σας!», τα παιδιά πρέπει να αγγίξουν το κεφάλι τους, και όταν πείτε «Αγγίξτε το κεφάλι σας!», τα παιδιά πρέπει να αγγίξουν τα δάχτυλα των ποδιών τους. Όταν πείτε «Αγγίξτε τους ώμους σας!», τα παιδιά πρέπει να αγγίξουν τα γόνατά τους, και όταν πείτε «Αγγίξτε τα γόνατά σας!», τα παιδιά πρέπει να αγγίξουν τους ώμους τους.

5. Συνεχίστε να παίζετε το παιχνίδι μέχρι τα παιδιά να κάνουν σωστά σχεδόν όλες τις κινήσεις ή μέχρι να κουραστούν.

6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να έχετε στο μυαλό σας πολλούς δύσκολους κανόνες και να κάνετε περίπλοκες κινήσεις. Για παράδειγμα, όταν σας ζήτησα να αγγίξετε το κεφάλι σας, έπρεπε να θυμάστε να μην αγγίξετε το κεφάλι σας, αλλά τα δάχτυλα των ποδιών σας! Όσο αυξανόταν η ταχύτητα του παιχνιδιού, τόσο πιο δύσκολο ήταν να κάνετε τις κινήσεις. Τέτοιες περίπλοκες δραστηριότητες σας βοηθούν να μαθαίνετε γρήγορα νέα πράγματα, να προσαρμόζετε τον τρόπο σκέψης σας σε διαφορετικές συνθήκες και φέρνετε εις πέρας ευκολότερα δύσκολους στόχους.»**



7. Η γατούλα μας

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 3, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά θυμούνται τις λέξεις που χρησιμοποιήσατε για να περιγράψετε τη γάτα

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σχηματίσουν ένα μεγάλο ημικύκλιο

Βοηθητικά μέσα: Πίνακας, μαρκαδόρος, χαρτί και μολύβι για κάθε παιδί

Προετοιμασία: Κρεμάστε τον πίνακα στον τοίχο.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας ένα μεγάλο ημικύκλιο για να μπορούν να βλέπουν τον πίνακα.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσαρμόστε το παιχνίδι σε παιδιά που δεν μπορούν να γράψουν παραλείποντας όλες τις δραστηριότητες που απαιτούν γράψιμο.

> Αν δεν υπάρχουν γάτες στον περιβάλλοντα χώρο ή οι γάτες δημιουργούν αρνητικούς συνειρμούς στην κοινότητά σας, χρησιμοποιήστε διαφορετικό ζώο.



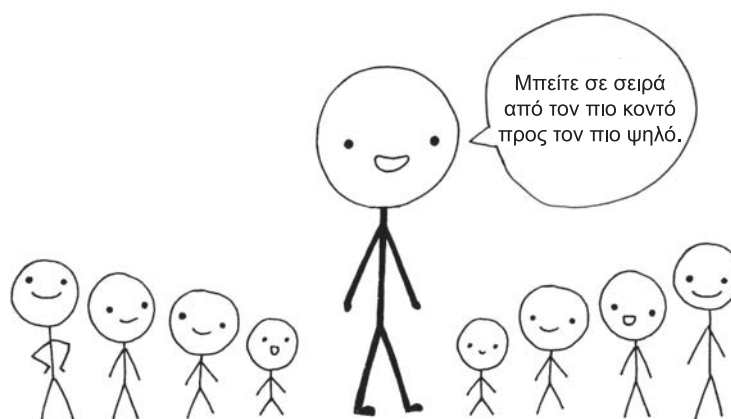
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Μοιράστε ένα μικρό χαρτί και ένα μολύβι σε κάθε παιδί.
2. Ζητήστε από κάθε παιδί να γράψει στο χαρτί το πρώτο γράμμα του ονόματός του και να το σηκώσει ψηλά για να βλέπουν όλοι.
3. Ζωγραφίστε μια απλή γάτα στο μπλοκ και πείτε στα παιδιά ότι αυτή είναι η γατούλα σας. Ζητήστε τους να βρουν λέξεις για να περιγράψουν τη γάτα.
4. Κάθε παιδί πρέπει να σκεφτεί μια λέξη που θα περιγράψει τη γάτα και θα ξεκινά με το πρώτο γράμμα του ονόματός του.
5. Επιλέξτε ένα παιδί για να ξεκινήσει το παιχνίδι. Το παιδί λέει «Η γατούλα μας είναι...» και συμπληρώνει την πρόταση με μια λέξη για να περιγράψει τη γάτα.
6. Για παράδειγμα, αν το όνομα του παιδιού είναι Νίνα, μπορεί να πει «Η γατούλα μας είναι... νυσταγμένη!».
7. Το παιδί που κάθεται δεξιά προσθέτει τη δική του λέξη για να περιγράψει τη γάτα, λέγοντας «Η γατούλα μας είναι νυσταγμένη και (νέα λέξη)».
8. Για παράδειγμα, ο Αλί θα πει «Η γατούλα μας είναι νυσταγμένη και άσπρη!»
9. Αυτό το μοτίβο θα συνεχιστεί καθώς κάθε παιδί θα θυμάται και θα επαναλαμβάνει όλες τις λέξεις που έχουν χρησιμοποιηθεί για να περιγράψουν τη γάτα και θα προσθέτει στο τέλος τη δική του.
10. Το παιδί που ξεκίνησε πρέπει να ολοκληρώσει το παιχνίδι επαναλαμβάνοντας απ' έξω όλες τις λέξεις.
11. Στο τέλος, ζητήστε από 1-2 άλλα παιδιά να δοκιμάσουν κι εκείνα να θυμηθούν όλες τις λέξεις.
12. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να θυμάστε πάρα πολλές λέξεις! Αυτό αυξάνει την ικανότητα του μυαλού σας να σκέφτεστε γρήγορα και να θυμάστε πράγματα.»**



8. Όλοι στη γραμμή!

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά οργανώνουν την ομάδα τους σύμφωνα με τις οδηγίες.

Χρόνος: 45 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να σχηματίσουν γραμμές 4 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα

Προετοιμασία: Δημιουργήστε μια λίστα εντολών για το παιχνίδι.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Λάβετε υπόψη αυτά που γνωρίζετε για τα παιδιά όταν προετοιμάζετε τις εντολές. Για παράδειγμα, δεν θα ήταν καλή ιδέα να ζητήσετε από τα παιδιά να μπουν σε σειρά ανάλογα με το πόσα μέλη έχει η οικογένειά τους, καθώς ενδέχεται να έχουν χάσει προσφάτως μέλη της οικογένειάς τους.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 4 ομάδες.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Στο παιχνίδι αυτό, τα παιδιά πρέπει να στέκονται κοντά το ένα στο άλλο. Αν τα αγόρια και τα κορίτσια δεν αισθάνονται άνετα, χωρίστε τα σε ομάδες ανάλογα με το φύλο.

> Μπορείτε να δυσκολέψετε τη δραστηριότητα προσθέτοντας τον κανόνα ότι το παιχνίδι πρέπει να είναι σιωπηλό και να επικοινωνούν μόνο με χειρονομίες.



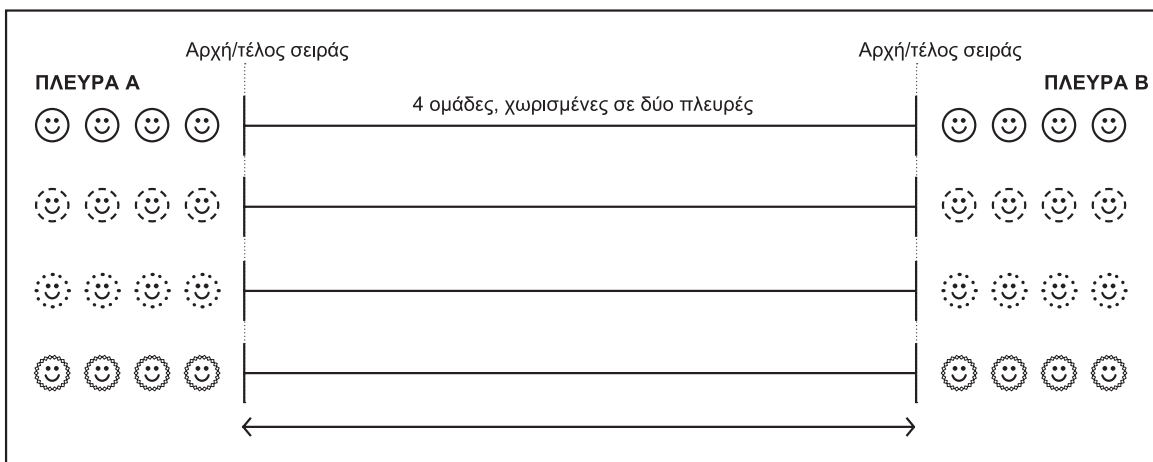
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Πείτε μια εντολή για να μπουν σε σειρά οι ομάδες με έναν συγκεκριμένο τρόπο. Κάθε ομάδα έχει 10 δευτερόλεπτα να ακολουθήσει την εντολή.
2. Αν θέλετε να μετατρέψετε το παιχνίδι σε διαγωνισμό, μπορείτε να δίνετε 5 πόντους στην ομάδα που ακολουθεί πιο γρήγορα την εντολή κάθε φορά. Στο τέλος, κερδίζει η ομάδα που έχει συγκεντρώσει τους περισσότερους πόντους.
3. Μερικά παραδείγματα εντολών:
 - Στοιχηθείτε από τον πιο κοντό προς τον πιο ψηλό!
 - Στοιχηθείτε από τον μεγαλύτερο προς τον μικρότερο!
 - Στοιχηθείτε από αυτόν που έχει γενέθλια πρώτος μέσα στη χρονιά προς αυτόν που έχει τελευταίος!
 - Στοιχηθείτε από αυτόν που έχει μικρότερη μύτη προς αυτόν που έχει μεγαλύτερη!
 - Στοιχηθείτε από αυτόν που έχει το πιο μακρύ χέρι προς αυτόν που έχει το πιο κοντό!
 - Στοιχηθείτε από αυτόν που έχει πιο μακριά μαλλιά προς αυτόν που έχει πιο κοντά!
4. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να συνεργαστείτε για να συλλέξετε πληροφορίες και να οργανώσετε την ομάδα σας με μια συγκεκριμένη σειρά. Εξασκήσατε νοητικές δεξιότητες που σας βοηθούν να κάνετε σωστό σχεδιασμό, να οργανώνετε τις σκέψεις σας και να λύνετε προβλήματα!»**



9. Σκυταλοδρομία με χάρτινη μπάλα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	3, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά φυσούν την μπάλα για προχωρήσει όσο το δυνατόν πιο γρήγορα μέσα στις γραμμές.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος με καθαρό, λείο δάπεδο

Βοηθητικά μέσα: Τέσσερα χαρτιά μεγέθους Α4, κολλητική ταινία, σκοινί/κορδέλα/κιμωλία

Προετοιμασία: Φτιάξτε 4 μικρές χάρτινες μπάλες χρησιμοποιώντας το χαρτί (βλ. Βοήθημα 1: Πώς να φτιάξετε μια χάρτινη μπάλα). Κάντε πέντε παράλληλες γραμμές στο πάτωμα, μήκους περίπου 5 μέτρων, χρησιμοποιώντας την κορδέλα/σκοινί/κιμωλία. Χρησιμοποιήστε την κορδέλα/σκοινί/κιμωλία για να μαρκάρετε τις γραμμές εκκίνησης και τερματισμού (βλ. την παραπάνω εικόνα).

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 4 ισάριθμες ομάδες. Χωρίστε την κάθε ομάδα σε 2 τμήματα και ζητήστε από κάθε τμήμα να σταθεί στο αντίθετο άκρο των 4 γραμμών, όπως φαίνεται παρακάτω. Αν οι ομάδες δεν είναι ισάριθμες, ένας παίκτης θα πρέπει να παίξει δύο φορές.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Για παιδιά μικρότερης ηλικίας που ενδέχεται να μην μπορούν να φυσήξουν την μπάλα, μπορείτε να τους δώσετε βιβλία για να κάνουν αέρα στην μπάλα και να την κινήσουν ανάμεσα στις γραμμές.

> Μπορείτε να προσαρμόσετε το επίπεδο δυσκολίας του παιχνιδιού κάνοντας τις σειρές πιο στενές ή πιο φαρδιές και την μπάλα μικρότερη ή μεγαλύτερη.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε μια χάρτινη μπάλα στο πρώτο παιδί στην Πλευρά Α της κάθε ομάδας.
2. Μόλις πείτε «Πάμε!», το πρώτο παιδί στην Πλευρά Α της κάθε ομάδας (βλ. την εικόνα παραπάνω), πρέπει να τοποθετήσει την μπάλα στη γραμμή, να σκύψει και να ωθήσει την μπάλα φουτώντας την προς το άλλο άκρο μεταξύ των δύο γραμμών.
3. Όταν η μπάλα φτάσει στην Πλευρά Β (βλ. την παραπάνω εικόνα), το πρώτο παιδί πρέπει να φουσήξει την μπάλα μεταξύ των δύο γραμμών πίσω στην Πλευρά Α.
4. Αν οποιαδήποτε στιγμή η μπάλα βγει εκτός των γραμμών, το παιδί πρέπει να πάει ξανά στην εκκίνηση και να ξεκινήσει από την αρχή.
5. Όταν όλοι οι παίκτες έχουν ολοκληρώσει τη σειρά τους, η ομάδα πρέπει να φωνάξει «Τέλος!».
6. Αν θέλετε να μετατρέψετε το παιχνίδι σε διαγωνισμό, ανακηρύξτε νικήτρια την ομάδα που τελείωσε πρώτη και ζητήστε από τα υπόλοιπα παιδιά να χειροκροτήσουν τους συμμαθητές τους. Ωστόσο, βεβαιωθείτε ότι όλες οι ομάδες έχουν ολοκληρώσει το παιχνίδι.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να εστιάσετε όλη σας την προσοχή για να φουσήξετε τη χάρτινη μπάλα προς την άλλη πλευρά, κρατώντας τη μέσα στις γραμμές. Η εξάσκηση αυτής της δεξιότητας σας βοηθά να συγκεντρώνεστε καλύτερα στις δραστηριότητές σας και να είστε πιο αποτελεσματικοί!»**



Παραδείγματα

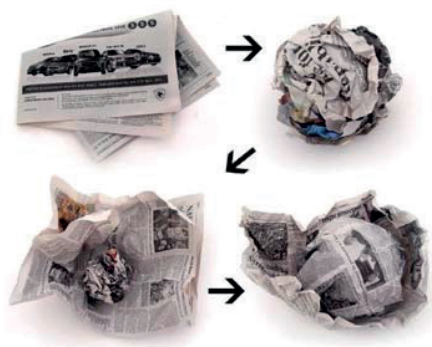
Πώς να φτιάξετε μια χάρτινη μπάλα

Απαραίτητα βοηθητικά μέσα: Μεγάλα φύλλα χαρτιού ή εφημερίδας, κολλητική ταινία

Βήματα για την κατασκευή της χάρτινης μπάλας:

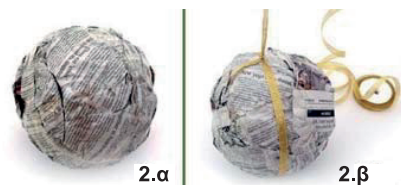
Βήμα 1

Τσαλακώστε ένα χαρτί εφημερίδας και τυλίξτε το με ένα άλλο φύλλο. Τσαλακώστε τα μαζί μέχρι η μπάλα να έχει το κατάλληλο μέγεθος για το παιχνίδι, όπως φαίνεται παρακάτω.



Βήμα 2

Κολλήστε τις εφημερίδες με ταινία (Εικόνα 2.α) και βεβαιωθείτε ότι το σχήμα της μπάλας είναι σχεδόν σφαιρικό. Προσαρμόστε το σχήμα ανάλογα. Αν θέλετε να κρεμάσετε την μπάλα, μπορείτε να τη δέσετε με μια κορδέλα (Εικόνα 2.β).



Πηγή: <http://creativitywindow.com/2013/01/how-to-make-a-ball-of-newspaper>



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Νοητική Ενδυνάμωση:
Σκυταλοδρομία με χάρτινη μπάλα

10. Κόκκινο φανάρι, πράσινο φανάρι

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	2, 3, 4, 5, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά ελέγχουν την ταχύτητα με την οποία περπατούν ώστε να μπορούν να σταματήσουν αμέσως.

Χρόνος: 25 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος

Βοηθητικά μέσα: Πράσινα και κόκκινα χαρτιά/λευκό χαρτί, πράσινη και κόκκινη μπογιά, ψαλίδι

Προετοιμασία: Φτιάξτε μία πράσινη και μία κόκκινη κάρτα ελάχιστου μεγέθους 12 εκ. x 6 εκ.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν σε οριζόντια ευθεία γραμμή. Εσείς πρέπει να σταθείτε κάθετα απέναντι από τους μαθητές σε απόσταση περίπου 20 μέτρων.

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Πείτε στους μαθητές ότι όταν σηκώσετε την πράσινη κάρτα, πρέπει να αρχίσουν να περπατάνε. Όταν σηκώσετε την κόκκινη κάρτα, πρέπει να σταματήσουν αμέσως. Δεν πρέπει να κάνουν ούτε ένα βήμα όταν είναι ψηλά η κόκκινη κάρτα.
2. Συνεχίστε να παίζετε το παιχνίδι μέχρι όλα (ή τα περισσότερα) παιδιά έχουν καταφέρει να ελέγχουν την ταχύτητα με την οποία περπατούν ώστε να μπορούν να σταματήσουν αμέσως.
3. Παίξτε έναν δεύτερο γύρο με τους ίδιους κανόνες, αλλά ζητήστε από τα παιδιά να χοροπηδούν αντί να περπατούν.
4. Αν θέλετε να κάνετε το παιχνίδι πιο ανταγωνιστικό, μπορείτε να προσθέσετε μια γραμμή τερματισμού απέναντι από τα παιδιά. Τα παιδιά που καταφέρνουν να περάσουν τη γραμμή χωρίς να αποκλειστούν είναι νικητές.
5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να συγκεντρώσετε όλη σας τη σκέψη για να ελέγξετε την ταχύτητα που περπατάτε σύμφωνα με την κάρτα. Εξασκήσατε νοητικές δεξιότητες που σας βοηθούν να ελέγχετε τις σκέψεις σας, το σώμα σας και να συγκεντρώνετε καλύτερα.»**



11. Μετράμε μέχρι το 10!

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	2, 3, 4, 5, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά εστιάζουν την προσοχή τους και συνεργάζονται για να μετρήσουν μέχρι το 10 σαν ομάδα

Χρόνος: 25 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να δουλέψουν 5 μικρές ομάδες χωρίς να ενοχλούν η μία την άλλη.

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες των 5-7 απόμων.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσαρμόστε το παιχνίδι σε παιδιά μικρότερης ηλικίας που δεν ξέρουν να μετράνε αντικαθιστώντας τους αριθμούς με μια συγκεκριμένη αλληλουχία 5 ήχων, για όπως «αα», «εε», «οο», «μαμά», «μπαμπά». Θα πρέπει να διδάξετε αυτούς τους ήχους με συγκεκριμένη σειρά στα παιδιά πριν παίξετε το παιχνίδι.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Πείτε στα παιδιά ότι πρέπει να μετρήσουν μέχρι το 10 δυνατά ως ομάδα αλλά μόνο ένα παιδί μπορεί να μιλάει κάθε φορά. Το πρώτο παιδί θα ξεκινήσει λέγοντας «ένα», και το επόμενο παιδί θα συνεχίσει το μέτρημα μέχρι όλη η ομάδα να φτάσει στο 10. Κάθε φορά που 2 μέλη μιας ομάδας μετράνε ταυτόχρονα, πρέπει όλη η ομάδα να ξεκινήσει από την αρχή, μετρώντας από το 1.
2. Δεν πρέπει να μιλούν μεταξύ τους για να αποφασίσουν ποια στρατηγική θα ακολουθήσουν. Μπορούν να χρησιμοποιήσουν μόνο οπτική επαφή και χειρονομίες.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αυτό το παιχνίδι είναι πιο δύσκολο από όσο φαίνεται γιατί συχνά 2 μέλη της ομάδας θα πουν ταυτόχρονα τον ίδιο αριθμό. Πρέπει να συνεργαστούν με επιτυχία επικοινωνώντας προσεκτικά με τα μάτια για να μετρήσουν μέχρι το 10.

3. Δώστε στις ομάδες 5 λεπτά για να εξασκηθούν στο μέτρημα μέχρι το 10.
4. Ζητήστε από όλες τις ομάδες να έρθουν με τη σειρά μπροστά και να μετρήσουν μέχρι το 10. Οι ομάδες που θα καταφέρουν να μετρήσουν μέχρι το 10 με το κάθε παιδί να λέει έναν αριθμό τη φορά, χειροκροτούνται από την υπόλοιπη τάξη.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Ακόμη, μπορείτε να ζητήσετε από τα παιδιά να αλλάξουν ομάδες και να παίξουν μερικές φορές το παιχνίδι με διαφορετική σύνθεση.

5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να αποφύγετε να πείτε μόνοι σας όλους τους αριθμούς και να παρατηρείτε τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας σας για να βρείτε τον τρόπο να ολοκληρώσετε τη δραστηριότητα όλοι μαζί. Μάθατε επίσης πώς να συνεχίζετε να προσπαθείτε να πετύχετε τον στόχο σας ακόμα κι αν κάνετε λάθη. Εξασκηθήκατε να εστιάζετε την προσοχή σας στο πρόβλημα και να συνεργάζεστε για να το λύσετε.»**



12. Θα πεις κι ένα τραγούδι!

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 2, 3, 4, 5
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά ακούνε προσεκτικά το τραγούδι για να βρουν μια λέξη και να ξεκινήσουν ένα νέο τραγούδι.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες και ονομάστε τις ομάδες Ομάδα Α έως Ομάδα Ε.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν άνετα 5 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Αρχίστε να τραγουδάτε ένα τραγούδι. Η Ομάδα Α πρέπει να ακούσει προσεκτικά για να βρει μέσα σε 30 δευτερόλεπτα μια λέξη με την οποία θα ξεκινήσει το δικό της τραγούδι. Η λέξη από το πρώτο τραγούδι πρέπει να είναι στον πρώτο στίχο του επόμενου τραγουδιού.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν το παιχνίδι είναι πολύ δύσκολο για μικρά παιδιά, ζητήστε από τη μία ομάδα να ξεκινήσει ένα τραγούδι και από την επόμενη να ξεκινήσει το δικό της τραγούδι με την τελευταία λέξη του προηγούμενου τραγουδιού. Δεν επιτρέπεται να υπάρχει κενό μεγαλύτερο των 2 δευτερολέπτων μεταξύ δύο τραγουδιών.
2. Το παιχνίδι συνεχίζεται με την Ομάδα Β να επιλέγει μέσα σε 30 δευτερόλεπτα μια λέξη από το τραγούδι της Ομάδας Α για να ξεκινήσει το δικό της τραγούδι κ.ο.κ.
3. Όλες οι ομάδες πρέπει να συνεργαστούν για να ενώσουν όσο το δυνατόν περισσότερα τραγούδια.
4. Αν κάποια ομάδα δεν καταφέρει να ξεκινήσει ένα νέο τραγούδι μέσα σε 30 δευτερόλεπτα, το παιχνίδι διακόπτεται και αρχίζει από την αρχή με την τελευταία ομάδα που τραγούδησε.
5. Τα παιδιά μπορούν να παίξουν αυτό το παιχνίδι για όσο διασκεδάζουν.
6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να ακούτε πολύ προσεκτικά για να μπορέσετε να συνεχίσετε τη μίξη! Εξασκήσατε τις ακουστικές σας ικανότητες και τη μνήμη σας για να μπορέσετε να θυμηθείτε τα τραγούδια.»**



13. Βιβλίο συνταγών

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	3, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά συνεργάζονται για να ζωγραφίσουν τα βήματα μιας συνταγής.

Χρόνος: 45 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να δουλέψουν 4 ομάδες χωρίς να ενοχλούν η μία την άλλη

Βοηθητικά μέσα: 32 φύλλα Α4 (8 ανά ομάδα), μολύβια, κηρομπογιές/ξύλομπογιές, συρραπτικό/σπάγκος, πίνακας σεμιναρίων με μπλοκ

Προετοιμασία: Χωρίστε τα υλικά ζωγραφικής για κάθε ομάδα - 8 φύλλα Α4, μολύβια και κηρομπογιές/ξύλομπογιές. Γράψτε στον πίνακα τη μορφή της συνταγής για να την ακολουθήσουν τα παιδιά (υπόδειγμα στη σελ. 39).

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 4 ομάδες και μοιράστε τα υλικά ζωγραφικής.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Για παιδιά μικρότερης ηλικίας που δεν μπορούν να ζωγραφίσουν, μπορείτε να συμμετάσχετε κι εσείς στο παιχνίδι και να ζητήσετε από τα παιδιά να σας υπαγορεύουν τη συνταγή για να σχεδιάσετε στον πίνακα. Μπορείτε, ακόμη, να καλέσετε γονείς ή μεγαλύτερα παιδιά να σας βοηθήσουν με αυτή τη δραστηριότητα.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Πείτε στις ομάδες ότι σήμερα θα φτιάξουν ένα βιβλίο συνταγών. Αν χρειάζεται, εξηγήστε ότι ένα βιβλίο συνταγών είναι σαν ένα βιβλίο με εικόνες που σου περιγράφει πώς να μαγειρέψεις κάτι.
2. Δώστε στις ομάδες 3 λεπτά να συζητήσουν μεταξύ τους για να αποφασίσουν το πιάτο για το οποίο θα ζωγραφίσουν τη συνταγή.
3. Εξηγήστε τη μορφή στην οποία πρέπει να γράψουν τη συνταγή χρησιμοποιώντας τον πίνακα.
4. Δώστε στις ομάδες 30 λεπτά να ζωγραφίσουν τα βήματα της συνταγής που επέλεξαν να ετοιμάσουν. Πρέπει να βεβαιωθούν ότι κάθε βήμα της συνταγής απεικονίζεται με σαφήνεια, σύμφωνα με τη μορφή που τους δείξατε. Εξηγήστε ότι κάποιος που δεν γνωρίζει πώς φτιάχνεται το συγκεκριμένο φαγητό, πρέπει να μπορεί να κατανοήσει τη συνταγή διαβάζοντας το βιβλίο.
5. Μόλις τελειώσουν όλες οι ομάδες, συρράψτε ή δέστε με σπάγκο τις σελίδες της συνταγής.
6. Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει, με τη σειρά της, τη συνταγή της μπροστά σε όλη την τάξη.
7. Συρράψτε ή δέστε με σπάγκο όλες τις συνταγές μαζί για να φτιάξετε ένα εικονογραφημένο βιβλίο συνταγών.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να συνεργαστείτε με την υπόλοιπη ομάδα για να θυμηθείτε τη συνταγή ενός πιάτου και να εξηγήσετε τα βήματα με τη σωστή σειρά. Εξασκήσατε νοητικές δεξιότητες που σας βοηθούν να κάνετε σωστό σχεδιασμό, να οργανώνετε τις σκέψεις σας και να εξηγείτε τις ιδέες σας σε άλλους.»**

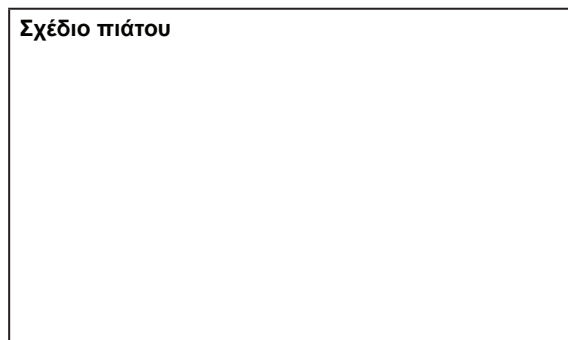


Παράδειγμα

Όνομα πιάτου:

.....

Σχέδιο πιάτου



Τι θα χρειαστείτε:

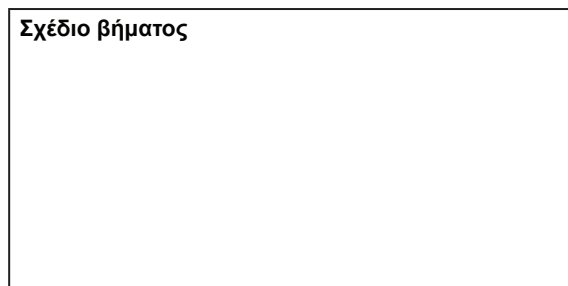
- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Πώς φτιάχνεται το πιάτο:

Βήμα 1

.....

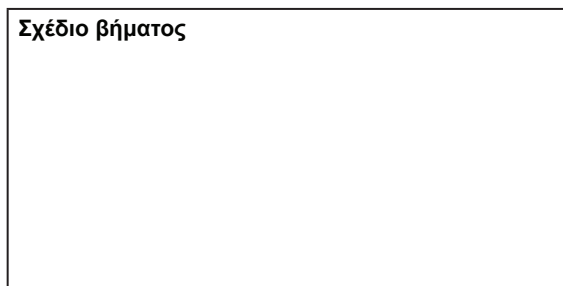
Σχέδιο βήματος



Βήμα 3

.....

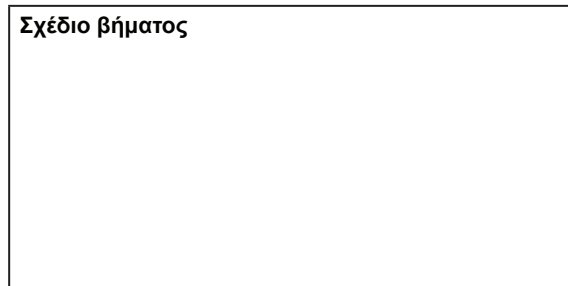
Σχέδιο βήματος



Βήμα 2

.....

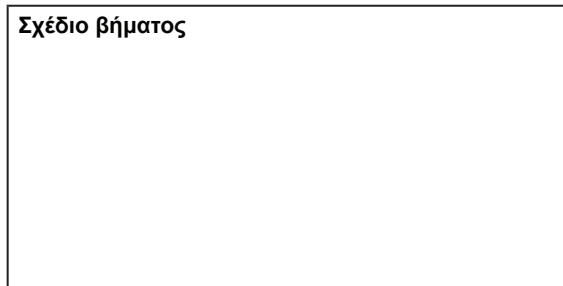
Σχέδιο βήματος



Βήμα 4

.....

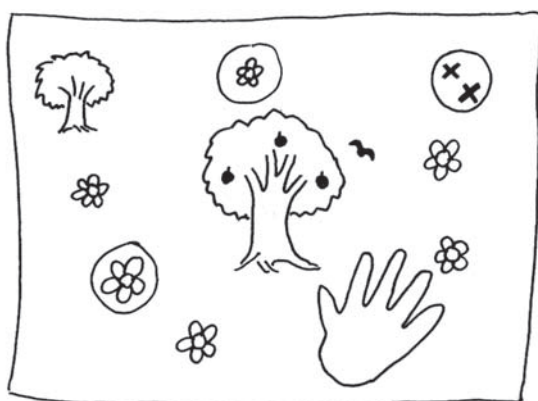
Σχέδιο βήματος



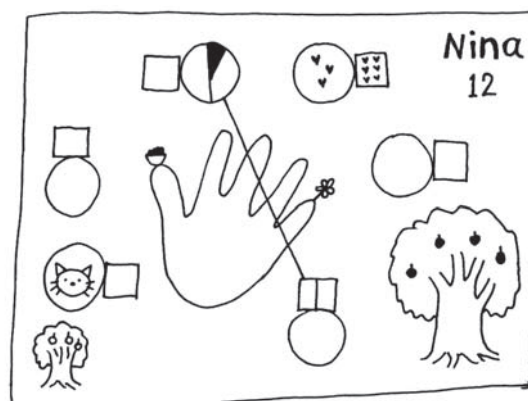
14. Άκου και ακολούθα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 2, 3, 4, 5
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Απλό



Δύσκολο



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά ακούνε τις εντολές και τις ακολουθούν σωστά.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Φύλλα A4 (ένα για κάθε παιδί), μολύβια (ένα για κάθε παιδί), λίστα οδηγιών, φύλλο απαντήσεων στο μπλοκ του πίνακα με όλες τις εντολές που ακολουθήθηκαν

Προετοιμασία: Ετοιμάστε μια λίστα οδηγιών λαμβάνοντας υπόψη την ηλικία των παιδιών της τάξης. Ετοιμάστε το φύλλο απαντήσεων στο μπλοκ του πίνακα (δείτε παρακάτω παραδείγματα εντολών και φύλλων απαντήσεων).

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν έναν κύκλο γύρω από εσάς (τον εκπαιδευτή).

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

- > Μπορείτε να κάνετε το παιχνίδι πιο εύκολο ή πιο δύσκολο αυξάνοντας ή μειώνοντας την ταχύτητα με την οποία διαβάζετε τις εντολές.
- > Αν χρησιμοποιήσετε το φύλλο εντολών του υποδείγματος, βεβαιωθείτε ότι είναι προσαρμοσμένο στην ηλικία και τις εμπειρίες των παιδιών στην τάξη σας.
- > Αν τα παιδιά είναι πολύ μικρά και δεν μπορούν να κάνουν μόνα τους τη σύγκριση, διαβάστε ξανά μία μία τις εντολές, δείξτε με το δάχτυλό σας το σχετικό σημείο του φύλλου απαντήσεων και ζητήστε από τα παιδιά να ελέγξουν εάν ακολούθησαν ή όχι την εντολή.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε χαρτί και μολύβι σε κάθε παιδί.
2. Πείτε στα παιδιά ότι θα ακούσουν κάποιες εντολές. Πρέπει να ακούσουν προσεκτικά και να τις ακολουθήσουν με ακρίβεια στο χαρτί που τους δώσατε. Πείτε τους ότι η ταχύτητα με την οποία δίνετε τις εντολές θα αυξάνεται και οι εντολές μπορεί να γίνουν πιο περίπλοκες, γι' αυτό και πρέπει να συγκεντρωθούν ώστε να ακούσουν προσεκτικά και να ακολουθήσουν τις εντολές.
3. Διαβάστε δυνατά τις εντολές από τη λίστα που έχετε ετοιμάσει και ζητήστε από τους μαθητές να τις ακολουθήσουν.

Υπόδειγμα λίστας εντολών (Απλό)

- Σχεδιάστε έναν κύκλο στο χαρτί.
- Σχεδιάστε δύο «X» μέσα στον κύκλο.
- Ζωγραφίστε ένα μικρό δέντρο στη μία γωνία της σελίδας και ένα μεγάλο δέντρο στο κέντρο της σελίδας.
- Σχεδιάστε μερικά φρούτα και ένα πουλί στο δέντρο που ζωγραφίσατε στο κέντρο της σελίδας.
- Ζωγραφίστε μερικά λουλούδια όπου θέλετε εσείς.
- Κυκλώστε δύο οποιαδήποτε λουλούδια.
- Σχεδιάστε το περίγραμμα της παλάμης σας στο χαρτί.

Υπόδειγμα λίστας εντολών (Δύσκολο)

- Γράψτε το όνομά σας στην πάνω δεξιά γωνία της σελίδας.
- Γράψτε το άθροισμα των αριθμών 3+9 κάτω από το όνομά σας.
- Σχεδιάστε 6 κύκλους, 2 στη δεξιά πλευρά της σελίδας, 2 στην πάνω πλευρά και 2 όπου θέλετε εσείς.
- Ζωγραφίστε το αγαπημένο σας ζώο μέσα σε έναν από τους δύο κύκλους αριστερά.
- Χωρίστε οποιονδήποτε από τους κύκλους στη μέση και χρωματίστε τη μία πλευρά.
- Σχεδιάστε το περίγραμμα της παλάμης σας στο χαρτί.
- Ζωγραφίστε ένα λουλούδι πάνω από το μικρό σας δαχτυλάκι.
- Ζωγραφίστε μια εικόνα του τελευταίου φαγητού που φάγατε πάνω από τον αντίχειρα.

- Ζωγραφίστε ένα μικρό δέντρο στην κάτω αριστερή γωνία της σελίδας και ένα μεγάλο δέντρο στην κάτω δεξιά γωνία.
- Ζωγραφίστε δύο διαφορετικά είδη φρούτων σε κάθε δέντρο.
- Σχεδιάστε 6 τετράγωνα. Κάθε κύκλος θα πρέπει να ακουμπάει ένα τετράγωνο.
- Χωρίστε στη μέση οποιοδήποτε τετράγωνο.
- Ενώστε με μια γραμμή τον κύκλο και το τετράγωνο που χωρίσατε στη μέση.
- Διαλέξτε έναν κύκλο και ένα τετράγωνο που είναι δίπλα δίπλα και είναι κενά. Σχεδιάστε 3 αστέρια μέσα στον κύκλο και μέσα στο τετράγωνο σχεδιάστε τον διπλό αριθμό αστεριών.

4. Αφού διαβάσετε όλες τις εντολές, κρεμάστε το φύλλο απαντήσεων στον πίνακα και ζητήστε από τα παιδιά να συγκρίνουν τις απαντήσεις στον πίνακα με αυτές στο χαρτί.
5. Αν τα παιδιά ανακαλύψουν ότι παρέλειψαν κάποια εντολή ή δεν την ακολούθησαν σωστά, θα πρέπει να τη διορθώσουν.
6. Στο τέλος, ζητήστε από όλα τα παιδιά να χειροκροτήσουν.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, εξασκηθήκατε να ακούτε προσεκτικά και να ακολουθείτε οδηγίες. Αυτές είναι πολύ χρήσιμες δεξιότητες, που θα σας βοηθήσουν να τα πάτε καλά σε οποιαδήποτε δραστηριότητα.»**



15. Νερό και πάγος

Δεξιότητα ΚΣΜ	Νοητική Ενδυνάμωση
Αντίστοιχες Εβδομάδες	3, 4, 5, 6, 7
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα μέλη της ομάδας «Πάγος» πρέπει να παγώσουν τα μέλη της ομάδας «Νερό» αγγίζοντάς τα, ενώ τα μέλη της ομάδας «Νερό» πρέπει να λιώσουν τα παγωμένα μέλη της ομάδας τους χτυπώντας τα ελαφρά στον ώμο.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Περιορίστε τα όρια μέσα στα οποία τα παιδιά θα παίξουν το παιχνίδι. Ζητήστε από 10 παιδιά να γίνουν εθελοντικά μέλη της ομάδας «Πάγος» και τα υπόλοιπα παιδιά θα είναι μέλη της ομάδας «Νερό».

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

- > Αν δεν επιτρέπεται να έχουν τα παιδιά φυσική επαφή, μοιράστε σε όλους μακριές λωρίδες χαρτιού για να ακουμπούν ο ένας τον άλλο.
- > Αν τα παιδιά δεν γνωρίζουν την έννοια «πάγος», μπορείτε να αλλάξετε τα ονόματα των ομάδων από «Πάγος» και «Νερό» σε Ομάδα Α και Ομάδα Β, και να παίξετε το παιχνίδι όπως περιγράφεται παραπάνω.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Η μία ομάδα θα ονομάζεται «Νερό» και η άλλη θα ονομάζεται «Πάγος».
2. Ρωτήστε τα παιδιά που συμμετέχουν ποια είναι τα χαρακτηριστικά του νερού και του πάγου.

Απάντηση: Ο πάγος είναι πιο κρύος, στερεός και στάσιμος, ενώ το νερό είναι πιο ζεστό, υγρό και κυλάει.
3. Η ομάδα «Πάγος» περιμένει στη γωνία και η ομάδα «Νερό» έχει 5 δευτερόλεπτα να σκορπιστεί στον χώρο.
4. Όταν πείτε «Πάμε!», η ομάδα «Νερό» πρέπει να προσπαθήσει να ξεφύγει από την ομάδα «Πάγος». Αν ένα μέλος της ομάδας «Πάγος» χτυπήσει ελαφρά στον ώμο ένα παιδί από την ομάδα «Νερό», το παιδί αυτό πρέπει να παγώσει και να μείνει ακίνητο στη θέση του.
5. Τα μέλη της ομάδας «Νερό» πρέπει να προσπαθήσουν να λιώσουν τα παγωμένα μέλη της ομάδας τους χτυπώντας τα ελαφρά στον ώμο, χωρίς να παγώσουν κι εκείνα. Μόλις λιώσουν, μπορούν να κουνηθούν ξανά.
6. Τα παιδιά δεν πρέπει να τρέχουν ή να μιλάνε κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, όλα γίνονται σιωπηλά.
7. Κάθε 10 λεπτά να αλλάζετε τις ομάδες, ώστε να έχουν όλα τα παιδιά την ευκαιρία να είναι μέλη και της ομάδας «Πάγος» και της ομάδας «Νερό».
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, το μυαλό σας έκανε πολλά διαφορετικά πράγματα ταυτόχρονα. Όταν ήσαστε μέλη της ομάδας «Πάγος», έπρεπε να παρακολουθείτε πολύ προσεκτικά και να εντοπίσετε ποια παιδιά είναι μέλη της ομάδας «Νερό». Όταν ήσαστε μέλη της ομάδας «Νερό» έπρεπε όχι μόνο να σώσετε τον εαυτό σας από τα μέλη της ομάδας «Πάγος», αλλά και να ξεπαγώσετε τους φίλους σας χωρίς να παγώσετε οι ίδιοι. Όταν κάνετε τόσα πολλά πράγματα ταυτόχρονα, ακονίζεται το μυαλό σας και μαθαίνετε καλύτερα.»**



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

Διαχείριση

Συναισθημάτων

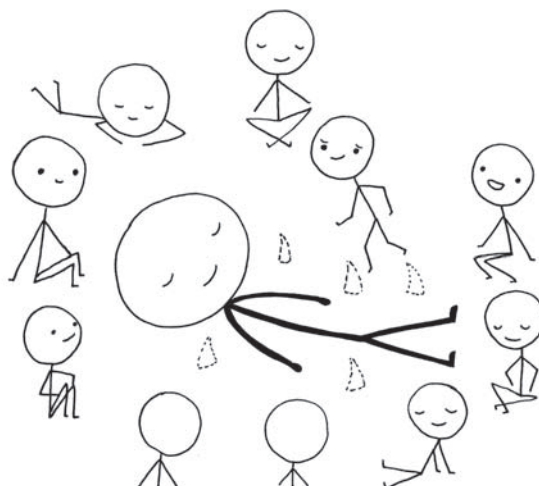


16. Μην ξυπνήσεις τον αγρότη!

Δεξιότητα ΚΣΜ Διαχείριση Συναισθημάτων

Αντίστοιχες Εβδομάδες 8, 10, 11, 15, 16

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά πρέπει να μαζέψουν όλες τις πευκοβελόνες γύρω από τον αγρότη χωρίς να τον ξυπνήσουν.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν έναν κύκλο κι εσείς καθίστε στο κέντρο του.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σχηματίσουν μία μεγάλη ομάδα **Βοηθητικά μέσα:** Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Αφηγηθείτε στα παιδιά την ιστορία: «Ήταν κάποτε ένας αγρότης που δούλευε στα χωράφια του όλη μέρα, κάτω από τον καυτό ήλιο. Στο τέλος της ημέρας, ήταν πολύ κουρασμένος και αποκοιμήθηκε κάτω από αυτό το δέντρο (δείξτε με το δάχτυλό σας ένα φανταστικό δέντρο). Αποκοιμήθηκε χωρίς να παρατηρήσει ότι το χώμα γύρω του ήταν γεμάτο μεγάλες, μυτερές πευκοβελόνες (φανταστικές)! Κάποια παιδιά το είδαν και αποφάσισαν να μαζέψουν τις βελόνες μία μία, πολύ ήσυχα, χωρίς να τον ξυπνήσουν.»
2. Εσείς μπορείτε να υποδυθείτε τον αγρότη και να προσποιηθείτε ότι κοιμάστε στο κέντρο του κύκλου. Τα παιδιά θα σας πλησιάζουν ένα ένα για να μαζέψουν τις (φανταστικές) πευκοβελόνες όσο πιο ήσυχα γίνεται.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν δεν αισθάνεστε άνετα να υποδυθείτε τον αγρότη, ζητήστε από ένα παιδί να προσφερθεί να αναλάβει τον ρόλο.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν χρειάζεται, δείξτε στα παιδιά πώς θα πλησιάσουν ήσυχα τον αγρότη για να μαζέψουν τις πευκοβελόνες.
3. Αν ο αγρότης ακούσει βήματα, θα δείξει προς εκείνη την κατεύθυνση χωρίς να μιλήσει. Αν δείξει το παιδί που έκανε τον θόρυβο, το παιδί αυτό πρέπει να επιστρέψει ήσυχα στη θέση του και να προσπαθήσει ξανά αργότερα. Όποιο παιδί καταφέρει να μαζέψει τις πευκοβελόνες και να γυρίσει στη θέση του χωρίς να το ακούσει ο αγρότης, κάθεται στο πάτωμα, κλείνει τα μάτια και χαλαρώνει.
4. Συνεχίστε να παίζετε μέχρι να μαζέψουν πευκοβελόνες και να «αποκοιμηθούν» όλα τα παιδιά στον κύκλο.
5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, πιθανόν να νιώσατε συναισθήματα όπως αγωνία ή ενθουσιασμό, αλλά έπρεπε να ελέγξετε αυτά τα συναισθήματα και να ολοκληρώσετε τη δραστηριότητα χωρίς να σας καταλάβει ο αγρότης. Αφού καταφέρατε να μαζέψετε τη (φανταστική) πευκοβελόνα, έπρεπε να κλείσετε τα μάτια σας. Σε αυτό το παιχνίδι, εξασκηθήκατε να ελέγχετε τα συναισθήματά σας και να χαλαρώνετε το σώμα σας.»**



17. Το σκυλάκι πήγε στο δάσος...

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	8, 9, 12, 13, 14
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά μαντεύουν το συναίσθημα που προσπαθεί να εκφράσει ο συμμαθητής τους.

ΣΥΝΘΕΣΗ: Ζητήστε από τα παιδιά να βρουν έναν συμπαίκτη.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Αρκετός ώστε τα παιδιά να κινούνται ελεύθερα

Βοηθητικά μέσα: Σφουρίχτρα, χρονόμετρο

Προετοιμασία: Αν η εικόνα του δάσους είναι τραυματική για τα παιδιά, αντικαταστήστε τη λέξη «δάσος» με τη λέξη «λιβάδι» ή «αγορά».

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Σύμφωνα με τους κανόνες του παιχνιδιού, ανεξάρτητα από το συναίσθημα με το οποίο τα παιδιά ξεκινούν την ιστορία, η ιστορία πρέπει να έχει χαρούμενο τέλος. Έτσι, αποτρέπεται ο κίνδυνος εκδήλωσης δυνατών, αρνητικών ή τραυματικών συναισθημάτων κατά τη διάρκεια της ιστορίας. Μπορείτε να περιφέρεστε ανάμεσα στα παιδιά και να τους ζητάτε να αλλάξουν την ιστορία τους αν τα ακούσετε να μιλούν για οτιδήποτε το οποίο θα μπορούσε να πυροδοτήσει δυνατά, αρνητικά συναισθήματα είτε στα ίδια, είτε στον συμμαθητή τους. Ακόμη, ανατρέξτε στην εκπαίδευση παροχής Ψυχολογικών Πρώτων Βοηθειών και φροντίστε να παρακολουθείτε προσεκτικά για τυχόν ενδείξεις σοβαρής συναισθηματικής αναστάτωσης ή κακοποίησης. Αν παρατηρήσετε τέτοιες ενδείξεις, παραπέμψτε το παιδί στον κατάλληλο μηχανισμό ψυχολογικής υποστήριξης.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Ζητήστε από κάθε ζευγάρι να σκεφτεί ένα συναίσθημα.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να προτείνετε μερικά συναισθήματα για να βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά δεν σκέφτονται μόνο βασικά συναισθήματα, όπως χαρά ή λύπη.

2. Πείτε στα παιδιά ότι θα έχουν 2 λεπτά να φτιάξουν μια ιστορία έξι προτάσεων σε συνεργασία με τον συμπαίκτη τους. Πρέπει να ξεκινήσουν την ιστορία με το συναίσθημα που έχουν στο μυαλό τους, το οποίο μπορεί να είναι θετικό ή αρνητικό. Ωστόσο, η ιστορία τους θα πρέπει να έχει χαρούμενο τέλος.
3. Το πρώτο παιδί της ομάδας ξεκινά την ιστορία με τη φράση «Το σκυλάκι πήγε στο δάσος...» και να συμπληρώσει την πρόταση με το συναίσθημα που σκέφτηκε νωρίτερα. Το δεύτερο παιδί της ομάδας συνεχίζει την ιστορία προσθέτοντας μια πρόταση.

4. Τα παιδιά συνεχίζουν να προσθέτουν εναλλάξ προτάσεις για να φτιάξουν την ιστορία με 6 προτάσεις και χαρούμενο τέλος.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά είναι πολύ μικρά και δεν ξέρουν να μετράνε μέχρι το 6, πείτε τους να σηκώσουν τρία δαχτυλάκια και να κλείνουν ένα δάχτυλό κάθε φορά που λένε μία πρόταση. Όταν έχουν κλείσει όλα τα δαχτυλάκια, η ιστορία πρέπει να τελειώσει.

5. Μόλις τελειώσει ο πρώτος γύρος, όλα τα παιδιά θα πρέπει να βρουν έναν νέο συμπαίκτη και να συνεχίσουν το παιχνίδι.

6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, εξερενήσατε βαθύτερα το συναίσθημα που επιλέξατε μέσω μιας ιστορίας και μάθατε να μετατρέπετε οποιαδήποτε ιστορία σε χαρούμενη!»**



18. Τι αισθάνομαι σήμερα;

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	8, 9, 10, 11, 15
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά ζωγραφίζουν για να εκφράσουν το συναίσθημα που αισθάνονται.

Χρόνος: 45 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν τα παιδιά άνετα και να ζωγραφίσουν

Βοηθητικά μέσα: Φύλλα Α4 (ένα για κάθε παιδί), μολύβια, κηρομπογιές/ξυλομπογιές

Προετοιμασία: Δεν απαιτείται προετοιμασία

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Ανατρέξτε στην εκπαίδευση παροχής Ψυχολογικών Πρώτων Βοηθειών και φροντίστε να παρατηρείτε τις ζωγραφιές των παιδιών για τυχόν ενδείξεις σοβαρής συναισθηματικής αναστάτωσης ή κακοποίησης. Αν παρατηρήσετε τέτοιες ενδείξεις, παραπέμψτε το παιδί στον κατάλληλο μηχανισμό ψυχολογικής υποστήριξης.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν σε μικρούς κύκλους για να μοιραστούν τις κηρομπογιές/ξυλομπογιές.

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε ένα φύλλο χαρτί σε κάθε παιδί και μοιράστε σε κάθε ομάδα κηρομπογιές/ξυλομπογιές για να τα μοιραστούν μεταξύ τους.
2. Πείτε στα παιδιά ότι τώρα είναι ώρα να χαλαρώσουν και να ζωγραφίσουν μια εικόνα με βάση αυτό που αισθάνονται σήμερα.
3. Ο μοναδικός κανόνας είναι ότι πρέπει να ζωγραφίσουν με απόλυτη σιωπή. Αν χρειάζονται κάτι από κάποιον άλλο, μπορούν να χρησιμοποιήσουν μόνο χειρονομίες και καθόλου λέξεις.
4. Τα τελευταία 10 λεπτά του παιχνιδιού, περάστε από όλες τις ομάδες και ρωτήστε τα παιδιά τι τίτλο θα έδιναν στη ζωγραφιά τους. Ο εκπαιδευτής μπορεί να γράψει τους τίτλους πάνω σε κάθε ζωγραφιά.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ > Αν τα παιδιά είναι πολύ μικρά, το πιθανότερο είναι ότι δεν θα μπορούν να ζωγραφίσουν σαφή, ευκρινή σχήματα. Αφήστε τα παιδιά να ζωγραφίσουν ελεύθερα για να εκφραστούν και κατόπιν ζητήστε τους να σας πουν τι ζωγράρισαν.

5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σκοπός αυτού του παιχνιδιού ήταν να σας κάνει να σκεφτείτε πώς αισθάνεστε, να αναγνωρίσετε τα συναισθήματά σας και να τα εκφράσετε μέσω της ζωγραφικής.»**



19. Παντομίμα συναισθημάτων

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	8, 9, 10, 11, 15
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά μαντεύουν το συναίσθημα που προσπαθεί να περιγράψει ο συμμαθητής τους.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Βοηθητικά μέσα: 20 φύλλα χαρτί με διαφορετικά συναισθήματα

Προετοιμασία: Ετοιμάστε τα χαρτιά με 20 διαφορετικά συναισθήματα (προτεινόμενα συναισθήματα: χαρά, μοναξιά, τρόμος, ανία, θυμός, θλίψη, αναστάτωση, έκπληξη, δύναμη, υπερηφάνεια, φόβος, ευγνωμοσύνη, συστολή, ανησυχία, κούραση, αγάπη). Ετοιμάστε μια κάρτα βαθμολογίας στον πίνακα, για να σημειώνετε τους πόντους.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες και ονομάστε τις ομάδες Ομάδα Α, Ομάδα Β κ.ο.κ.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσαρμόστε το παιχνίδι σε παιδιά μικρότερης ηλικίας χρησιμοποιώντας μόνο βασικά συναισθήματα - χαρά, τρόμο, θυμό, θλίψη, έκπληξη, δύναμη, φόβο, ευγνωμοσύνη, συστολή, ανησυχία, κούραση, αγάπη. Τα παιδιά μπορούν να επαναλαμβάνουν τα συναισθήματα.

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Ένας παίκτης από την Ομάδα Α σηκώνεται, διαλέγει ένα χαρτί και παρουσιάζει το συναίσθημα. Τα υπόλοιπα μέλη της Ομάδας Α έχουν 3 ευκαιρίες να μαντέψουν το συναίσθημα.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά είναι πολύ μικρά και δεν μπορούν να διαβάσουν το συναίσθημα στο χαρτί, μπορεί να το διαβάσει ο εκπαιδευτής και να τους πει χαμηλόφωνα το συναίσθημα που πρέπει να παρουσιάσουν.

2. Αν η Ομάδα Α δεν καταφέρει να βρει τη σωστή απάντηση, κάθε αντίπαλη ομάδα θα έχει μία προσπάθεια να μαντέψει το συναίσθημα.

3. Επαναλάβετε τη διαδικασία με κάθε ομάδα.

4. Κάθε ομάδα θα κερδίζει 10 πόντους για κάθε σωστή απάντηση.

5. Στο τέλος του παιχνιδιού, μετρήστε τους πόντους της κάθε ομάδας και ανακοινώστε τη νικήτρια. Ζητήστε από τα υπόλοιπα παιδιά να χειροκροτήσουν τη νικήτρια ομάδα.

6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σκοπός αυτού του παιχνιδιού ήταν να μάθετε τα συναισθήματα και να καταλάβετε πώς εκφράζουν τα συναισθήματά τους διαφορετικοί άνθρωποι.»**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να αυξήσετε τον αριθμό των συναισθημάτων και να ζητήσετε από τα παιδιά να προσθέσουν περισσότερα συναισθήματα.



20. Συναισθηματική ηρεμία από την κορυφή ως τα νύχια

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	8, 10, 11, 15, 16
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

κοπός του παιχνιδιού: Να βοηθήσετε τα παιδιά να ηρεμήσουν χαλαρώνοντας κάθε μέρος του σώματός τους.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Τα παιδιά κάθονται άνετα όπου θέλουν στο πάτωμα.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Αρκετός ώστε τα παιδιά να καθίσουν άνετα στο πάτωμα

Βοηθητικά μέσα: Συσκευή αναπαραγωγής μουσικής ή μουσικό όργανο

Προετοιμασία: Δεν απαιτείται προετοιμασία



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Παίξτε μουσική και ζητήστε από τα παιδιά να χοροπηδούν και να χορεύουν για 2 λεπτά.
2. Αν δεν μπορείτε να παίξετε μουσική, ζητήστε από τα παιδιά να τραγουδήσουν όλα μαζί ένα τραγούδι καθώς χορεύουν.

3. Σταματήστε τη μουσική και ακολουθήστε τις παρακάτω οδηγίες για να βοηθήσετε τα παιδιά να ηρεμήσουν χαλαρώνοντας κάθε μέρος του σώματός τους.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν δεν επιτρέπεται να χοροπηδούν και να χορεύουν τα παιδιά, παραλείψτε αυτό το βήμα και προχωρήστε στην άσκηση χαλάρωσης.

4. Η δραστηριότητα αυτή πρέπει να γίνεται αργά και με ηρεμία.
5. Ζητήστε από τα παιδιά να βρουν ένα σημείο με αρκετό χώρο γύρω τους ώστε να ξαπλώσουν χωρίς να ακουμπάνε το ένα το άλλο.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν το πάτωμα δεν είναι καθαρό ή αν τα παιδιά δεν αισθάνονται άνετα να καθίσουν κάτω, εναλλακτικά μπορούν να καθίσουν σε μια καρέκλα.

6. Χαλαρώστε ξεχωριστά κάθε μέρος του σώματος. Διαβάστε παρακάτω τις οδηγίες για κάθε βήμα:
 - Πρόσωπο - «Σουφρώστε τη μύτη και το μέτωπό σας σαν να μυρίζετε κάτι που μυρίζει άσχημα, και μετά χαλαρώστε το πρόσωπό σας. Επαναλάβετε 3 φορές.»
 - Σαγόني - «Σφίξτε τα σαγόνια σας με δύναμη σαν να πιέζετε ένα ξυλάκι ανάμεσα στα δόντια σας. Μετά απελευθερώστε το φανταστικό ξυλάκι και χαλαρώστε τελείως τα σαγόνια σας. Επαναλάβετε 3 φορές.»
 - Ώμοι και χέρια - «Τεντώστε μπροστά τα χέρια σας, σηκώστε τα πάνω από το κεφάλι σας και τεντωθείτε όσο πιο ψηλά μπορείτε. Μετά αφήστε τα χέρια σας να πέσουν και να κρέμονται χαλαρά στο πλάι σας. Επαναλάβετε 3 φορές.»
 - Χέρια και παλάμες - «Φανταστείτε ότι στύβετε ένα πορτοκάλι όσο πιο δυνατά μπορείτε με το ένα χέρι, το αφήνετε να πέσει στο πάτωμα και μετά αφήνετε το χέρι και την παλάμη σας να χαλαρώσουν. Επαναλάβετε 3 φορές και μετά κάντε το ίδιο με το άλλο χέρι.»

- Στομάχι - «Ξαπλώστε ανάσκελα και σφίξτε τους μύες της κοιλιάς σας όσο πιο δυνατά μπορείτε για ένα δευτερόλεπτο και μετά χαλαρώστε. Επαναλάβετε 3 φορές και μετά κάντε την ίδια διαδικασία όρθιοι.»

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά κάθονται σε καρέκλα, μπορούν να κάνουν αυτή την άσκηση καθισμένα.

- Πόδια και πατούσες - «Ξαπλώστε ανάσκελα και κουνήστε τα δάχτυλα των ποδιών σας. Τραβήξτε όλα τα δάχτυλα των ποδιών σας προς το μέρος σας και μετρήστε μέχρι το 10. Μετά χαλαρώστε τα δάχτυλά σας και μετρήστε ξανά μέχρι το 10. Επαναλάβετε 3 φορές.»

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά κάθονται σε καρέκλα, μπορούν να κάνουν αυτή την άσκηση καθισμένα.

- Ολόκληρο το σώμα - «Ξαπλώστε ανάσκελα με κλειστά μάτια και προσποιηθείτε ότι οι μύες σας είναι από πάγο και ο πάγος λιώνει. Ηρεμήστε και αφήστε το σώμα σας να χαλαρώσει. Χαλαρώστε όλο σας το σώμα για 1 λεπτό.»

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά κάθονται σε καρέκλα, μπορούν να κάνουν αυτή την άσκηση καθισμένα.

- «Τρίψτε τις παλάμες σας μεταξύ τους, τοποθετήστε τις πάνω στα μάτια σας και ανοίξτε τα σιγά σιγά. Σηκωθείτε αργά.»

7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Αρχίσαμε αυτό το παιχνίδι χοροπηδώντας εδώ κι εκεί και στη συνέχεια μάθαμε πώς να χαλαρώσουμε κάθε μέρος του σώματός μας και να ηρεμούμε.»**



21. Παραμύθι

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	8, 9, 11, 13, 14
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά επινοούν μαζί μια ιστορία χρησιμοποιώντας κάρτες συναισθημάτων.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Αρκετός χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: 6 μεγάλες κάρτες με σκίτσα που αντιπροσωπεύουν συναισθήματα, πίνακας σεμιναρίων με μπλοκ

Προετοιμασία: Φτιάξτε 6 μεγάλες κάρτες (μεγέθους A4) με σκίτσα που αντιπροσωπεύουν διαφορετικά συναισθήματα (π.χ. χαρά, τρόμο, θυμό, θλίψη, έκπληξη, δύναμη, φόβο, ευγνωμοσύνη, συστολή, ανησυχία, κούραση, αγάπη) και κρεμάστε τις στον πίνακα για να τις βλέπουν όλοι.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Ανατρέξτε στην εκπαίδευση παροχής Ψυχολογικών Πρώτων Βοηθειών και φροντίστε να ακούτε προσεκτικά τις ιστορίες των παιδιών για τυχόν ενδείξεις σοβαρής συναισθηματικής αναστάτωσης ή κακοποίησης. Αν παρατηρήσετε τέτοιες ενδείξεις, παραπέμψτε το παιδί στον κατάλληλο μηχανισμό ψυχολογικής υποστήριξης.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Κρατήστε τις κάρτες κρυμμένες.
2. Πείτε στα παιδιά ότι θα επινοήσουν μαζί μια ιστορία. Υπενθυμίστε τους να δείχνουν ευαισθησία απέναντι στους φίλους τους και να μην αναφέρουν στην ιστορία οτιδήποτε θα μπορούσε να αναστατώσει κάποιον άλλο.
3. Κάντε τις παρακάτω ερωτήσεις στα παιδιά και σχεδιάστε τις προτάσεις τους στο μπλοκ.
 - Πού διαδραματίζεται αυτή η ιστορία;
 - Ποιοι είναι οι βασικοί χαρακτήρες της ιστορίας;
 - Τι άλλο είναι κομμάτι της ιστορίας;

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αφήστε τα παιδιά να αναφέρουν 10-12 τυχαία πράγματα που θέλουν να συμπεριλάβουν στην ιστορία (π.χ. σκυλάκια, το φεγγάρι, το μπάνιο κ.λπ.).

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Σχεδιάστε τις προτάσεις στον πίνακα για να μπορέσουν να συμμετάσχουν και τα παιδιά που δεν μπορούν να διαβάσουν.
4. Ρωτήστε τα παιδιά ποιο θέλει να ξεκινήσει.
5. Επιλέξτε τυχαία μια κάρτα και κρατήστε την ψηλά για να βλέπουν όλοι.
6. Το παιδί λέει το συναίσθημα που απεικονίζεται στην κάρτα και αρχίζει την ιστορία χρησιμοποιώντας τις πληροφορίες στον πίνακα. Η ιστορία μπορεί να πάρει οποιαδήποτε τροπή, αρκεί να βασίζεται στο συναίσθημα της κάρτας.
7. Μετά από 1-2 γραμμές, επιλέξτε μια άλλη κάρτα συναισθημάτων.
8. Το επόμενο παιδί συνεχίζει την ιστορία χρησιμοποιώντας το νέο συναίσθημα και τα στοιχεία στον πίνακα. Αυτό συνεχίζεται μέχρι να παίξουν όλοι μία φορά και να χρησιμοποιηθούν όλα τα στοιχεία στην ιστορία.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Ανακατέψτε μερικές φορές τις κάρτες συναισθημάτων κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.

9. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Μέσα απ' αυτό το παιχνίδι, μάθαμε όλοι περισσότερα πράγματα για διαφορετικά συναισθήματα και πώς οι άνθρωποι μπορούν να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.»**



22. Βιβλίο συναισθηματικών αποτυπωμάτων

Δεξιότητα ΚΣΜ Διαχείριση Συναισθημάτων

Αντίστοιχες Εβδομάδες 8, 9, 10, 11, 15

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά φτιάχνουν «βιβλία συναισθηματικών αποτυπωμάτων» που απεικονίζουν τα συναισθήματά τους

ΣΥΝΘΕΣΗ > Τα παιδιά δουλεύουν χωριστά αλλά κάθονται σε ομάδες για να μοιράζονται τα υλικά.

Χρόνος: 45 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν τα παιδιά σε μικρές ομάδες και να μοιραστούν τα υλικά ζωγραφικής

Βοηθητικά μέσα: Μπογιά σε παλέτες ζωγραφικής, (5-6 παιδιά μπορούν να μοιραστούν μία), ένα μολύβι και 6-8 μικρά φύλλα χαρτί για κάθε παιδί, συρραπτικό/σπάγκος

Προετοιμασία: Βάλτε τέσσερα χρώματα σε κάθε παλέτα (μην αραιώσετε πολύ την μπογιά για να στεγνώνει πιο γρήγορα), προετοιμάστε τα υλικά ζωγραφικής για κάθε ομάδα.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Πείτε στα παιδιά ότι θα φτιάξουν το δικό τους βιβλίο συναισθηματικών αποτυπωμάτων.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να φτιάξετε το δικό σας βιβλίο συναισθηματικών αποτυπωμάτων πριν το μάθημα για να το δείξετε στα παιδιά ως παράδειγμα.
2. Εξηγήστε στα παιδιά πώς φτιάχνεται το «βιβλίο συναισθηματικών αποτυπωμάτων»:
 - Βουτήξτε απαλά τον αντίχειρά σας στην μπογιά.
 - Αφήστε την επιπλέον μπογιά να στάξει πάνω στην παλέτα.
 - Πιέστε τον αντίχειρά σας στο χαρτί για να δημιουργήσετε το αποτύπωμα με την μπογιά.
 - Περιμένετε να στεγνώσει.
 - Σχεδιάστε ένα ανθρωπάκι με ένα συναίσθημα στο πρόσωπό του.
 - Δείξτε τους το παρακάτω παράδειγμα.**ΣΥΜΒΟΥΛΗ >** Αν τα παιδιά μπορούν να γράψουν, ζητήστε τους να γράψουν τη φράση «Μερικές φορές αισθάνομαι...» πάνω από το αποτύπωμα.
3. Πείτε στα παιδιά ότι θα πρέπει να φτιάξουν αποτυπώματα διαφορετικών χρωμάτων σε διαφορετικές σελίδες και μετά να σχεδιάσουν πάνω τους ένα συναίσθημα.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Πείτε στα παιδιά να χρησιμοποιήσου πολύ λίγη μπογιά, διαφορετικά το αποτύπωμα θα αργήσει πολύ να στεγνώσει.
4. Συρράψτε ή δέστε με σπάγκο τις σελίδες για να φτιάξετε ένα βιβλίο για κάθε παιδί ή βοηθήστε τα παιδιά να το κάνουν μόνο τους, αν μπορούν.
5. Παρουσιάστε όλα τα βιβλία στην τάξη και ζητήστε από τα παιδιά να περάσουν μπροστά απ' όλα και να δουν πώς αισθάνονται οι φίλοι τους.
6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Χρησιμοποιήσαμε αυτά τα χρωματιστά αποτυπώματα για να εκφράσουμε τα διαφορετικά συναισθήματα που νιώθουμε. Διαβάζοντας τα βιβλία συναισθημάτων των άλλων παιδιών, μάθαμε ότι οι φίλοι μας ορισμένες φορές αισθάνονται όπως εμείς.»**



Παραδείγματα



Πηγή: <http://stlouiscenterforplaytherapytraining.blogspot.com/2011/11/thumbprint-feelings-book.html>



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Διαχείριση Συναισθημάτων:
Βιβλίο συναισθηματικών αποτυπωμάτων

23. Καθρέφτης

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	9, 11, 12, 13, 14
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά αντιγράφουν τις κινήσεις του σώματος και τις εκφράσεις του προσώπου των άλλων.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Αρκετός για να απλωθούν τα παιδιά

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε ζευγάρια.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσαρμόστε το παιχνίδι σε παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας ζητώντας τους να φανταστούν ένα σενάριο και να το αναπαραστήσουν ενώ ο συμπαίκτης τους πρέπει να αντιγράψει τις κινήσεις και να μαντέψει το σενάριο.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Διαβάστε δυνατά ένα σενάριο για να αναπαραστήσουν τα παιδιά. Σε κάθε ζευγάρι, το ένα παιδί θα αναπαραστήσει το σενάριο ενώ το άλλο θα μιμείται τις κινήσεις του σώματος και τις εκφράσεις του προσώπου χωρίς να χρησιμοποιεί λέξεις (θα αντιγράψει το άλλο άτομο σαν να είναι το είδωλό του στον καθρέφτη).
2. Διαβάστε δυνατά ένα άλλο σενάριο. Το δεύτερο παιδί θα αναπαραστήσει το σενάριο και το πρώτο παιδί θα μιμείται τις κινήσεις του.
3. Μετά από 2 λεπτά, μόλις χειροκροτήσετε 3 φορές, τα παιδιά πρέπει να βρουν νέο συμπαικτη. Το παιχνίδι επαναλαμβάνεται με τα νέα ζευγάρια.
4. Τα παιδιά μπορούν να παίξουν αυτό το παιχνίδι για όσο τους κρατά το ενδιαφέρον.
5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, αντιγράφοντας τις κινήσεις και τις εκφράσεις του προσώπου των άλλων, μπορέσατε να καταλάβετε καλύτερα πώς αισθάνεται κάποιος άλλος και πώς αντιδρά σε διαφορετικά σενάρια. Αυτό είναι πολύ σημαντικό προκειμένου να καταλαβαίνετε καλύτερα τους φίλους σας.»**

Παραδείγματα σεναρίων:

- Ετοιμάζεσαι για το σχολείο (συναίσθημα: ενθουσιασμός)
- Είσαι ένας αγρότης που δουλεύει στα χωράφια και ξαφνικά αρχίζει να βρέχει (συναίσθημα: έκπληξη)
- Είσαι γιατρός και προσπαθείς να ανακουφίσεις μια γριούλα με πόνο στην πλάτη (συναίσθημα: ενδιαφέρον)
- Περιμένεις να σταματήσει να βρέχει για να βγεις έξω να παίξεις (συναίσθημα: ανία)
- Προσπαθείς να κοιμηθείς και ένα κουνούπι βουίζει δίπλα στο αυτί σου και δεν σε αφήνει να κοιμηθείς (συναίσθημα: εκνευρισμός)
- Ψάχνεις τα γυαλιά σου, αλλά δεν τα βρίσκεις (συναίσθημα: ενόχληση)

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Φτιάξτε δικά σας σενάρια λαμβάνοντας υπόψη την ηλικία και τις εμπειρίες των παιδιών στην τάξη σας.



24. Συνθέτουμε τραγούδια!

Δεξιότητα ΚΣΜ Διαχείριση Συναισθημάτων

Αντίστοιχες Εβδομάδες 6, 9, 10, 11, 15

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά χρησιμοποιούν μια γνωστή μελωδία για να δημιουργήσουν ένα νέο τραγούδι με την ομάδα τους.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να δουλέψουν τα παιδιά σε ομάδες
Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν μικρές ομάδες των 5-6 ατόμων.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσαρμόστε το παιχνίδι σε παιδιά μικρότερης ηλικίας βάζοντάς τα να καθίσουν όλα μαζί και καθοδηγώντας τη διαδικασία ώστε να συνθέσει ένα τραγούδι όλη η τάξη μαζί.

> Αν η τάξη σας αποτελείται από παιδιά διαφορετικών ηλικιακών ομάδων, τα μεγαλύτερα παιδιά μπορούν να δουλέψουν σε ομάδες για να δημιουργήσουν ένα τραγούδι κι εσείς να δουλέψετε με τα μικρότερα παιδιά για να δημιουργήσετε ένα άλλο τραγούδι.

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Τα παιδιά δουλεύουν σε ομάδες για να γράψουν 2 στροφές. Πρέπει να διαλέξουν ένα συναίσθημα, το οποίο θα είναι το θέμα του τραγουδιού και μια γνωστή μελωδία (από ένα τραγούδι που γνωρίζουν ήδη) για να τραγουδήσουν το τραγούδι.
2. Δώστε στην κάθε ομάδα 5 λεπτά να αποφασίσει ποιο συναίσθημα θα χρησιμοποιήσει ως θέμα για το τραγούδι και ποια μελωδία.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να αναθέσετε εσείς ένα συναίσθημα στα παιδιά αν δεν μπορούν να διαλέξουν.
3. Δώστε στην κάθε ομάδα 15 λεπτά να δημιουργήσει το τραγούδι της και να το προσαρμόσει στη μελωδία που έχει επιλέξει.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Τα παιδιά μπορούν να αλλάξουν τη μελωδία αν δεν ταιριάζει με τους στίχους.
4. Ζητήστε από κάθε ομάδα να τραγουδήσει το τραγούδι της μπροστά σε όλη την τάξη.
5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Μέσα απ' αυτό το παιχνίδι, μάθαμε περισσότερα πράγματα για το συναίσθημα που επιλέξαμε μέσω ενός τραγουδιού. Επίσης, καταλάβαμε πώς διαφορετικές μελωδίες μπορούν να εκφράσουν διαφορετικά συναισθήματα.»**



25. Τίγρης, τίγρης, πάνθηρας

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	8, 10, 11, 15, 16
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά τρέχουν όσο πιο γρήγορα μπορούν, σταματούν για να κάνουν χειραψία και μετά κάνουν αγώνα δρόμου για να καταλάβουν τον ελεύθερο χώρο.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν υπάρχουν στην τάξη σας παιδιά με σωματικές αναπηρίες, προσαρμόστε το παιχνίδι ώστε να μπορούν να συμμετέχουν. Ζητήστε από τα παιδιά να περπατούν γρήγορα, αντί να τρέχουν. Αναθέστε έναν «κολλητό φίλο» σε κάθε παιδί με σωματική αναπηρία. Όταν έρθει η σειρά τους να παίξουν την τίγρη ή τον πάνθηρα, ο «κολλητός» τους μπορεί να περπατάει μαζί τους και να τους βοηθάει.

> Αν τα παιδιά δεν γνωρίζουν τι είναι τα λιοντάρια, οι τίγρεις και οι πάνθηρες, ή αν τρέφουν αρνητικά συναισθήματα γι' αυτά, μπορείτε να τα αντικαταστήσετε με καταλληλότερα ζώα.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Εξηγήστε στα παιδιά τους κανόνες του παιχνιδιού.
2. Ένα παιδί προθυμοποιείται να ξεκινήσει το παιχνίδι. Το παιδί αυτό είναι το «λιοντάρι». Το λιοντάρι στέκεται έξω από τον κύκλο, δεν έχει θέση μέσα στον κύκλο.
3. Μόλις πείτε «Πάμε!», το λιοντάρι θα περπατήσει γύρω από τον κύκλο και θα επιλέξει δύο παίκτες ως «τίγρεις». Οι τίγρεις δεν θα κουνηθούν, πρέπει να συνεχίσουν να κάθονται.
4. Το λιοντάρι επιλέγει έναν τρίτο παίκτη, δηλώνοντας ότι είναι ο πάνθηρας, και αρχίζει να τρέχει. Ο πάνθηρας σηκώνεται γρήγορα και αρχίζει να τρέχει στην αντίθετη κατεύθυνση.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν δεν επιτρέπεται τα παιδιά να αγγίζουν το ένα το άλλο, μοιράστε σε όλους μακριές λωρίδες χαρτιού για να ακουμπούν ο ένας τον άλλο.
5. Όταν το λιοντάρι και ο πάνθηρας συναντηθούν, σταματούν, δίνουν τα χέρια, χαιρετούν ο ένας τον άλλο στη γλώσσα τους και μετά τρέχουν όσο πιο γρήγορα μπορούν για να πάρουν την άδεια θέση που άφησε ο πάνθηρας όταν σηκώθηκε. Αν ένας από τους παίκτες δεν ακινητοποιηθεί πλήρως, χάνει αμέσως τη θέση του.
6. Τονίστε ότι το λιοντάρι και ο πάνθηρας πρέπει να ακινητοποιηθούν πλήρως για να δώσουν τα χέρια, και να μην το κάνουν εν κινήσει.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν δεν επιτρέπεται να κάνουν χειραψία τα παιδιά, ζητήστε τους να ακινητοποιηθούν και να χαιρετήσουν το ένα το άλλο στη γλώσσα τους.
7. Ο παίκτης που δεν κατορθώνει να καθίσει στην άδεια θέση, γίνεται λιοντάρι για τον επόμενο γύρο και το παιχνίδι συνεχίζεται μέχρι να παίξουν όλα τα παιδιά τουλάχιστον μία φορά στη θέση του λιονταριού ή του πάνθηρα.
8. Πείτε στα παιδιά ότι όλοι πρέπει να παίξουν μία φορά για να ολοκληρωθεί το παιχνίδι, ώστε να συμπεριλάβουν στο παιχνίδι όλους τους συμμαθητές τους.
9. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, το λιοντάρι και ο πάνθηρας ένωσαν πολύ ενθουσιασμένοι και έτρεχαν γρήγορα και ξαφνικά έπρεπε να ηρεμήσουν και να ακινητοποιηθούν. Αυτό σας βοηθά να ελέγχετε τα συναισθήματά σας και να ηρεμείτε γρήγορα όταν χρειάζεται.»**
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να αλλάξετε το παιχνίδι ζητώντας από τα παιδιά να χοροπηδούν στο ένα πόδι ή να κάνουν σκοινάκι αντί να τρέχουν. Μπορείτε επίσης να τους πείτε να χρησιμοποιούν διαφορετικούς χαιρετισμούς καθώς δίνουν τα χέρια.



26. Θεατρικό συναισθημάτων

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	10, 11, 12, 13, 14
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά δουλεύουν σε ομάδες για να δημιουργήσουν ένα θεατρικό έργο 3-5 λεπτών χρησιμοποιώντας τα συναισθήματα που τους δίνονται.

Χρόνος: 45 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να δουλέψουν τα παιδιά σε ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Να είστε προσεκτικοί ώστε να μην αναφέρετε τοποθεσία που θα μπορούσε να πυροδοτήσει αγχωτικές αντιδράσεις στο παιδί.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Μπορείτε να τριγυρνάτε στην αίθουσα κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας προκειμένου να βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά δεν αναπαριστούν γεγονότα που θα μπορούσαν να πυροδοτήσουν αγχωτικές αντιδράσεις είτε στα ίδια είτε στους συμμαθητές τους.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες των 5-6 ατόμων.

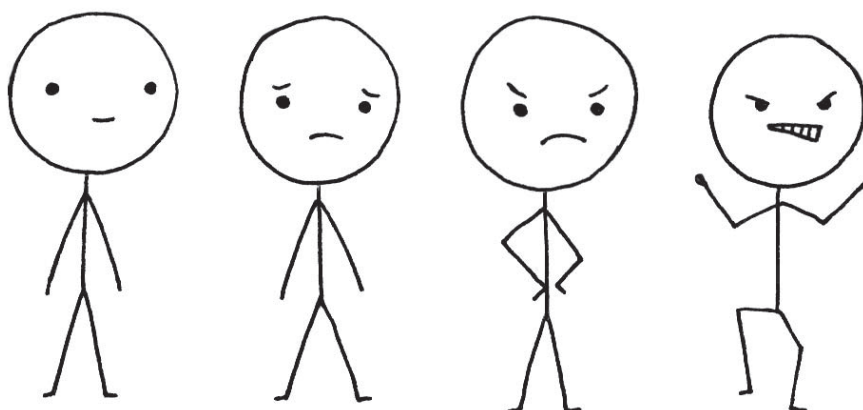
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε σε κάθε ομάδα μία τοποθεσία και 3 συναισθήματα. (για παράδειγμα, τοποθεσία: η κορυφή ενός λόφου, συναισθήματα: κουρασμένος, χαμένος, ενθουσιασμένος).
2. Κάθε ομάδα θα έχει 25 λεπτά να προετοιμάσει ένα μικρό θεατρικό έργο διάρκειας 3-5 λεπτών.
3. Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι πρέπει να προσέχουν να μην συμπεριλάβουν στοιχεία που θα μπορούσαν να αναστατώσουν κάποιον συμπαίκτη τους.
4. Πρέπει να εντάξουν στο έργο όλα τα συναισθήματα που τους έχουν δοθεί.
5. Κάθε μέλος της ομάδας πρέπει να αναλάβει έναν ρόλο στο έργο.
6. Μετά από 25 λεπτά, ζητήστε από την κάθε ομάδα να παρουσιάσει το θεατρικό της στην υπόλοιπη τάξη.
7. Στο τέλος κάθε παράστασης, η υπόλοιπη τάξη πρέπει να μαντέψει όλα τα συναισθήματα που αναπαριστώνται στο θεατρικό.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Μέσα απ' αυτό το θεατρικό, μάθατε όλοι πώς προκαλούνται και πώς εκφράζονται διαφορετικά συναισθήματα. Παρακολουθώντας τα άλλα θεατρικά, καταλάβετε ότι μερικές φορές οι άλλοι άνθρωποι εκφράζουν τα συναισθήματά τους όπως εσείς, και άλλες φορές τα εκφράζουν με τρόπο πολύ διαφορετικό από τον δικό σας.»**



27. Επίπεδα συναισθηματικής έντασης

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	8, 10, 11, 12, 14
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά εκφράζουν το συναίσθημα που τους δίνεται με διαφορετικά επίπεδα έντασης

μεταξύ τους. Τοποθετήστε τα άλλα 2 θερμομέτρα σε αύξουσα σειρά από το πίσω προς το μπροστά μέρος της σκηνής, όπως φαίνεται παρακάτω.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για σκηνή μήκους περίπου 5 μέτρων και χώρος για να καθίσουν τα παιδιά μπροστά από τη σκηνή.

Βοηθητικά μέσα: Κιμωλία/ταινία/σκοινί, 4 χαρτιά μεγέθους A4 με το σύμβολο του θερμομέτρου σε διαφορετικούς βαθμούς θερμοκρασίας (παραδείγματα παρακάτω), λίστα συναισθημάτων

Προετοιμασία: Προετοιμάστε τη σκηνή κρεμώντας το θερμομέτρο με τη χαμηλότερη ένδειξη στο πίσω μέρος της σκηνής και το θερμομέτρο με την υψηλότερη ένδειξη στο μπροστινό μέρος της σκηνής. Φτιάξτε 2 μικρές γραμμές με την κιμωλία/ταινία/σκοινί από το πίσω προς το μπροστά μέρος της σκηνής, σε απόσταση 2 βημάτων



ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν στον χώρο μπροστά από τη σκηνή.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Εξηγήστε στα παιδιά ότι η χαμηλότερη κόκκινη ένδειξη στη σκηνή σημαίνει «ηρεμία» και η υψηλότερη κόκκινη ένδειξη σημαίνει «μέγιστη ένταση συναισθήματος». Οι μεσαίες ενδείξεις δείχνουν την αυξανόμενη ένταση του συναισθήματος.
2. Τονίστε ότι δεν υπάρχει θερμομέτρο με πλήρη κόκκινη ένδειξη καθώς δεν είναι υγιές να φτάνουμε σε τέτοια επίπεδα έντασης συναισθημάτων. Κατά τη διάρκεια της αναπαράστασης, πρέπει να ελέγχουν τα συναισθήματά τους και να μην φτάνουν στο μέγιστο επίπεδο έντασης.
3. Ζητήστε από τα παιδιά να σας πλησιάσουν ένα ένα.
4. Ψιθυρίστε το συναίσθημα στο αυτί του παιδιού.

Συναίσθημα που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε σε αυτό το παιχνίδι:

- Θυμός - Σύγχυση
- Χαρά - Υπερηφάνεια
- Τρόμος - Ανία
- Έκπληξη - Δύναμη
- Λύπη - Συστολή
- Κούραση - Ανησυχία
- Χαρά - Φόβος
- Ενθουσιασμός - Αγάπη
- Ενόχληση

5. Το παιδί πηγαίνει στο πίσω μέρος της σκηνής, στέκεται ακίνητο για 2 δευτερόλεπτα κάτω από το θερμομέτρο με τη χαμηλότερη ένδειξη, και στη συνέχεια προχωρά μπροστά, στην επόμενη γραμμή, και αναπαριστά το συναίσθημα με μικρή ένταση. Στη συνέχεια, προχωρά στην επόμενη γραμμή και αναπαριστά το συναίσθημα με μεσαία ένταση συναισθήματος. Στο τέλος, το παιδί στέκεται στην τελευταία γραμμή, κάτω από το θερμομέτρο με την υψηλότερη ένδειξη, και αναπαριστά το συναίσθημα με μεγαλύτερη ένταση.
6. Στη συνέχεια, το παιδί κάνει την αντίστροφη διαδικασία, μειώνοντας την ένταση του συναισθήματος και, στο τέλος, καταλήγει κάτω από το θερμομέτρο με τη χαμηλότερη ένδειξη και στέκεται ακίνητο για 2 δευτερόλεπτα.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να δείξετε στα παιδιά πώς γίνεται η διαδικασία χρησιμοποιώντας ένα συναίσθημα που μπορούν εύκολα να κατανοήσουν, όπως ο θυμός. Για παράδειγμα, σταθείτε στο πίσω μέρος της σκηνής ακίνητοι, προχωρήστε μπροστά κάνοντας ένα μικρό συνοφρύωμα, αυξήστε ελαφρώς το επίπεδο του θυμού εντείνοντας την έκφραση του προσώπου σας και σφίγγοντας τις γροθιές σας και, τέλος, προχωρήστε μπροστά, κάτω από την υψηλότερη ένδειξη θερμοκρασίας και αυξήστε την ένταση του συναισθήματος χτυπώντας με δύναμη το πόδι σας θυμωμένα. Στη συνέχεια, αναπαραστήστε τα ίδια συναισθήματα σε αντίστροφη σειρά, τελειώνοντας τη δραστηριότητα παραμένοντας ακίνητοι.

7. Μόλις ολοκληρώνει τη δραστηριότητα κάθε παιδί, οι άλλοι πρέπει να μαντέψουν το συναίσθημα.
8. Το παιχνίδι τελειώνει αφού παίξει έναν γύρο κάθε παιδί.
9. Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα συζητώντας με όλα τα παιδιά και ρωτώντας τα πώς ένιωθαν το σώμα και το μυαλό τους κατά τα διαφορετικά στάδια του παιχνιδιού.
10. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Μέσω αυτού του παιχνιδιού, καταλάβατε ότι τα συναισθήματα μπορούν να έχουν διαφορετικά επίπεδα έντασης και εξασκηθήκατε στο πώς να εκφράζετε τα συναισθήματά σας με ελεγχόμενο τρόπο. Επίσης, είχατε την ευκαιρία να δείτε πώς εκφράζουν οι φίλοι σας τα συναισθήματά τους. Αν θυμηθείτε τις αισθήσεις σας κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, θα συνειδητοποιήσετε ότι αισθανόσαστε ήρεμοι και χαλαροί όταν ήσασταν ακίνητοι.**



28. Αλλάζω το σώμα μου, αλλάζω τα συναισθήματά μου

Δεξιότητα ΚΣΜ	Διαχείριση Συναισθημάτων-
Αντίστοιχες Εβδομάδες	9, 10, 11, 15, 16-
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά αποκτούν επίγνωση του τρόπου που αλλάζουν τα συναισθήματα όταν αλλάζει και η στάση του σώματος

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος ώστε να στέκονται τα παιδιά όρθια σε απόσταση τουλάχιστον ενός χεριού το ένα από το άλλο.

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Πείτε στα παιδιά να βρουν ένα σημείο να σταθούν σε απόσταση τουλάχιστον ενός χεριού από τον διπλανό τους.

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Αυτό είναι ένα παιχνίδι που παίζεται με αργούς ρυθμούς και ηρεμία.
2. Πείτε στα παιδιά ότι πρέπει να σταθούν ακίνητα, να ακούνε προσεκτικά τις οδηγίες και να τις ακολουθούν ώστε να αλλάζουν σιωπηλά τη στάση του σώματός τους. Πείτε τους ότι κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας θα τους κάνετε ερωτήσεις για να τα βοηθήσετε να έχουν επίγνωση του πώς αλλάζουν τα συναισθήματά τους καθώς αλλάζει και η στάση του σώματος. Πρέπει να σκέφτονται αυτές τις ερωτήσεις στο μυαλό τους και να μην μιλούν δυνατά.
3. Διαβάστε δυνατά τις παρακάτω οδηγίες:
 - Κλείστε τα μάτια σας. Σταθείτε με τα πόδια ελαφρώς ανοιχτά και τοποθετήστε τα χέρια στη μέση σας με τις παλάμες στραμμένες προς τους μηρούς. Εστιάστε στην αναπνοή σας. Έχετε την επίγνωσή σας σε αυτή τη στιγμή.
 - Εστιάστε πλήρως την προσοχή σας στα χέρια σας, σηκώστε αργά τα χέρια σας στο πλάι και ανοίξτε τις παλάμες σας προς τον ουρανό. Μείνετε σε αυτή τη θέση. Αναπνεύστε. Νιώστε την επίγνωση σε όλο σας το σώμα. Παρατηρήστε πώς αισθάνεστε το σώμα σας.
 - Επιστρέψτε αργά στην αρχική θέση - σταθείτε με τα πόδια ελαφρώς ανοιχτά και τοποθετήστε τα χέρια στη μέση σας με τις παλάμες στραμμένες προς τους μηρούς. Εστιάστε στην αναπνοή σας. Έχετε την επίγνωσή σας σε αυτή τη στιγμή.
 - Ρίξτε μπροστά τους ώμους σας. Ρίξτε μπροστά το κεφάλι ώστε το πηγούνι να ακουμπάει στον θώρακά σας. Πώς σας κάνει να αισθάνεστε αυτή η στάση; (Παύση 10 δευτερολέπτων), τραβήξτε τους ώμους προς τα πίσω καθώς σηκώνετε το κεφάλι σας στην κανονική του θέση. Παρατηρήστε τη διαφορά στον τρόπο που αισθάνεστε.
 - Σηκώστε το πηγούνι και ρίξτε το κεφάλι σας προς τα πίσω. (Παύση 10 δευτερολέπτων). Γυρίστε το πηγούνι σας στην κανονική του θέση. Παρατηρήστε πώς αισθάνεστε.



- Σφίξτε την παλάμη σας σε γροθιά. Νιώστε τους μυς στο χέρι σας να σφίγγουν. (Παύση 10 δευτερολέπτων). Χαλαρώστε τη γροθιά σας. Παρατηρήστε πώς αλλάζει η αίσθηση του σώματός σας.
 - Γείρετε το κεφάλι σας προς το έδαφος. Ανοίξτε αργά τα μάτια σας. Κοιτάξτε το πάτωμα. Προσπαθήστε να μην ανοιγοκλείνετε μάτια σας. Κοιτάξτε επίμονα το πάτωμα. (Παύση 10 δευτερολέπτων). Χαλαρώστε αργά τα μάτια σας και κλείστε τα πάλι. Παρατηρήστε πώς αλλάζουν τα συναισθήματά σας.
 - Εστιάστε την προσοχή σας στο στόμα σας. Χαμογελάστε αργά. (Παύση 5 δευτερολέπτων). Ισιώστε τα χείλη σας.
 - Ενώστε τις παλάμες σας και αρχίστε να τις τρίβετε μεταξύ τους αργά. Νιώστε τη ζέστη ανάμεσα στις παλάμες σας. Τοποθετήστε τις παλάμες σας πάνω στα μάτια σας. Απομακρύνετε αργά τις παλάμες σας και ανοίξτε τα μάτια σας.
 - Περπατήστε αργά και σχηματίστε αθόρυβα έναν μεγάλο κύκλο. Καθίστε κάτω. Τώρα θα μιλήσουμε για το πώς αλλάζει ο τρόπος που αισθανόμαστε όταν αλλάζει η στάση του σώματός μας.
- 4.** Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα συζητώντας με όλη την τάξη χρησιμοποιώντας την παρακάτω λίστα ερωτήσεων. Βεβαιωθείτε ότι κάθε παιδί θα μιλήσει τουλάχιστον μία φορά κατά τη διάρκεια της συζήτησης. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις.
- Σε πόσους από εσάς άρεσε αυτή η δραστηριότητα; Σηκώστε το χέρι.
 - Σε πόσους από εσάς δεν άρεσε αυτή η δραστηριότητα; Σηκώστε το χέρι.
 - Ποιο ήταν η αγαπημένη σας στάση σώματος; Πώς σας έκανε να αισθανθείτε;
 - Ποια στάση σώματος δεν σας άρεσε; Πώς σας έκανε να αισθανθείτε;
 - Για ποιο λόγο πιστεύετε ότι αλλάζει ο τρόπος που αισθανόμαστε όταν αλλάζει η στάση του σώματος;
 - Πιστεύετε ότι μπορείτε να αλλάξετε τον τρόπο που αισθάνεστε αλλάζοντας τη στάση του σώματός σας;
- 5.** Ανακεφαλαιώστε τη συζήτηση μεταδίδοντας στα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, νιώσατε ότι όταν αλλάζετε με οποιονδήποτε τρόπο τη στάση του σώματός σας, αλλάζουν και τα συναισθήματά σας. Είναι σημαντικό να το θυμάστε, γιατί μπορεί να σας βοηθήσει να ελέγχετε τα συναισθήματά σας. Για παράδειγμα, όταν είστε θυμωμένοι, το σώμα σας είναι σφιγμένο. Αν χαλαρώσετε το σώμα σας παίρνοντας βαθιές ανάσες, ο θυμός σας θα μετριαστεί.»



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες



29. Το αγαπημένο μου

Δεξιότητα ΚΣΜ Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες

Αντίστοιχες Εβδομάδες 1, 2, 3, 20, 22

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά κατανοούν τις ομοιότητες και τις διαφορές μέσα στην ομάδα.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο. Μπίτετε κι εσείς στον κύκλο.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Παρουσιάστε το παιχνίδι ως έναν διασκεδαστικό τρόπο να γνωρίσετε ο ένας τον άλλο και να κατανοήσετε πώς μοιάζουμε και πώς διαφέρουμε μεταξύ μας. Εξηγήστε ότι σε αυτό το παιχνίδι θα χαίρεστε και για τις ομοιότητες και για τις διαφορές.
2. Ξεκινήστε το παιχνίδι. Σταθείτε στο κέντρο του κύκλου και πείτε σε όλους κάτι αγαπημένο σας, όπως για παράδειγμα το αγαπημένο σας φαγητό, την αγαπημένη σας ταινία, το αγαπημένο σας πρόσωπο.
3. Όσοι έχουν το ίδιο αγαπημένο πράγμα θα σταθούν μαζί με το άτομο που βρίσκεται στο κέντρο του κύκλου καθώς όλοι οι υπόλοιποι τους χειροκροτούν.
4. Αν κανένας δεν έχει το ίδιο αγαπημένο πράγμα με το άτομο που στέκεται στο κέντρο του κύκλου, όσοι κάθονται στον κύκλο χειροκροτούν το άτομο στο κέντρο.
5. Όλα τα παιδιά θα έρχονται με τη σειρά στο κέντρο του κύκλου και θα μοιράζονται με τους υπόλοιπους τα αγαπημένα τους πράγματα.
6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Μέσα απ' αυτό το παιχνίδι, μάθατε ότι διαφέρετε από τους φίλους σας με πολλούς τρόπους, αλλά ταυτόχρονα μοιάζετε με τους φίλους σας με πολλούς τρόπους. Μπορείτε να είστε φίλοι με άτομα που είναι διαφορετικά από εσάς και με άτομα που μοιάζουν με εσάς.»**



30. Κοίτα με στα μάτια

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 2, 19, 20, 22
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά κοιτούν στα μάτια και χαιρετούν το ένα το άλλο

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο. Μπείτε κι εσείς στον κύκλο.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν η οπτική επαφή θεωρείται αρνητικός τρόπος επικοινωνίας μεταξύ φίλων, ζητήστε από τα παιδιά να δείχνουν τον συμμαθητή τους αντί να κοιτούν το ένα το άλλο.

> Αν δεν επιτρέπεται να κάνουν χειραψία τα παιδιά, ζητήστε τους να χαιρετήσουν το ένα το άλλο μόνο λεκτικά, χωρίς να δώσουν τα χέρια.

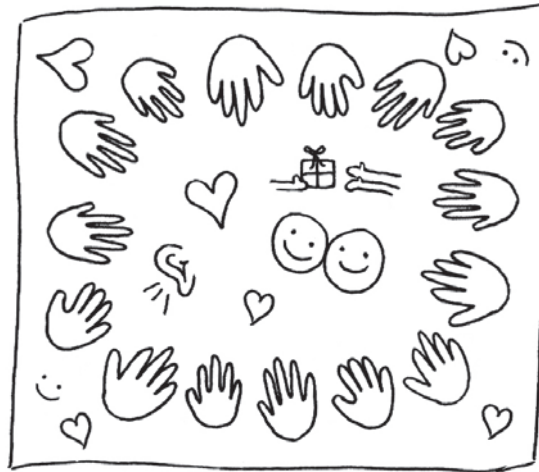
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο και σκύβουν το κεφάλι.
2. Μόλις πείτε «1-2-πάνω!», όλοι σηκώνουν το κεφάλι και επιλέγουν να κοιτάξουν ένα άτομο.
3. Αν 2 παιδιά κοιτάξουν το ένα το άλλο στα μάτια, σηκώνονται, έρχονται στο κέντρο του κύκλου, δίνουν τα χέρια και χαιρετούν το ένα το άλλο χρησιμοποιώντας τα ονόματά τους. Για παράδειγμα, «Καλημέρα Γιάννη!» ή «Τι κάνεις Μαρία;».
4. Στη συνέχεια, επιστρέφουν στη θέση τους και συνεχίζουν το παιχνίδι.
5. Δεν πρέπει να κοιτάξουν το ίδιο άτομο δεύτερη φορά - πρέπει να χαιρετηθούν με άλλο παιδί σε κάθε γύρο.
6. Το παιχνίδι τελειώνει όταν κουραστούν τα παιδιά.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, χαιρετήσατε ο ένας τον άλλο χρησιμοποιώντας τα ονόματά σας, που είναι καταπληκτικός τρόπος να κάνετε καινούργιους φίλους!»**



31. Κύκλος φιλίας

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 2, 19, 20, 23
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά χτίζουν δεσμούς φιλίας μέσα στην τάξη.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο. Το πάτωμα θα πρέπει να είναι λείο και καθαρό

Βοηθητικά μέσα: Ένα μεγάλο φύλλο χαρτί, μαρκαδόρους, κηρομπογιές/ξύλομπογιές, κολλητική ταινία

Προετοιμασία: Απλώστε το μεγάλο χαρτί στο κέντρο της τάξης. Αν δεν έχετε μεγάλο χαρτί, ενώστε με την κολλητική ταινία μικρά φύλλα χαρτί για να δημιουργήσετε ένα μεγάλο φύλλο.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο γύρω από το χαρτί. Μπείτε κι εσείς στον κύκλο.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Καθίστε σε κύκλο γύρω από το χαρτί. Ζητήστε από κάθε παιδί να τοποθετήσει μία παλάμη πάνω στο χαρτί, ώστε να σχηματιστεί ένας μεγάλος κύκλος με παλάμες (βλ. το παράδειγμα παραπάνω).
2. Βοηθήστε τα παιδιά να σχηματίσουν το περίγραμμα τις παλάμες τους στο χαρτί χρησιμοποιώντας τον μαρκαδόρο.
3. Εξηγήστε στα παιδιά ότι αυτός είναι ένας κύκλος φιλίας, και πρέπει όλοι να βοηθάμε και να στηρίζουμε ο ένας τον άλλο.
4. Ρωτήστε τα παιδιά, «Τι πιστεύετε ότι θα έκανε αυτόν τον κύκλο φιλίας ακόμα πιο δυνατό;» (Παράδειγμα απάντησης: αγάπη, αμοιβαία εμπιστοσύνη). Ζητήστε από τα παιδιά να μοιραστούν τις απαντήσεις τους με όλη την ομάδα.
5. Αφού μιλήσουν όσα παιδιά είχαν να μοιραστούν μια ιδέα, τα παιδιά θα χρησιμοποιήσουν τα υλικά ζωγραφικής για να διακοσμήσουν το σκίτσο της παλάμης τους και τον χώρο γύρω απ' αυτό με ζωγραφιές που δείχνουν τι κάνει μια φιλία πιο δυνατή.
6. Στο τέλος, γράψτε τη φράση «Ο δικός μας κύκλος φιλίας» στο κέντρο του χαρτιού και κρεμάστε το σε ένα εμφανές σημείο της τάξης.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Δημιουργώντας αυτόν τον κύκλο φιλίας με τις παλάμες μας, υποσχθήκαμε να βοηθάμε ο ένας τον άλλο, να στηρίζουμε ο ένας τον άλλο και να δείχνουμε καλοσύνη και ενδιαφέρον ο ένας στον άλλο. Αυτό θα κάνει τον κύκλο φιλίας μας κάθε μέρα όλο και πιο δυνατό.»**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά σκέφτονται πολλή ώρα τις απαντήσεις τους, δώστε τους ένα παράδειγμα λέγοντας «Πιστεύω ότι αυτός ο κύκλος θα γινόταν πιο δυνατός αν μοιραζόμασταν σκέψεις και πράγματα και δείχναμε καλοσύνη ο ένας στον άλλο.»



32. Από μένα σε σένα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 4, 21, 23, 25
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά χτίζουν δεσμούς φιλίας μέσα στην τάξη και μαθαίνουν τα ονόματα των συμμαθητών τους.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σταθούν όρθια σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν όρθια και να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο. Μπείτε κι εσείς στον κύκλο.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν δεν επιτρέπεται να έχουν τα παιδιά φυσική επαφή, μοιράστε στον «νονό» μακριές λωρίδες χαρτιού για να «βαφτίζει» τα παιδιά.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. ηγήστε από έναν εθελοντή να σταθεί μέσα στον κύκλο. Το παιδί αυτό είναι ο «νονός».
2. Επιλέξτε ένα παιδί από τον κύκλο (για παράδειγμα, τη Μαρία) για να ξεκινήσει το παιχνίδι. Η Μαρία λέει «Από-τη-Μαρία-στον-Γιάννη», ενώ δείχνει το άλλο παιδί (σε αυτή την περίπτωση, τον Γιάννη).
3. Το παιδί του οποίου το όνομα ακούστηκε δεύτερο (σε αυτή την περίπτωση, ο Γιάννης) θα συνεχίσει το παιχνίδι λέγοντας «Από-τον-Γιάννη-στην-Άννα», ενώ δείχνει το άλλο παιδί (σε αυτή την περίπτωση, την Άννα).
4. Ενώ αυτό συνεχίζεται, ο «νονός» πρέπει να είναι σε εγρήγορση και να ακούει προσεκτικά. Ο «νονός» πρέπει να «βαφτίσει» κάποιον στον κύκλο **μόλις** ακουστεί το πρώτο όνομα και **πριν** ακουστεί το δεύτερο. Για παράδειγμα, τη στιγμή που η Μαρία λέει «Από-τη-Μαρία-στον-Γιάννη», ο «νονός» πρέπει να «βαφτίσει» κάποιον μόλις η Μαρία πει «Μαρία» και πριν πει «Γιάννης».
5. Τα παιδιά στον κύκλο δεν μπορούν κινηθούν εκτός του κύκλου. Όποιο παιδί βγει από τον κύκλο, γίνεται «νονός».
6. Εξηγήστε στα παιδιά ότι πρέπει να λένε το όνομά τους και το όνομα ενός φίλου τους όσο πιο γρήγορα μπορούν, ώστε ο «νονός» να μην έχει πολύ χρόνο να «βαφτίσει» κάποιον.
7. Αν ο «νονός» βαφτίσει κάποιον πριν ακουστεί το δεύτερο όνομα, το παιδί που βάφτισε ο «νονός» μπαίνει στο κέντρο του κύκλου και παίρνει τη θέση του.
8. Ο παλιός «νονός» παίρνει τη θέση του νέου «νονού» στον κύκλο και αρχίζει το παιχνίδι από την αρχή.
9. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Αυτό ήταν ένα διασκεδαστικό παιχνίδι που σας βοήθησε να μάθετε τα ονόματα των συμμαθητών σας και να γίνετε φίλοι.»**



33. Ο άνεμος φυσάει...

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 20, 21, 22, 25
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά χτίζουν δεσμούς φιλίας μέσα στην τάξη.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σταθούν όρθια σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα

Προετοιμασία: Δημιουργήστε μια λίστα χαρακτηριστικών για το παιχνίδι.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Λαμβάνοντας υπόψη τις τραυματικές εμπειρίες που μπορεί να έχουν βιώσει τα παιδιά, επιλέξτε τα χαρακτηριστικά πολύ προσεκτικά. Για παράδειγμα, μη χρησιμοποιείτε χαρακτηριστικά όπως «έχει αδερφή» ή «έχει μεγάλη οικογένεια», καθώς είναι πιθανό τα παιδιά να έχουν χάσει προσφάτως μέλη της οικογένειάς τους.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν όρθια και να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο. Σταθείτε κι εσείς στο κέντρο του κύκλου.

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Ζητήστε από ένα παιδί να σταθεί δίπλα σας στο κέντρο του κύκλου.
2. Ζητήστε από ένα άλλο παιδί να γεμίσει το κενό που άφησε το παιδί που πήγε στο κέντρο του κύκλου.
3. Ξεκινήστε το παιχνίδι λέγοντας «Ο άνεμος φυσάει για όποιον...» και προσθέστε ένα χαρακτηριστικό που αληθεύει για το παιδί που είναι στη μέση του κύκλου, για παράδειγμα «...φοράει κάλτσες!» ή «...έχει μαύρα μαλλιά!».
4. Όλοι όσοι έχουν το ίδιο χαρακτηριστικό πρέπει να περπατήσουν (όχι να τρέξουν) και να αλλάξουν θέσεις στον κύκλο. Το παιδί που είναι στο κέντρο πρέπει να κινηθεί κι αυτό γρήγορα για να καταλάβει μια άδεια θέση στον κύκλο.
5. Θα μείνει εκτός κύκλου ένα παιδί που θα σταθεί μαζί σας στο κέντρο.
6. Το παιχνίδι συνεχίζεται με τον ίδιο τρόπο, με τα παιδιά να αλλάζουν θέσεις αν μοιράζονται τα χαρακτηριστικά που ανακοινώνετε.
7. Αν πείτε «Μπερδευτείτε!», όλοι πρέπει να περπατήσουν (όχι να τρέξουν) και να αλλάξουν θέσεις.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το διασκεδαστικό παιχνίδι, μάθαμε καινούργια πράγματα ο ένας για τον άλλο. Ακόμη, όταν παίζουμε παιχνίδια μαζί, είναι ένας πολύ καλός τρόπος να γίνουμε φίλοι!»**



34. Χάρτινες κούκλες

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 20, 21, 22, 23
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά εκφράζουν την έννοια της φιλίας στην ομάδα.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να δουλέψουν τα παιδιά σε ζευγάρια

Βοηθητικά μέσα: Φύλλα Α4, μολύβια, κηρομπογιές/ξυλομπογιές, ψαλίδι, κολλητική ταινία

Προετοιμασία: Συμβουλευτείτε τις παρακάτω οδηγίες για να φτιάξετε χάρτινες κούκλες. Χωρίστε τις κούκλες σε ζευγάρια.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να επιλέξουν έναν συμπαίκτη και να καθίσουν σε ζευγάρια

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν τα παιδιά είναι αρκετά μεγάλα, μπορούν να κόψουν μόνα τους τις κούκλες σε συνεργασία με τον συμπαίκτη τους.

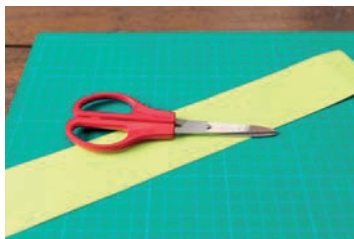
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Συζητήστε με τα παιδιά την έννοια της φιλίας και πώς θα κάνουν πολλούς φίλους στον ΑΧΑΜ.
2. Ρωτήστε τους μαθητές τι είναι φίλος και τι χρειάζεται για να είναι κάποιος καλός φίλος.
3. Δώστε σε κάθε ζευγάρι δύο χάρτινες κούκλες και πείτε σε κάθε μαθητή να ζωγραφίσει τον συμπαίκτη του, προσέχοντας να μην σκίσουν την κούκλα.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν ο αριθμός των μαθητών είναι μονός, ενώστε με κολλητική ταινία μια τρίτη κούκλα και φτιάξτε μια ομάδα των τριών παιδιών.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν δεν υπάρχουν αρκετές κηρομπογιές, ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν μικρές ομάδες και να τις μοιραστούν.
4. Μόλις τα παιδιά τελειώσουν τη ζωγραφική, ζητήστε τους να πουν στον συμπαίκτη τους 3 πράγματα που τον κάνουν καλό φίλο.
5. Ενώστε τις κούκλες με κολλητική ταινία με τη βοήθεια των παιδιών και, αν γίνεται, κρεμάστε με σκοινί όλη τη σειρά στον ΑΧΑΜ.
6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Το να κάνουμε φίλους και να είμαστε καλοί φίλοι είναι σημαντικό κομμάτι της ζωής μας. Αυτό το παιχνίδι είναι ένας διασκεδαστικός τρόπος να δείξετε στους φίλους σας ότι εκτιμάτε τη φιλία τους.»**



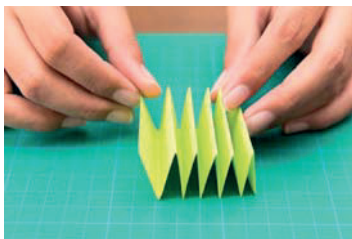
Οδηγίες για την κατασκευή χάρτινης κούκλας

Βήμα 1



Κόψτε μια μακριά λωρίδα χαρτί. Η λωρίδα μπορεί να είναι πιο φαρδιά σε σχέση με την πρώτη μέθοδο, γιατί τα παιδιά θα χρειαστούν μεγαλύτερη επιφάνεια ζωγραφικής.

Βήμα 2



Διπλώστε το χαρτί σαν ακορντεόν σε ορθογώνιο παραλληλόγραμμο. Κάντε τις πτυχές όσο πιο ισομεγέθεις μπορείτε. Ένα καλό κόλπο είναι να διπλώσετε πρώτα τη λωρίδα στη μέση πολλές φορές. Όταν το ορθογώνιο παραλληλόγραμμο έχει το επιθυμητό μέγεθος, ξεδιπλώστε το χαρτί. Χρησιμοποιώντας σαν οδηγό τις γραμμές που δημιουργήθηκαν από το δίπλωμα, διπλώστε το χαρτί σαν ακορντεόν.

Βήμα 3



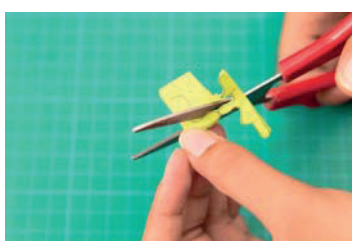
Σχεδιάστε μισό ανθρωπάκι στο ένα άκρο του παραλληλογράμμου. Ο κορμός και το κεφάλι του σώματος θα είναι στην άκρη. Το χέρι θα εκτείνεται ακριβώς μέχρι το κέντρο του χαρτιού. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε χάρακα για να υπολογίσετε το κέντρο του χαρτιού και να τραβήξετε μια γραμμή. Διαφορετικά, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα στένσιλ.

Βήμα 4



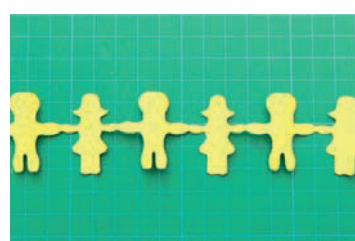
Σχεδιάστε το δεύτερο ανθρωπάκι στο απέναντι άκρο. Το δεύτερο ανθρωπάκι μπορεί να είναι διαφορετικό. Για παράδειγμα, ζωγραφίστε ένα κοριτσάκι με φόρεμα. Ο κορμός και το κεφάλι του σώματός της θα είναι στην άκρη. Το χέρι της θα εκτείνεται μέχρι το κέντρο του χαρτιού και θα ενώνεται με το άλλο χέρι. Τα χέρια πρέπει να έρχονται σε επαφή. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη φαντασία σας όσον αφορά το σημείο όπου ενώνονται τα χέρια. Τα χέρια μπορούν να κρατούν διαφορετικά συμμετρικά σχήματα, όπως μια καρδιά, ένα αστέρι, ένα μικρό παιδί κ.λπ.

Βήμα 5



Κόψτε τα ανθρωπάκια. Καθώς κόβετε με το ψαλίδι, βεβαιωθείτε ότι τα χέρια παραμένουν ενωμένα.

Βήμα 6



Ξεδιπλώστε το χαρτί για να αποκαλύψετε τις χάρτινες κούκλες που κρατιούνται χέρι-χέρι. Η αλυσίδα θα πρέπει να είναι αγόρι-κορίτσι, αγόρι-αγόρι ή κορίτσι-κορίτσι. Αυτή η προσέγγισή σας δίνει την ευκαιρία να συνδυάσετε διαφορετικά σχήματα και να εξερευνήσετε τον χώρο στο παραλληλόγραμμο. Εφόσον τα σχήματα που σχεδιάζετε ενώνονται, το τελικό προϊόν θα είναι μία μοναδική αλυσίδα.

Πηγή: www.wikihow.com/Make-a-Paper-People-Chain



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

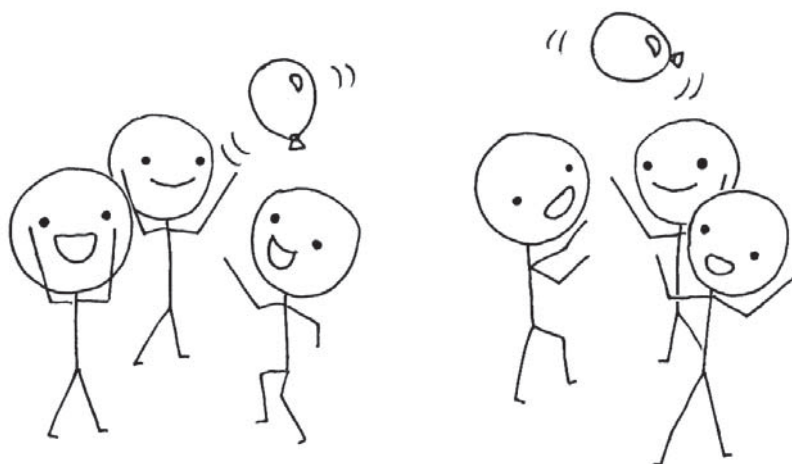
ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες:
Χάρτινες κούκλες

35. Μπαλόνια στον αέρα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	12, 20, 22, 23, 25
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά συνεργάζονται για να κρατήσουν τα μπαλόνια στον αέρα.

Χρόνος: 20 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος

Βοηθητικά μέσα: 10 μπαλόνια (περίπου 1 μπαλόνι ανά 3 παιδιά). Αν δεν έχετε μπαλόνια, χρησιμοποιήστε μπάλες.

Προετοιμασία: Φουσκώστε τα μπαλόνια

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να συγκεντρωθούν στο κέντρο του χώρου σε απόσταση τουλάχιστον ενός χεριού από τον διπλανό τους. Σταθείτε κι εσείς στο κέντρο του κύκλου.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν υπάρχουν πολύ μικρά και πολύ μεγάλα παιδιά στην τάξη, χωρίστε τα σε ομάδες ανά ηλικία ώστε μην χτυπήσουν τα μικρότερα παιδιά κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, αλλά και για να μπορούν να φτάσουν τα μπαλόνια.

> Αν δεν είναι πλέον να είναι πολύ κοντά μεταξύ τους τα αγόρια και τα κορίτσια, χωρίστε τα σε ομάδες ανά φύλο γι' αυτό το παιχνίδι.



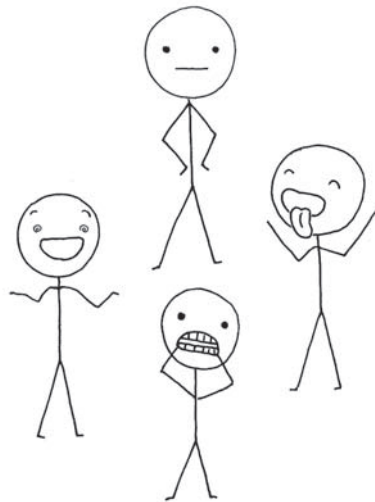
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Πετάξτε τα μπαλόνια στον αέρα ώστε να αντιστοιχούν αρκετά μπαλόνια ανά μερικά παιδιά της ομάδας.
2. Τα παιδιά πρέπει να συντονιστούν με τους γύρω τους για να χτυπούν τα μπαλόνια και να τα κρατούν στον αέρα χωρίς να πέφτουν το ένα πάνω στο άλλο.
3. Μπορούν να χτυπούν τα μπαλόνια μόνο με τα χέρια.
4. Είναι ευθύνη όλων των παιδιών να κρατήσουν όλα τα μπαλόνια στον αέρα.
5. Μετά από μερικά λεπτά, πείτε στα παιδιά να κάνουν ένα βήμα προς τα έξω και να απλωθούν. Πρέπει να συνεχίζουν να χτυπούν τα μπαλόνια για να τα κρατήσουν στον αέρα.
6. Μετά από μερικά λεπτά, πείτε ξανά σε όλους να απλωθούν παραπάνω.
7. Συνεχίστε να λέτε στα παιδιά να απλωθούν στον χώρο, κάνοντάς το όλο και πιο δύσκολο να κρατήσουν τα μπαλόνια στον αέρα.
8. Μόλις ένα μπαλόνι ακουμπήσει το έδαφος, βάλτε το στην άκρη.
9. Συνεχίστε να παίζετε μέχρι να κουραστούν τα παιδιά ή μέχρι να ακουμπήσουν όλα τα μπαλόνια στο έδαφος.
10. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Αυτό το παιχνίδι ήταν ένας διασκεδαστικός τρόπος που σας βοήθησε να συνεργαστείτε σαν μια μεγάλη ομάδα για να επιτύχετε τον στόχο του παιχνιδιού. Αυτές οι δεξιότητες είναι πολύ σημαντικές για εσάς προκειμένου να μπορείτε να συνεργάζεστε αποτελεσματικά με άλλους ανθρώπους μέσα και έξω από το σχολείο.»**



36. Αγαλματάκια ακούνητα, αμίλητα, αγέλαστα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 12, 16, 21, 24, 25
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά προσπαθούν να κάνουν όλα τα παιδιά της αντίπαλης ομάδας να γελάσουν

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες των 6 ατόμων.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να κινούνται ελεύθερα

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία



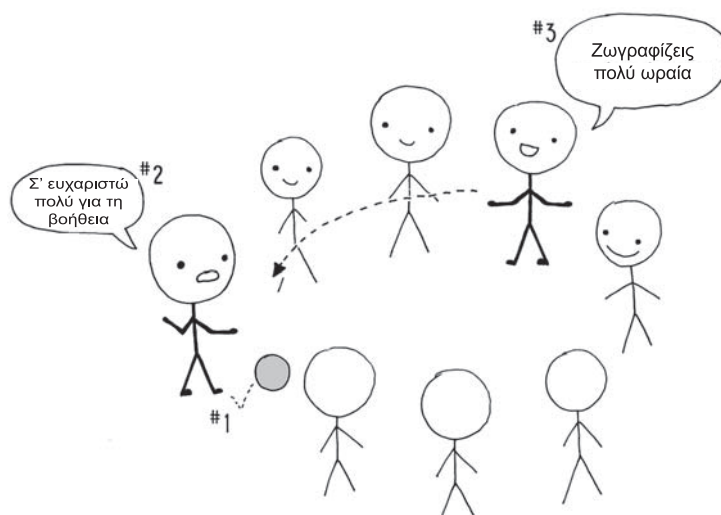
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Περιορίστε τα όρια μέσα στα οποία τα παιδιά θα παίξουν το παιχνίδι.
2. Η μία ομάδα θα είναι οι «Γελωτοποιοί» και όλοι οι υπόλοιποι θα είναι τα αγαλματάκια.
3. Εξηγήστε ότι οι «Γελωτοποιοί» θα περπατούν γύρω από τα αγαλματάκια και θα προσπαθούν να τα κάνουν να γελάσουν χωρίς να τα αγγίζουν. Μπορούν να κάνουν αστείες γκριμάτσες, αστείες κινήσεις ή αστείους ήχους.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν χρειάζεται, κάντε μια αναπαράσταση για να δείξετε στους μαθητές πώς παγώνουν τα αγαλματάκια και πώς οι Γελωτοποιοί μπορούν να κάνουν τα αγαλματάκια να γελάσουν.
4. Μόλις πείτε «Πάμε!» όλοι πρέπει να μιμηθούν τα αγαπημένα τους ζώα.
5. Μόλις πείτε «Αγαλματάκια ακίνητα!», όλα τα αγαλματάκια θα πρέπει να παγώσουν στη θέση τους και οι Γελωτοποιοί θα πρέπει να περπατούν γύρω από τα αγαλματάκια προσπαθώντας να τα κάνουν να γελάσουν.
6. Όποιο αγαλματάκι γελάσει, κάθεται κάτω.
7. Κάθε ομάδα Γελωτοποιών θα έχει 4 λεπτά (ευέλικτος χρόνος) για να κάνει τα αγαλματάκια να γελάσουν. Δώστε σε όλα τα παιδιά την ευκαιρία να κάνουν τους Γελωτοποιούς.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το διασκεδαστικό παιχνίδι, όλοι προσπαθήσατε να κάνετε τους συμμαθητές σας να γελάσουν. Είδατε ότι οι πράξεις σας επηρεάζουν τα άλλα παιδιά και ότι οι δικές τους πράξεις επηρεάζουν εσάς. Πρέπει πάντα να κάνετε πράγματα που κάνουν τους άλλους χαρούμενους. Έτσι, μπορείτε να κάνετε σπουδαίους φίλους!»**



37. Πες κάτι όμορφο

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	12, 21, 22, 23, 24
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά συνεργάζονται για να κρατήσουν την μπάλα στον αέρα και να πουν κάτι όμορφο για κάποιον άλλο.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σταθούν όρθια σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Μια μαλακή μπάλα

Προετοιμασία: Δεν απαιτείται προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν όρθια και να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν δεν είναι πρόπον να είναι πολύ κοντά μεταξύ τους τα αγόρια και τα κορίτσια, χωρίστε τα σε ομάδες ανά φύλο γι' αυτό το παιχνίδι.



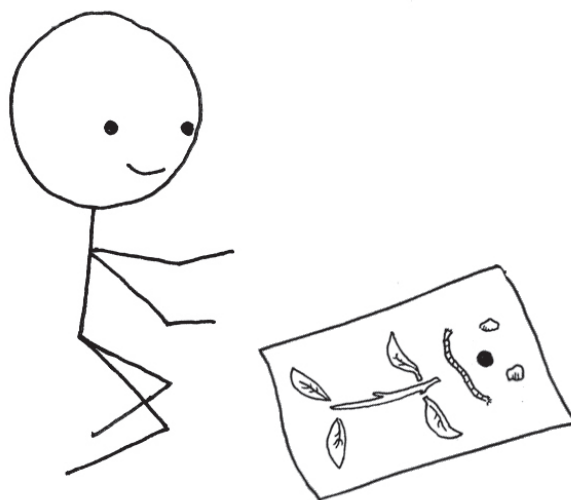
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε την μπάλα σε ένα παιδί, το οποίο στη συνέχεια θα την πετάξει σε κάποιον άλλο.
2. Εξηγήστε στα παιδιά ότι όλη η τάξη πρέπει να συνεργαστεί σαν ομάδα για να μην πέσει η μπάλα στο πάτωμα.
3. Όποιος ρίξει την μπάλα κάτω, θα πρέπει να πει κάτι όμορφο για το άτομο που του πέταξε την μπάλα. Στη συνέχεια, το παιδί που πέταξε την μπάλα θα πρέπει να πει κάτι όμορφο στο παιδί που έριξε την μπάλα. Για παράδειγμα, «Σ' ευχαριστώ πολύ για τη βοήθεια!». Στη συνέχεια, κάθονται κάτω και τα δύο παιδιά.
4. Το παιχνίδι συνεχίζεται μέχρι να πουν όλοι κάτι όμορφο και κάποιον άλλο και να καθίσουν κάτω.
5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, κάνετε δύο πράγματα που θα σας βοηθήσουν να συνεργάζεστε καλά με τους άλλους ανθρώπους - πρώτον, μάθατε να συνεργάζεστε σαν ομάδα και δεύτερον, είπατε κάτι όμορφο για τους φίλους σας.»**



38. Φύση και τέχνη

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	12, 17, 22, 23, 25
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά δουλεύουν σε ζευγάρια για να συλλέξουν αντικείμενα μέσα από την τάξη και να δημιουργήσουν ένα έργο τέχνης.

Χρόνος: 40 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Ανοιχτός χώρος έξω από τον ΑΧΑΜ όπου τα παιδιά μπορούν να βρουν αντικείμενα για να δημιουργήσουν τέχνη (π.χ. φύλλα, πετρούλες, άμμο, ξυλαράκια κ.λπ.) και αρκετός χώρος μέσα στον ΑΧΑΜ ώστε τα παιδιά να δουλέψουν σε ζευγάρια.

Βοηθητικά μέσα: Ένα φύλλο Α4 για κάθε ζευγάρι, ισχυρή κόλλα, ξυλομπογιές/κηρομπογιές, υλικά ζωγραφικής και χειροτεχνίας (αν υπάρχουν), χρονόμετρο

Προετοιμασία: Ελέγξτε αν ο χώρος έξω από τον ΑΧΑΜ είναι ασφαλής και έχει αρκετά αντικείμενα που μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα παιδιά για να δημιουργήσουν μικρά έργα τέχνης. Αν δεν υπάρχουν αρκετά τέτοια αντικείμενα, μαζέψτε φύλλα, ξυλαράκια, πετρούλες και άλλα αντικείμενα από τη φύση και απλώστε τα σε έναν ασφαλή χώρο εντός ή εκτός του ΑΧΑΜ για να τα βρουν τα παιδιά.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε ζευγάρια.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν υπάρχουν παιδιά που είναι πολύ μικρά για να βγουν έξω, βεβαιωθείτε ότι το ζευγάρι τους είναι ένα υπεύθυνο παιδί μεγαλύτερης ηλικίας.



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες:
Φύση και τέχνη

85



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Πείτε στους μαθητές ότι πρέπει να βγουν έξω σε ζευγάρια και να μαζέψουν αντικείμενα από τη φύση για να δημιουργήσουν μαζί ένα έργο τέχνης. Θα έχουν 5 λεπτά να κάνουν βόλτα στον εξωτερικό χώρο και να μαζέψουν υλικά.
2. Πείτε στα παιδιά πόσο μακριά μπορούν να πάνε και εξηγήστε τους με σαφήνεια ότι δεν μπορούν να απομακρυνθούν από τον ΑΧΑΜ πέρα από μια συγκεκριμένη απόσταση και πρέπει να παραμείνουν μέσα στο συγκρότημα του ΑΧΑΜ. Παρακολουθείτε τα παιδιά την ώρα που βρίσκονται έξω προκειμένου να βεβαιωθείτε ότι δεν διατρέχουν κάποιον κίνδυνο ασφαλείας.
3. Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι όλοι θα μαζέψουν αντικείμενα από τη φύση από τον ίδιο χώρο, επομένως πρέπει να μαζέψουν μόνο πράγματα που θα χρησιμοποιήσουν και να προσέξουν να αφήσουν πράγματα και για τους άλλους.
4. Μόλις περάσουν 3 λεπτά, πείτε στους μαθητές ότι έχουν άλλα 2 λεπτά και πρέπει να γυρίσουν πίσω.
5. Μετά από 5 λεπτά, μόλις τα παιδιά επιστρέψουν στον ΑΧΑΜ, ζητήστε τους να καθίσουν σε ζευγάρια και μοιράστε ένα φύλλο χαρτί, κηρομπογιές και κόλλα σε κάθε ζευγάρι.
6. Πείτε στους μαθητές ότι έχουν 25 λεπτά να δημιουργήσουν ένα έργο τέχνης χρησιμοποιώντας τα υλικά που βρήκαν στη φύση και τα υλικά ζωγραφικής.
7. Πείτε στα παιδιά ότι αν αποφασίσουν να μην χρησιμοποιήσουν κάποια υλικά, μπορούν να τα βάλουν στη μέση για να τα χρησιμοποιήσει κάποιος άλλος.
8. Ενημερώστε τους μαθητές ότι έχουν μείνει 5 λεπτά.
9. Μόλις τελειώσουν τα 25 λεπτά, ζητήστε από τα παιδιά να σηκώσουν προσεκτικά το έργο τους από το πάτωμα και να το βάλουν στην άκρη για να στεγνώσει.
10. Ζητήστε από τα παιδιά να συμμαζέψουν την ακαταστασία που μπορεί να δημιουργήθηκε στην τάξη και να μαζέψουν σε ένα σημείο τα υλικά που δεν χρησιμοποίησαν.
11. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, έπρεπε να συνεργαστείτε σαν ομάδα, να μοιραστείτε τις ιδέες σας και να ακούσετε τις ιδέες του συμπαίκτη σας για να δημιουργήσετε μαζί ένα έργο τέχνης. Αυτά είναι πολύ σημαντικά για εσάς προκειμένου να μάθετε να συνεργάζεστε καλά με άλλους ανθρώπους και να έχετε καλές σχέσεις με τους άλλους.»**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Υπενθυμίστε στους μαθητές να συζητήσουν με τον συμπαίκτη τους ένα πλάνο για το έργο τέχνης και να ακούνε ο ένας τις ιδέες του άλλου.

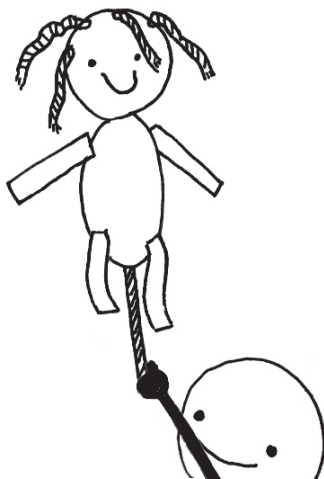


39. Φτιάξε έναν φίλο

Δεξιότητα ΚΣΜ Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες

Αντίστοιχες Εβδομάδες 2, 20, 21, 22, 23

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά σκέφτονται ποια είναι τα χαρακτηριστικά ενός καλού φίλου και φτιάχνουν έναν φίλο με τα υλικά ζωγραφικής.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 6 ομάδες.

Χρόνος: 45 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν άνετα και να δουλέψουν 6 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Μεγάλα χρωματιστά χαρτιά, κολλητική ταινία, ένα μικρό ξυλάκι για κάθε παιδί, μαλλί ή σπάγκος, ξυλομπογιές/κηρομπογιές, ψαλίδι, χρονόμετρο

Προετοιμασία: Χωρίστε όλα τα υλικά ζωγραφικής σε 6 πακέτα. Αν τα παιδιά είναι πολύ μικρά για να χρησιμοποιήσουν ψαλίδι, κόψτε το χαρτί σε διαφορετικά σχήματα αντίστοιχα με τα μέρη του σώματος για να χρησιμοποιήσουν τα παιδιά (1 κύκλο για το κεφάλι, 1 μακρύ οβάλ κομμάτι για το σώμα, 2 κοντά παραλληλόγραμμα για τα χέρια, 2 μακριά παραλληλόγραμμα για τα πόδια).



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Τα παιδιά σκέφτονται ποια είναι τα χαρακτηριστικά ενός καλού φίλου και φτιάχνουν έναν φίλο με τα υλικά ζωγραφικής.
2. Ζητήστε από μερικά παιδιά να μοιραστούν τις ιδέες τους με την υπόλοιπη τάξη.
3. Δώστε σε κάθε ομάδα ένα πακέτο με υλικά ζωγραφικής και πείτε στα παιδιά ότι πρέπει να μοιράζονται τα υλικά, αλλά πρέπει να δουλεύει ο καθένας μόνος του και να φτιάξει τον δικό του φίλο.
4. Πείτε στα παιδιά ότι μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα υλικά για να φτιάξουν έναν φίλο με το χαρτί, μαλλί/σπάγκο και χρώματα.
5. Μόλις φτιάξουν το σώμα, μπορούν να χρησιμοποιήσουν την κολλητική ταινία και το ξυλάκι για να φτιάξουν μια λαβή στο πίσω μέρος.
6. Δώστε στα παιδιά 20 λεπτά να φτιάξουν τον φίλο τους.
7. Όταν έχουν μείνει 5 λεπτά, ενημερώστε τα παιδιά.
8. Μόλις τελειώσουν τα 20 λεπτά, πείτε σε ένα ένα παιδί να κρατήσει ψηλά τον φίλο του, να πει το όνομά του και τι τον κάνει καλό φίλο.
9. Ζητήστε από τα παιδιά να συμμαζέψουν την ακαταστασία που μπορεί να δημιουργήθηκε στην τάξη.
10. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, σκεφτήκατε ποια είναι τα χαρακτηριστικά ενός καλού φίλου. Αυτό είναι σημαντικό προκειμένου να καταλάβετε τι σκέφτονται οι φίλοι σας για τη φιλία. Επίσης, σας βοήθησε να είστε καλοί φίλοι μεταξύ σας.»**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να φτιάξετε έναν φίλο χρησιμοποιώντας τα ίδια υλικά για να δείξετε στα παιδιά ένα δείγμα.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Περιπατήστε ανάμεσα στα παιδιά την ώρα που δουλεύουν για να βεβαιωθείτε ότι όλοι έχουν καταλάβει τις οδηγίες. Υποστηρίξτε όσα παιδιά χρειάζονται βοήθεια.

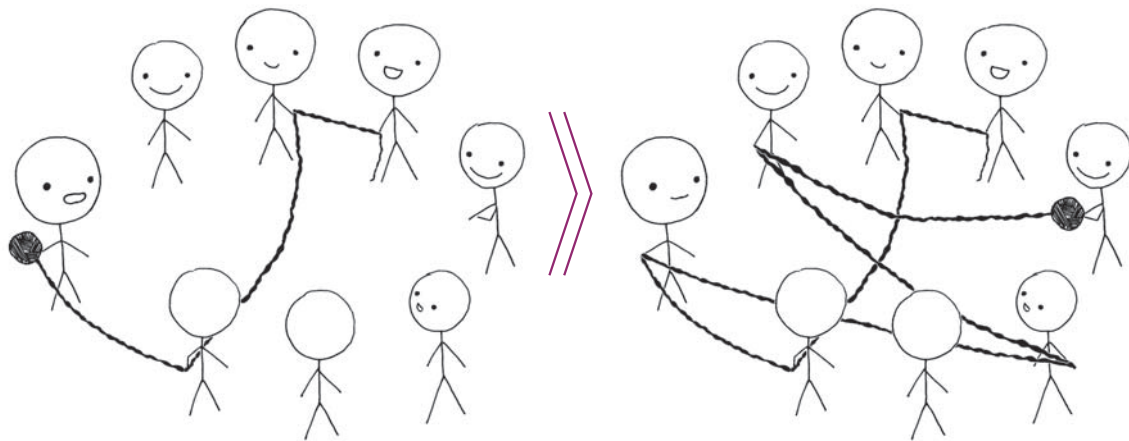


40. Ιστός φιλίας

Δεξιότητα ΚΣΜ Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες

Αντίστοιχες Εβδομάδες 1, 20, 21, 22, 25

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά μαθαίνουν περισσότερα πράγματα ο ένας για τον άλλο.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο. Μπείτε κι εσείς στον κύκλο.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 25-30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει σε όλα παιδιά να σταθούν όρθια σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο

Βοηθητικά μέσα: Ένα κουβάρι σπάγκου ή μαλλιού πλεξίματος

Προετοιμασία: Δεν απαιτείται προετοιμασία



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες:
Ιστός φιλίας

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Ξεκινήστε το παιχνίδι κρατώντας το ένα άκρο του σπάγκου, λέγοντας το όνομά σας και ένα πράγμα στο οποίο είστε καλοί (για παράδειγμα, είμαι καλός στο να βοηθώ τους άλλους) και πετώντας το κουβάρι σε ένα άλλο παιδί στον κύκλο.
2. Το παιδί που πιάνει το κουβάρι επαναλαμβάνει τη διαδικασία - κρατάει ένα σημείο του σπάγκου, λέει το όνομά του και ένα πράγμα στο οποίο είναι καλό, και πετάει το κουβάρι σε κάποιον άλλο.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Πείτε στους συμμετέχοντες και αποφύγουν να πετάξουν το κουβάρι στον διπλανό τους, ώστε ο ιστός να σχηματιστεί μέσα στον κύκλο.
3. Αυτό συνεχίζεται μέχρι να παίξουν όλοι μία φορά και να σχηματιστεί ένας ιστός μέσα στον κύκλο.
4. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, το κουβάρι που δίνω ο ένας στον άλλο δείχνει τους δεσμούς που δημιουργούμε και ότι είμαστε όλοι συνδεδεμένοι μεταξύ μας μέσα στον ΑΧΑΜ. Μάθαμε ότι όλοι μέσα σε αυτόν τον ιστό φιλίας είναι καλοί σε κάτι, και πρέπει να χρησιμοποιούμε αυτό στο οποίο είμαστε καλοί για να βοηθούμε ο ένας τον άλλο και να κάνουμε την ομάδα μας καλύτερη και δυνατώτερη.»**



41. Ο πιο ψηλός πύργος

Δεξιότητα ΚΣΜ Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες

Αντίστοιχες Εβδομάδες 13, 16, 17, 19, 23

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά δουλεύουν σε ομάδες για να χτίσουν τον ψηλότερο πύργο με ξυλάκια και πέτρες.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να δουλέψουν 5 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Πέτρες μικρού και μεσαίου μεγέθους (10 ανά ομάδα), ξυλάκια μικρού και μεσαίου μεγέθους (10 ανά ομάδα), δίσκος, ύφασμα ή τσάντα για τα ξυλάκια και τις πέτρες (ένα/μία ανά ομάδα), χάρακας ή μέτρο, χρονόμετρο.

Προετοιμασία: Προετοιμάστε έναν δίσκο/ύφασμα/τσάντα ανά ομάδα, βάζοντας μέσα 10 πέτρες και 10 ξυλάκια.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες και βάλτε την κάθε ομάδα να καθίσει σε κύκλο.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν υπάρχει μεγάλη διαφορά ηλικίας μεταξύ των παιδιών της τάξης, βεβαιωθείτε ότι οι ομάδες είναι ανάμικτες. Βεβαιωθείτε ότι συμμετέχουν στο παιχνίδι και παιδιά μικρότερης ηλικίας.

> Δεδομένου ότι το παιχνίδι απαιτεί στενή συνεργασία, μπορείτε να χωρίσετε τα αγόρια και τα κορίτσια σε ομάδες ανά φύλο, αν είναι πιο κατάλληλο από πολιτισμικής άποψης.

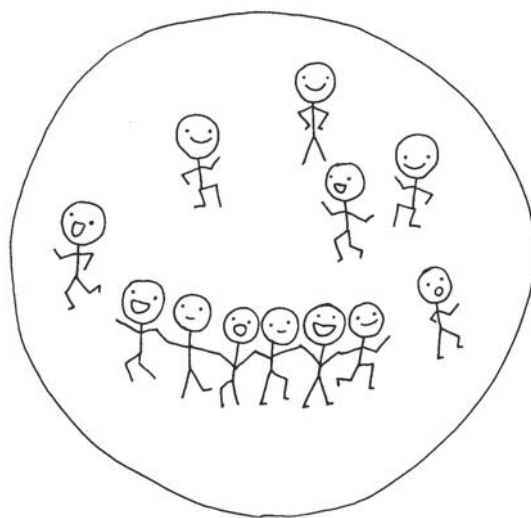
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε σε κάθε ομάδα τα ξυλάκια και τις πέτρες.
2. Κάθε ομάδα πρέπει να χτίσει έναν πύργο από ξυλάκια και πέτρες.
3. Ο πύργος πρέπει να μπορεί να στέκεται χωρίς στήριξη από κανέναν.
4. Δώστε σε κάθε ομάδα 5 λεπτά να σχεδιάσει τη στρατηγική της και 10 λεπτά να χτίσει τον πύργο.
5. Μόλις τελειώσει ο χρόνος, μετρήστε το μήκος του κάθε πύργου. Αν ο πύργος οποιασδήποτε ομάδας πέσει πριν μετρηθούν όλοι οι πύργοι (ακόμα κι αν ο συγκεκριμένος πύργος έχει ήδη μετρηθεί), η ομάδα βγαίνει εκτός παιχνιδιού.
6. Κερδίζει η ομάδα με τον ψηλότερο πύργο.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Για να πετύχετε τον σκοπό του παιχνιδιού, έπρεπε να συνεργαστείτε με την ομάδα σας, να ακούσετε τις ιδέες των συμπαίκτών σας και να χτίσετε τον πύργο σε πολύ μικρό χρονικό διάστημα. Στην πραγματική ζωή, αυτό είναι πολύ σημαντικό μάθημα, καθώς συχνά πρέπει να συνεργαζόμαστε με άλλους ανθρώπους για έναν σκοπό και μπορούμε να επιτύχουμε τον στόχο μας μόνο αν ακούμε ο ένας τον άλλο και συνεργαζόμαστε.»**



42. Αλυσίδες

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	12, 20, 21, 23, 25
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά παίζουν κυνηγητό για να σχηματίσουν όλα μαζί μια μεγάλη αλυσίδα

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος ώστε να κινούνται όλα τα παιδιά ελεύθερα

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν όρθια σχηματίζοντας έναν μεγάλο κύκλο και να ακούσουν τις οδηγίες.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν δεν είναι πρέπον να έχουν τα παιδιά φυσική επαφή, δώστε σε όλους κορδέλα ή σπάγκο για να ακουμπούν και να κρατούν ο ένας τον άλλο για να σχηματίσουν την αλυσίδα.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Σχηματίστε έναν μεγάλο κύκλο με κιμωλία ή σκοινί περίπου δύο μέτρα έξω από τον κύκλο των παιδιών (βλ. την παρακάτω εικόνα).
2. Πείτε στα παιδιά ότι θα παίξουν αυτό το παιχνίδι εντός του καθορισμένου κύκλου.
3. Ζητήστε από ένα παιδί να προσφερθεί να αναλάβει τον ρόλο της «αλυσίδας», που θα ξεκινήσει το παιχνίδι και θα προσπαθήσει να πιάσει όσο περισσότερα παιδιά γίνεται.
4. Μόλις πείτε «Πάμε!», όλα τα παιδιά θα πρέπει να τρέξουν μέσα στα όρια του κύκλου προσπαθώντας να ξεφύγουν από την αλυσίδα.
5. Όποιος αιχμαλωτίζεται θα ενώνει το χέρι του με την «αλυσίδα» και θα γίνεται μέρος της.
6. Τα παιδιά που βρίσκονται στα δύο άκρα της αλυσίδας (δηλ. τα παιδιά που έχουν ένα ελεύθερο χέρι) θα πρέπει να προσπαθήσουν να πιάσουν τα υπόλοιπα παιδιά και μόλις τα αιχμαλωτίσουν, τα παιδιά αυτά θα μπαίνουν στην αλυσίδα.
7. Η αλυσίδα θα συνεχίσει να μεγαλώνει μέχρι να γίνουν όλα τα παιδιά κομμάτι μίας μεγάλης αλυσίδας.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Αυτό το παιχνίδι ήταν ένας διασκεδαστικός τρόπος να μάθετε να δουλεύετε σαν ομάδα. Όταν γίνατε κομμάτι της αλυσίδας, θα μπορούσατε να πηγαίνετε σε διαφορετικές κατευθύνσεις κυνηγώντας διαφορετικά παιδιά. Για να πιάσετε κάποιον, έπρεπε να μάθετε να κινείστε όλοι μαζί σαν μία μεγάλη αλυσίδα.**



43. Βρες το ζωάκι

Δεξιότητα ΚΣΜ	Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Αντίστοιχες Εβδομάδες	18, 19, 23, 25, 26
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά κάνουν ερωτήσεις και βοηθούν ο ένας τον άλλο να μαντέψουν το ζωάκι στην πλάτη τους

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν όρθια και να σχηματίσουν έναν μεγάλο κύκλο.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να κινούνται ελεύθερα.

Βοηθητικά μέσα: Εικόνες ζώων (2 αντίγραφα για 18 ζώα, δηλ. συνολικά 36 εικόνες που δίνονται παρακάτω), κολλητική ταινία, χρονόμετρο

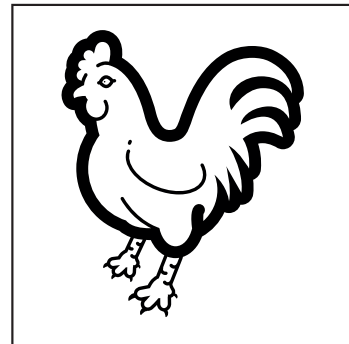
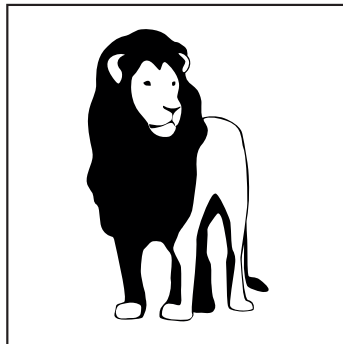
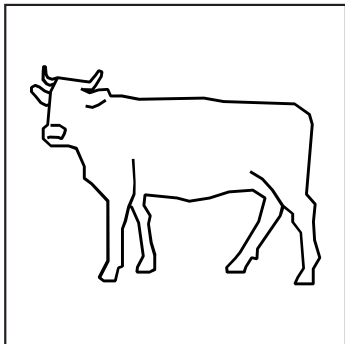
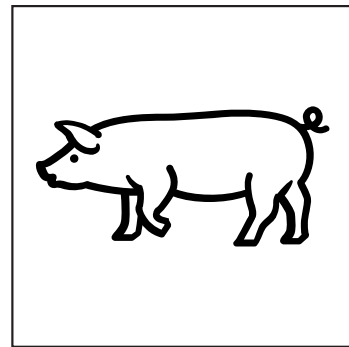
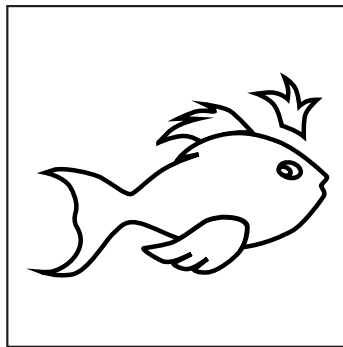
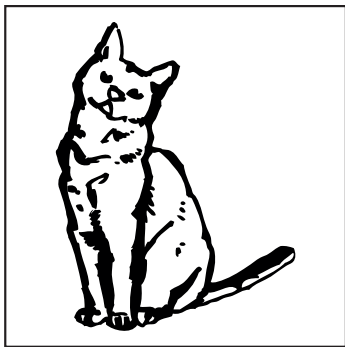
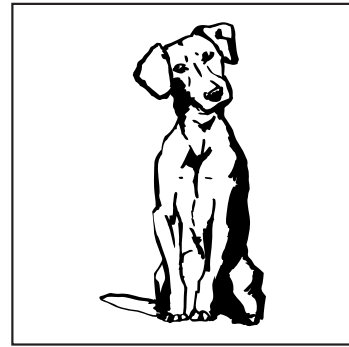
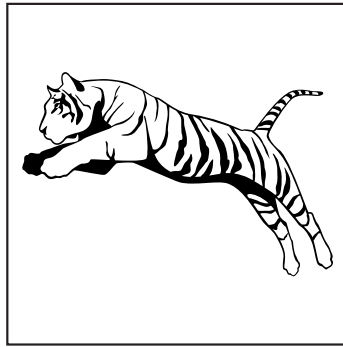
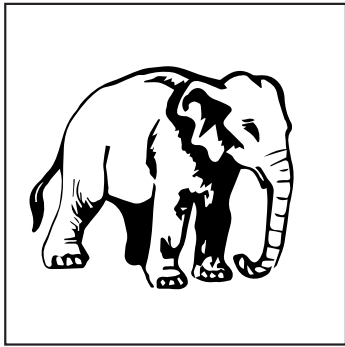
Προετοιμασία: Κόψτε τις εικόνες των ζώων.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Κολλήστε την εικόνα ενός ζώου στην πλάτη κάθε παιδιού. Μην αφήσετε το παιδί να δει την εικόνα.
2. Τα παιδιά περπατούν μέσα στην τάξη και ζητούν από τα υπόλοιπα παιδιά βοήθεια για να μαντέψουν το ζώο μόνο μέσω ερωτήσεων ή μιμήσεων. Οι απαντήσεις στις ερωτήσεις μπορούν να είναι μόνο «Ναι» ή «Όχι».
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά ζητήσουν πιο σαφείς οδηγίες, δώστε τους τα παρακάτω παραδείγματα ερωτήσεων:
 - Το ζώάκι μου έχει μακριά αυτιά;»
 - Το ζώάκι μου έχει ράμφος;»
 - Το ζώάκι μου κάνει μουου;»
3. Μπορούν να κάνουν μόνο μία ερώτηση σε κάθε παιδί.
4. Τα παιδιά που μαντεύουν σωστά τα ζώάκια τους θα πρέπει να αφαιρέσουν την εικόνα από την πλάτη τους και να βοηθήσουν τους υπόλοιπους να μαντέψουν το ζώάκι τους.
5. Τα παιδιά θα έχουν 15 λεπτά (ευέλικτος χρόνος) να βοηθήσουν τους συμμαθητές τους να μαντέψουν το ζώάκι τους.
6. Κερδίζει όλη η τάξη αν όλα τα παιδιά έχουν μαντέψει τα ζώάκια τους στο τέλος των 15 λεπτών.
7. Το παιχνίδι θα τελειώσει όταν όλοι έχουν μαντέψει τα ζώάκια τους.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Αυτό το παιχνίδι ήταν ένας διασκεδαστικός τρόπος να μάθετε να βοηθάτε ο ένας τον άλλο για να κερδίσετε όλοι το παιχνίδι.»**
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά δεν γνωρίζουν ορισμένα από τα ζώα στις εικόνες που σας δίνονται γιατί δεν υπάρχουν στο περιβάλλον τους, αφαιρέστε αυτά τα ζώα και χρησιμοποιήστε ξανά κάποια από τα άλλα ζώα για να βεβαιωθείτε ότι κάθε παιδί έχει ένα ζώάκι.



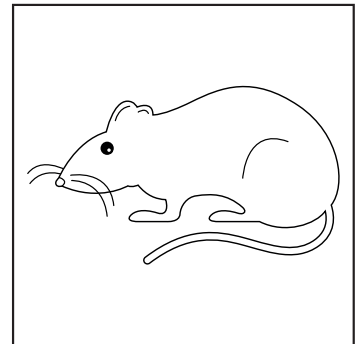
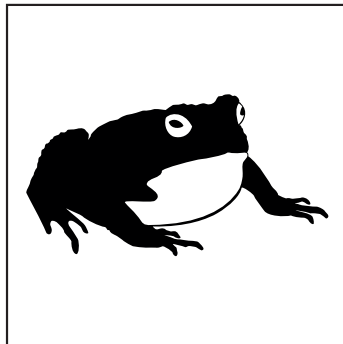
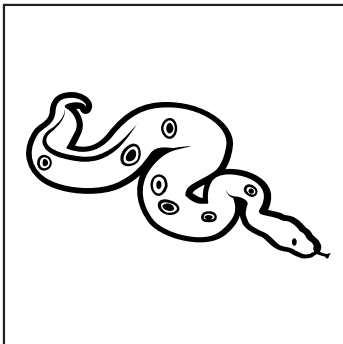
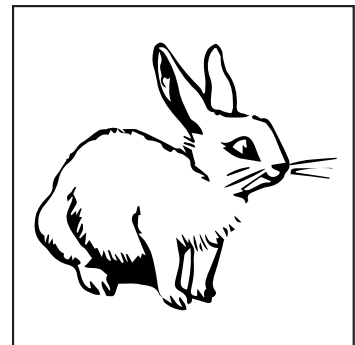
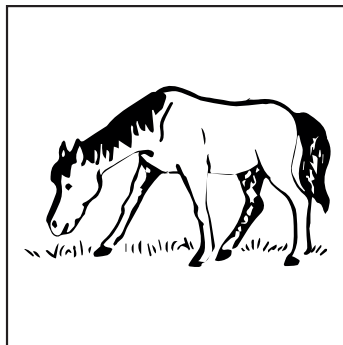
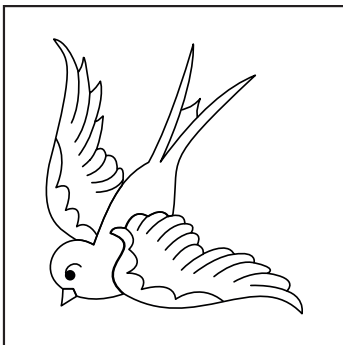
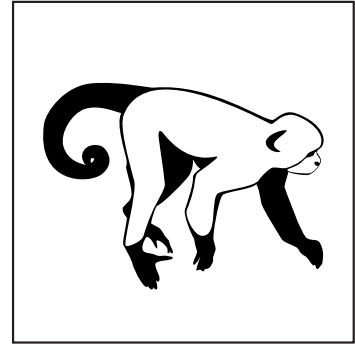
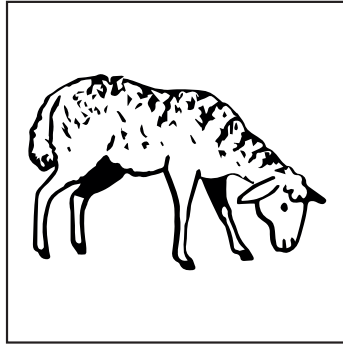
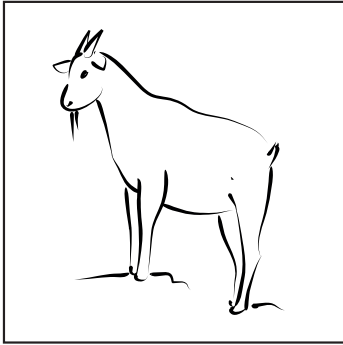


ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Βρες το ζωάκι



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Θετικές Κοινωνικές Δεξιότητες
Βρες το ζώακι

ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

Επίλυση Συγκρούσεων



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Επίλυση Συγκρούσεων:

44. Ανθρώπινος κόμπος

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	18, 24, 26, 27, 28, 33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά συνεργάζονται για να λύσουν τον ανθρώπινο κόμπος χωρίς να αφήσουν τα χέρια.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να κινούνται άνετα 5 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Δεν απαιτούνται βοηθητικά μέσα ή προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε την τάξη σε ομάδες των 5-6 παικτών.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

- > Αν δεν είναι πρόπον να είναι στην ίδια ομάδα τα αγόρια και τα κορίτσια, χωρίστε τα σε ομάδες ανά φύλο.
- > Αν υπάρχουν πολύ μικρά παιδιά στην ομάδα, βεβαιωθείτε ότι συμμετέχουν σε ομάδες με μεγαλύτερα παιδιά που μπορούν να τα βοηθήσουν.
- > Αν δεν είναι πρόπον να κρατιούνται τα παιδιά χέρι-χέρι, δώστε σε όλους κορδέλα ή σπάγκο για να κρατούν ο ένας τον άλλο και να σχηματίσουν τον ανθρώπινο κόμπος.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Οι παίκτες κάθε ομάδας θα πρέπει να σταθούν αντικριστά σχηματίζοντας έναν μικρό κύκλο.
2. Δημιουργήστε τον ανθρώπινο κόμπο με τον εξής τρόπο:
 - Κάθε παίκτης θα πρέπει να βάλει το δεξί του χέρι στο κέντρο του κύκλου και να κρατήσει το χέρι ενός άλλου παίκτη, εξασφαλίζοντας ότι δεν είναι ο παίκτης που βρίσκεται ακριβώς δίπλα δεξιά ή αριστερά του.
 - Στη συνέχεια, κάθε παίκτης θα πρέπει να βάλει το αριστερό του χέρι στο κέντρο του κύκλου και να πιάσει το αριστερό χέρι ενός άλλου παίκτη, εξασφαλίζοντας και πάλι ότι δεν είναι το χέρι του παίκτη που βρίσκεται ακριβώς δίπλα δεξιά ή αριστερά του.
3. Ο στόχος είναι κάθε ομάδα να ξεμπλέξει τον κόμπο, χωρίς οι παίκτες να αφήσουν τα χέρια, και να καταλήξει ξανά σε έναν ανοιχτό κύκλο.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν νιώθετε την ανάγκη να αυξήσετε την ταχύτητα του παιχνιδιού, μπορείτε να γίνετε το «ψαλίδι», που θα επιτρέψει σε 2 παιδιά να αφήσουν τα χέρια και να ξεμπερδέψουν τους εαυτούς τους μόνο μία φορά. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη δύναμη του «ψαλιδιού» κατά την κρίση σας.

4. Υπενθυμίστε στα παιδιά να εφαρμόζουν τα βήματα «ΣΤΑΜΑΤΩ-ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ-ΕΝΕΡΓΩ» για να επιλύσουν τυχόν συγκρούσεις που μπορεί να προκύψουν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού, όπου διαφορετικά παιδιά έχουν διαφορετικές ιδέες για το πώς να λύσουν τον κόμπο.
5. Δεν υπάρχει πρόβλημα αν οι παίκτες σε αυτόν τον κύκλο είναι στραμμένοι προς διαφορετικές κατευθύνσεις.
6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Αυτό το παιχνίδι ήταν ένα παράδειγμα διαφωνίας, όπου διαφορετικά παιδιά ήθελαν να κάνουν διαφορετικά πράγματα για να λύσουν τον κόμπο. Ενώ όλοι είχατε τον ίδιο στόχο, για να επιτύχετε τον στόχο του παιχνιδιού έπρεπε να παρατηρήτε και να ακούτε τους συμπαίκτες σας ώστε να κατανοήσετε το πρόβλημα. Τότε, αν σταματούσατε για να σκεφτείτε μια λύση και στη συνέχεια ενεργούσατε, θα είχατε κερδίσει το παιχνίδι πολύ πιο εύκολα.**



45. Αλλάζτε πλευρά

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	24, 26, 27, 28, 33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά διασχίζουν τον χώρο του παιχνιδιού όσο πιο γρήγορα μπορούν χωρίς να πέσουν ο ένας πάνω στον άλλο.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλη ανοιχτή αίθουσα

Βοηθητικά μέσα: Κιμωλία/σκοινί, μέτρο

Προετοιμασία: Δεν απαιτείται προετοιμασία

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 2 ομάδες.

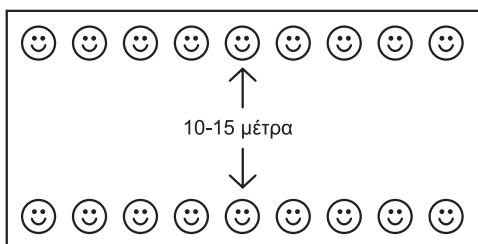
ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν πιστεύετε ότι τα παιδιά μπορεί να χτυπήσουν τρέχοντας, μπορείτε να τους ζητήσετε να περπατούν ή να χοροπηδούν αντί να τρέχουν.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Ζητήστε από τις ομάδες να σταθούν σε 2 γραμμές αντικριστά στις αντίθετες πλευρές της αίθουσας, κατά προτίμηση σε απόσταση 10-15 μέτρων.
2. Τα παιδιά στις 2 γραμμές πρέπει να στέκονται κοντά το ένα στο άλλο.
3. Μόλις τα παιδιά σταθούν στη θέση τους, καθορίστε τον χώρο του παιχνιδιού με την κιμωλία ή το σκοινί (βλ. την παρακάτω εικόνα).

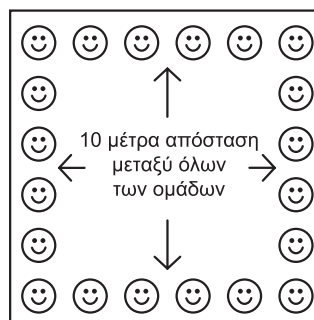


Καθορίστε τα όρια με κιμωλία ή σκοινί

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Ο χώρος πρέπει να είναι αρκετά στενός ώστε να είναι σχετικά δύσκολο να περνούν ό ένας δίπλα από τον άλλο, αλλά όχι τόσο στενός που να είναι αδύνατον να περάσουν.

4. Μόλις πείτε «Πάμε!», οι 2 ομάδες θα πρέπει να προσπαθήσουν να φτάσουν στην απέναντι πλευρά του χώρου του παιχνιδιού όσο πιο γρήγορα μπορούν και να σχηματίσουν γραμμή. Οι παίκτες πρέπει να τρέχουν σε ευθεία γραμμή χωρίς να πέσουν πάνω σε παίκτες που έρχονται από την αντίθετη πλευρά.
5. Η πρώτη ομάδα της οποίας οι παίκτες θα σχηματίσουν γραμμή στην απέναντι πλευρά θα κερδίσει το παιχνίδι.
6. Επαναλάβετε τη διαδικασία 2 φορές και τα παιδιά θα βελτιώνονται με την εξάσκηση.

7. Μετά, αλλάξτε την οργάνωση του παιχνιδιού σε τετράγωνο, με 4 ομάδες (βλ. εικόνα) και τρίγωνο, με 3 ομάδες (βλ. εικόνα).



Καθορίστε τα όρια με κιμωλία ή σκοινί



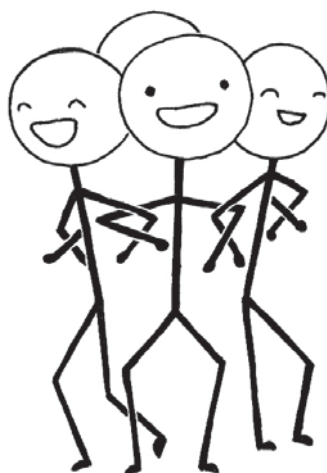
Καθορίστε τα όρια με κιμωλία ή σκοινί

8. Παίξτε το παιχνίδι με βάση τις ίδιες οδηγίες, ζητώντας από όλους τους παίκτες να τρέχουν σε ευθεία γραμμή χωρίς να πέσουν πάνω σε παίκτες που έρχονται από τις αντίθετες πλευρές.
9. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, δημιουργήθηκε σύγκρουση όταν ήρθατε πρόσωπο με πρόσωπο με κάποιον άλλο και έπρεπε και οι δύο να πάτε προς την αντίθετη κατεύθυνση. Έπρεπε και οι δύο να παρατηρήσετε προσεκτικά, να καταλάβετε το πρόβλημα και να βρείτε μια αμοιβαία ωφέλιμη λύση ώστε να περάσετε και οι δύο απέναντι χωρίς να χτυπήσει κανείς.»**



46. ΣΥΛΛΕΚΤΕΣ

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	18, 24, 26, 27, 28
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά συνεργάζονται για να μαζέψουν πέτρες/μπάλες από το έδαφος χωρίς να απομακρυνθούν από την ομάδα.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλη ανοιχτή αίθουσα

Βοηθητικά μέσα: Μικρές πέτρες ή μπάλες (ο αριθμός τους πρέπει να είναι τριπλάσιος από τον αριθμό των ομάδων)

Προετοιμασία: Σκορπίστε τις πέτρες/μπάλες στις γωνίες της αίθουσας.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες των 4 ατόμων. Αν ο αριθμός των μαθητών είναι μονός, χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες των 3 ή 5 ατόμων.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν δεν είναι πρόπτον να είναι στην ίδια ομάδα τα αγόρια και τα κορίτσια, χωρίστε τα σε ομάδες ανά φύλο.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Όλοι οι παίκτες της ομάδας πρέπει να σταθούν στη μέση, να πιαστούν από τους αγκώνες κοιτώντας προς τα έξω (όπως φαίνεται παραπάνω).
2. Μόλις πείτε «Πάμε!», οι ομάδες πρέπει να περπατήσουν μαζί προς τις γωνίες και να μαζέψουν όσο περισσότερες πέτρες/μπάλες μπορούν.
3. Δώστε στα παιδιά μια συμβουλή για το παιχνίδι: αν δουλέψουν ατομικά, θα δυσκολευτούν πολύ. Υπενθυμίστε τους ότι αν συνειδητοποιήσουν ότι τραβούν ο ένας τον άλλο σε διαφορετικές κατευθύνσεις, πρέπει να εφαρμόσουν τα βήματα «ΣΤΑΜΑΤΩ-ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ-ΕΝΕΡΓΩ».
4. Τα παιδιά θα πρέπει να προσπαθήσουν να μην χτυπήσουν τραβώντας πολύ δυνατά ή πέφτοντας το ένα πάνω στο άλλο.
5. Όταν πείτε «Αλλάξτε γωνία!» οι ομάδες θα πρέπει να φύγουν από τη γωνία που βρίσκονται και να πάνε σε άλλη.
6. Μετά από 15 λεπτά πείτε «Στοπ!». Όλες οι ομάδες θα πρέπει να φέρουν τις πέτρες/μπάλες σε εσάς για να μετρήσετε πόσες μαζέψαν.
7. Κερδίζει η ομάδα με τις περισσότερες πέτρες/μπάλες.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Αυτό το παιχνίδι, υπήρχαν διαφωνίες μέσα στην ομάδα, καθώς διαφορετικά παιδιά τραβούσαν σε διαφορετικές κατευθύνσεις. Για να καταφέρει η ομάδα σας να μαζέψει όσο το δυνατόν περισσότερες πέτρες/μπάλες, έπρεπε να σταματήσετε να τραβάτε, να σκεφτείτε τον καλύτερο τρόπο να μαζέψετε τις πέτρες/μπάλες και να ενεργήσετε βάσει σχεδίου.**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την εντολή «Αλλάξτε γωνία!» για να κάνετε το παιχνίδι πιο απαιτητικό, αλλά και σε περίπτωση που μια ομάδα αρχίσει να μονοπωλεί μία γωνία ή στριμωχτούν πολλές ομάδες σε μία γωνία .



47. Μπερδέματα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	14, 24, 26, 27, 28
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά καταλαβαίνουν πώς δημιουργούνται οι συγκρούσεις μέσω μιας κατάστασης σύγχυσης μέσα στην τάξη. **ΣΥΝΘΕΣΗ >** Χωρίστε τα παιδιά σε 4 ομάδες.

Χρόνος: 20 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλη ανοιχτή αίθουσα

Βοηθητικά μέσα: Μικρές πέτρες ή μικρές μπάλες (σε αριθμό ίσο με τον αριθμό των παιδιών)

Προετοιμασία: Σκορπίστε τις πέτρες/μπάλες στο κέντρο της αίθουσας.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε σε κάθε ομάδα ξεχωριστά τις παρακάτω οδηγίες. Πείτε στα παιδιά ότι δεν πρέπει να πουν σε κανέναν άλλο αυτά που τους είπατε.

Τρεις διαφορετικές οδηγίες:

1. Για να κερδίσετε το παιχνίδι, θα πρέπει να τοποθετήσετε όλες τις πέτρες/μπάλες σε κύκλο στο κέντρο της αίθουσας μέσα σε 3 λεπτά.
 2. Για να κερδίσετε το παιχνίδι, θα πρέπει να τοποθετήσετε όλες τις πέτρες/μπάλες κοντά στην πόρτα (σε άλλο σημείο της αίθουσας) μέσα σε 3 λεπτά.
 3. Για να κερδίσετε το παιχνίδι, θα πρέπει να τοποθετήσετε όλες τις πέτρες/μπάλες κοντά στο παράθυρο (σε άλλο σημείο της αίθουσας) μέσα σε 3 λεπτά.
 4. Σταθείτε στη γωνία και παρατηρείτε τι συμβαίνει.
- ΣΥΜΒΟΥΛΗ** > Βεβαιωθείτε ότι δίνετε την κάθε οδηγία σε περίπου ίσο αριθμό παιδιών.
- ΣΥΜΒΟΥΛΗ** > Αν τα παιδιά γνωρίζουν ανάγνωση, μπορείτε να γράψετε τις 3 διαφορετικές εντολές σε χαρτάκια και να τα μοιράσετε στα παιδιά.
3. Δώστε στα παιδιά 3 λεπτά να ακολουθήσουν τις οδηγίες που τους δώσατε.
- ΣΥΜΒΟΥΛΗ** > Ακόμη, μπορείτε να πείτε στα παιδιά να παίξουν το παιχνίδι σιωπηλά.
4. Σταματήστε τα παιδιά στα 3 λεπτά ή ωριότερα αν πιστεύετε ότι διαφωνούν πολύ έντονα.

5. Μετά τη δραστηριότητα, συγκεντρώστε όλα τα παιδιά για μια σύντομη συζήτηση:

- Ρωτήστε *τους* παρατηρητές τι είδαν τα υπόλοιπα παιδιά να κάνουν. (Παράδειγμα απάντησης: διαφορετικά άτομα μετακινούσαν τις πέτρες/μπάλες σε άλλα σημεία της αίθουσας και τα παιδιά διαφωνούσαν μεταξύ τους).
- Ρωτήστε τους παίκτες της κάθε ομάδας τι ήταν αυτό που τους έκανε να θυμώσουν ή τι προκάλεσε τον τσακωμό μεταξύ των παιδιών. Ζητήστε από μερικά παιδιά να μοιραστούν την απάντησή τους με την υπόλοιπη τάξη. (Παράδειγμα απάντησης: Προσπαθούσα να φτιάξω έναν κύκλο με τις πέτρες και κάποιος μου τις έπαιρνε συνέχεια).
- Εξηγήστε το παιχνίδι στα παιδιά, λέγοντάς τους ότι δώσατε σε κάθε ομάδα διαφορετικές οδηγίες.
- Τώρα ρωτήστε τα παιδιά αν θα είχαν αντιδράσει διαφορετικά αν γνώριζαν ότι κάθε ομάδα είχε λάβει διαφορετικές οδηγίες. Ζητήστε από μερικά παιδιά να μοιραστούν την απάντησή τους με την υπόλοιπη τάξη. (Παράδειγμα απάντησης: Θα είχα καταλάβει γιατί κάναμε ο καθένας διαφορετικά πράγματα).
- **Ολοκληρώστε τη συζήτηση μεταδίδοντας στα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Πολλές φορές δημιουργούνται συγκρούσεις όταν δεν γνωρίζουμε τι σκέφτονται οι άλλοι και μπορεί όλοι να δουλεύουμε για διαφορετικούς σκοπούς. Επομένως, είναι σημαντικό να βλέπουμε και να ακούμε για να κατανοήσουμε ένα πρόβλημα, αντί να θυμώνουμε και να δημιουργούμε συγκρούσεις μέσα στην ομάδα.»**



48 Το δικό μας γαλήνιο περιβάλλον

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	18, 24, 26, 27, 29
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά συνεργάζονται μεταξύ τους για να ζωγραφίσουν τη δική τους εικόνα ενός γαλήνιου περιβάλλοντος.

Χρόνος: 45 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να δουλέψουν μαζί άνετα 5 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: 5 μεγάλα φύλλα χαρτί, κηρομπογιές/ξυλομπογιές, μολύβια, διάφορα υλικά ζωγραφικής

Προετοιμασία: Χωρίστε τα υλικά ζωγραφικής σε 5 πακέτα για να τα μοιράσετε σε 5 ομάδες.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες.

Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Μοιράστε τα υλικά ζωγραφικής στις 5 ομάδες.
2. Ζητήστε από κάθε ομάδα να συζητήσουν για 3 λεπτά πώς θα ήταν ένα γαλήνιο περιβάλλον στην κοινότητα ή στη χώρα τους.
3. Βάλτε τις διαφορετικές ομάδες να συνεργαστούν για να φτιάξουν μια μεγάλη ζωγραφιά ενός γαλήνιου περιβάλλοντος χρησιμοποιώντας τα υλικά ζωγραφικής. Δώστε στα παιδιά 25 λεπτά να ολοκληρώσουν τη ζωγραφιά.
4. Μετά από 20 λεπτά, πείτε στα παιδιά ότι έχουν μείνει 5 λεπτά.
5. Ζητήστε από κάθε ομάδα να παρουσιάσει τη ζωγραφιά της στα υπόλοιπα παιδιά.
6. Κάντε ερωτήσεις και παρακινήστε τα παιδιά να κάνουν ερωτήσεις για τη ζωγραφιά που παρουσιάζει η κάθε ομάδα.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σήμερα, αφιερώσατε λίγο χρόνο να σκεφτείτε και να ζωγραφίσετε πώς θα ήταν ο κόσμος αν όλοι είχαμε λύσει τις διαφορές μας και ζούσαμε, συνεργαζόμασταν και παίζαμε αρμονικά.»**



49. Εικόνες του μυαλού

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	14, 24, 26, 27, 29
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά φαντάζονται και ζωγραφίζουν εικόνες διαφόρων πραγμάτων για να καταλάβουν ότι όλοι έχουμε διαφορετική αντίληψη.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν τα παιδιά σε 5 ομάδες και να μοιραστούν τα υλικά ζωγραφικής, αλλά να ζωγραφίσουν ξεχωριστά

Βοηθητικά μέσα: Φύλλα Α4 (2 για κάθε παιδί), μολύβια, κηρομπογιές/ξυλομπογιές

Προετοιμασία: Χωρίστε τα υλικά ζωγραφικής σε 5 πακέτα για να τα μοιράσετε σε 5 ομάδες. Σκίστε τα φύλλα Α4 στη μέση. Προετοιμάστε μια λίστα λέξεων για να ζωγραφίσουν τα παιδιά.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Λάβετε υπόψη λέξεις που θα μπορούσαν να επαναφέρουν τρομακτικές ή τραυματικές σκέψεις στο μυαλό των παιδιών και μην τις χρησιμοποιήσετε σε αυτό το παιχνίδι. Για παράδειγμα, αν κάποια παιδιά έχουν χάσει το σπίτι τους, μην χρησιμοποιήσετε τη λέξη «σπίτι».

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες για να καθίσουν μαζί και να μοιραστούν τα υλικά ζωγραφικής.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Μοιράστε τα υλικά ζωγραφικής στις 5 ομάδες.
2. Πείτε στα παιδιά ότι θα πείτε μια λέξη (για παράδειγμα, «ηλιοβασίλεμα») και πρέπει να καθίσουν ήσυχα και να ζωγραφίσουν την εικόνα που δημιουργεί η λέξη στο μυαλό τους. Στη συνέχεια, θα έχουν 2 λεπτά να ζωγραφίσουν την εικόνα που φαντάστηκαν.
3. Μόλις τελειώσουν τη ζωγραφιά, ζητήστε από τα παιδιά να σηκωθούν και να κάνουν μια βόλτα στην αίθουσα για να δουν πώς διαφορετικά παιδιά απεικονίζουν διαφορετικά την ίδια λέξη.
4. Στη συνέχεια, ζητήστε τους να καθίσουν ξανά και επαναλάβετε τη διαδικασία με 3 ακόμα λέξεις.
5. Επιλέξτε λέξεις που γνωρίζουν τα παιδιά και μπορούν να τις απεικονίσουν με διαφορετικούς τρόπους. Για παράδειγμα, «όμορφος», «σκύλος», «ευτυχία».
6. Ολοκληρώστε το παιχνίδι με μια σύντομη συζήτηση για να βοηθήσετε τα παιδιά να καταλάβουν ότι, παρόλο που είπατε σε όλους την ίδια λέξη, ο καθένας τη φαντάστηκε διαφορετικά.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Ένας από τους βασικούς λόγους δημιουργίας συγκρούσεων είναι ότι δεν καταλαβαίνουμε τον τρόπο σκέψης των άλλων ανθρώπων. Σε αυτό το παιχνίδι, είδαμε ότι διαφορετικά παιδιά σκέφτονται για το ίδιο αντικείμενο με διαφορετικούς τρόπους. Κανένας τρόπος σκέψης δεν είναι σωστός ή λάθος. Την επόμενη φορά που θα είστε παρόντες σε μια διαφωνία, προσπαθήστε να θυμάστε ότι διαφορετικοί άνθρωποι σκέφτονται διαφορετικά, γεγονός που προκαλεί τη διαφωνία.»**



50. Συμφωνώ - διαφωνώ

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	1, 14, 26, 27, 29
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά κατανοούν τις ομοιότητες και τις διαφορές μεταξύ των ομάδων.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να συγκεντρωθούν στο κέντρο της αίθουσας.

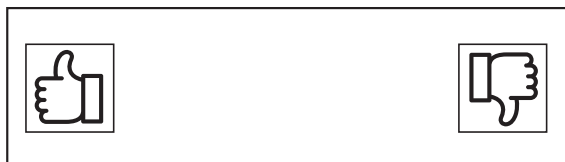
Χρόνος: 20 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει στα παιδιά να σταθούν όρθια σε μια μακριά γραμμή

Βοηθητικά μέσα: 2 πινακίδες, μία με τον αντίχειρα προς τα κάτω και μία με τον αντίχειρα προς τα πάνω (βλ. δείγμα παρακάτω), κολλητική ταινία

Προετοιμασία: Προετοιμάστε τις πινακίδες είτε κόβοντας τα παρακάτω δείγματα, είτε φτιάχνοντας δικές σας. Κολλήστε τις 2 πινακίδες στα αντίθετα άκρα της αίθουσας (όπως φαίνεται παρακάτω). Προετοιμάστε φράσεις για το παιχνίδι (βλ. παραδείγματα παρακάτω).



ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΔΙΑΚΡΙΤΙΚΟΤΗΤΑΣ > Να είστε προσεκτικοί ώστε να μην συμπεριλάβετε φράσεις που ενισχύουν αρνητική συμπεριφορά (για παράδειγμα, κάποια παιδιά μπορεί να διαφωνούν με τη φράση «Πιστεύω ότι η εκπαίδευση είναι σημαντική για το μέλλον μου», αλλά ίσως δεν έχετε χρόνο να το συζητήσετε μέσα στην τάξη, με αποτέλεσμα εμμέσως να ενισχύονται τέτοιες απόψεις και μεταξύ άλλων παιδιών) ή φράσεις που μπορεί να είναι τραυματικές για τα παιδιά (για παράδειγμα, αν πείτε «Έχω 2 αδέρφια» και κάποιο παιδί έχει χάσει προσφάτως έναν αδερφό/μία αδερφή, μπορεί να είναι τραυματικό για το παιδί να το μοιραστεί με την υπόλοιπη τάξη).



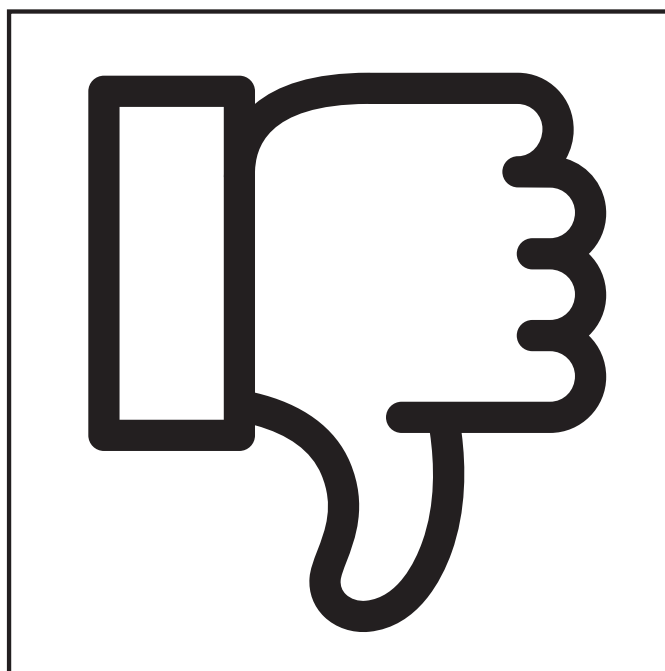
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Διαβάστε τις φράσεις και ζητήστε από τα παιδιά να μετακινηθούν πιο κοντά στην πινακίδα με τον αντίχειρα προς τα πάνω ή προς τα κάτω ανάλογα με τον βαθμό στον οποίο συμφωνούν ή διαφωνούν με τη φράση. Για παράδειγμα, αν η φράση είναι «Μου αρέσει να κοιμάμαι νωρίς», τα παιδιά μπορούν να σταθούν οπουδήποτε μεταξύ των δύο πινακίδων. Αν σε κάποιον αρέσει να κοιμάται νωρίς τις περισσότερες μέρες, αλλά όχι όλες, μπορεί να σταθεί πιο κοντά στην πινακίδα με τον αντίχειρα προς τα πάνω, αλλά όχι ακριβώς δίπλα της.
2. Μετά από κάθε φράση, κάντε μια παύση και ζητήστε από τα παιδιά να παρατηρήσουν πώς μοιάζουν και πώς διαφέρουν από τους συμμαθητές τους.
3. Φράσεις:
 - Μου αρέσει να μιλάω με άλλους ανθρώπους.
 - Περνάω πολύ χρόνο μόνος μου.
 - Όταν βλέπω ένα πρόβλημα, αναλαμβάνω αμέσως δράση.
 - Όταν βλέπω ένα πρόβλημα, μου αρέσει να περιμένω και να δω αν θα λυθεί μόνο του.
 - Μου αρέσουν παιχνίδια που συναγωνίζομαι άλλους για να κερδίσω.
 - Μου αρέσει να εκφράζω τα συναισθήματά μου μιλώντας με άλλους ανθρώπους.
 - Μου αρέσει να παίζω έξω.
 - Ξέρω να μαγειρεύω.
 - Έρχομαι περπατώντας στον ΑΧΑΜ.
 - Μπορώ να τρέξω γρήγορα.
 - Μου αρέσει να κάνω φίλους.
 - Μου αρέσει να χορεύω.
4. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, είδαμε ότι διαφέρουμε με πολλούς τρόπους, το οποίο μπορεί συχνά να δημιουργήσει συγκρούσεις. Για παράδειγμα, αν σε ένα παιδί Α αρέσει να τρέχει γρήγορα και σε ένα άλλο παιδί Β αρέσει να περπατάει αργά, και πρέπει να έρθουν στον ΑΧΑΜ μαζί, μπορεί να δημιουργηθεί σύγκρουση. Το παιδί Α μπορεί να θυμώσει γιατί το παιδί Β περπατάει αργά, ενώ το παιδί Β μπορεί να θυμώσει επειδή το παιδί Α προχωράει μπροστά και τον αφήνει πίσω! Αν καταλάβαιναν ότι απλώς τους αρέσουν διαφορετικά πράγματα, θα μπορούσαν να αποφασίσουν να έρχονται στον ΑΧΑΜ μία εβδομάδα περπατώντας και μία εβδομάδα τρέχοντας, ώστε να είναι και οι δύο ευχαριστημένοι!»**

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ > Ελέγξτε ότι οι φράσεις ταιριάζουν στις συνθήκες και την ευαισθησία της τάξης σας και τροποποιήστε τις ανάλογα με τις ανάγκες.



Παράδειγμα



50. Οι λέξεις πληγώνουν

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	14, 24, 26, 27, 28, 33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά καταλαβαίνουν πώς τα άσχημα λόγια μπορούν να πληγώσουν ανεπανόρθωτα έναν άλλο άνθρωπο.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 4 ομάδες και βάλτε τα να καθίσουν αντικριστά σε κύκλο.

Χρόνος: 45 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να δουλέψουν τα παιδιά σε 4 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: 4 μεγάλα φύλλα χαρτί, ψαλίδι, μολύβια, κηρομπογιές/ξυλομπογιές, γόμες

Προετοιμασία: Χρησιμοποιήστε τα χαρτιά για να κόψετε 4 ανθρωπάκια. Χωρίστε τα υλικά ζωγραφικής σε 4 πακέτα.



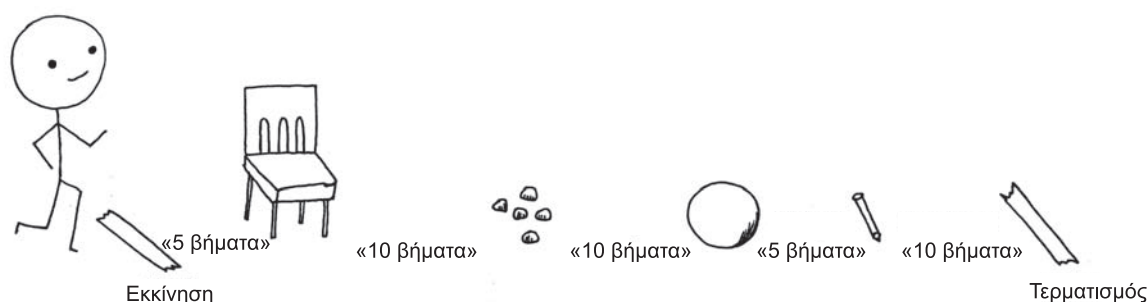
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε σε κάθε ομάδα ένα κομμένο ανθρωπάκι και υλικά ζωγραφικής και ζητήστε από τα παιδιά να σχεδιάσουν ένα πρόσωπο και να χρωματίσουν το ανθρωπάκι για να μοιάζει με παιδί. Δώστε στα παιδιά 10 λεπτά να ολοκληρώσουν τη δραστηριότητα.
2. Ζητήστε από την κάθε ομάδα να δώσει ένα όνομα στο ανθρωπάκι, ένα όνομα κάποιου που δεν γνωρίζουν. Για παράδειγμα, «Χιονούλης».
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Βεβαιωθείτε ότι το όνομα δεν σχετίζεται με υπαρκτό πρόσωπο.
3. Πείτε στα παιδιά ότι γι' αυτή τη δραστηριότητα πρέπει να φανταστούν ότι ο Χιονούλης είναι καινούργιο παιδί σε μια άλλη τάξη, σε έναν διαφορετικό ΑΧΑΜ. Ο Χιονούλης, όπως πολλά άλλα παιδιά, δυσκολεύεται να κάνει νέους φίλους γιατί είναι καινούργιος στην τάξη και όλοι οι άλλοι έχουν ήδη σχηματίσει παρέες.
4. Ζητήστε από τα παιδιά να σκεφτούν μερικά σκληρά και αγενή πράγματα που θα μπορούσαν να πουν στον Χιονούλη τα υπόλοιπα παιδιά της τάξης.
5. Ζητήστε από τα μέλη κάθε ομάδας να σκεφτούν κάτι αντίστοιχο για το ανθρωπάκι τους και μόλις πουν κάτι σκληρό και αγενές, να σχεδιάσουν ένα λυπημένο πρόσωπο στο ανθρωπάκι με μολύβι ή κηρομπογιά. Ξεκινήστε με μία απάντηση από κάθε ομάδα και συνεχίστε μέχρι το ανθρωπάκι κάθε ομάδας να έχει 5-6 λυπημένα πρόσωπα.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά δεν μιλάνε, μπορείτε να ξεκινήσετε εσείς λέγοντας, για παράδειγμα, «Γιατί ήρθες τόσο αργά; Δεν θέλουμε να σου μιλάμε!» ή «Τα μαλλιά σου είναι περίεργα!».
6. Στη συνέχεια, δώστε σε κάθε ομάδα 2-3 γόμες και ζητήστε τους να σβήσουν όλα τα λυπημένα πρόσωπα από το ανθρωπάκι. Δώστε τους 10 λεπτά να σβήσουν όλα τα λυπημένα πρόσωπα.
7. Τονίστε ότι όσο κι αν προσπαθήσουμε, τα λυπημένα πρόσωπα θα αφήσουν έστω και ένα μικρό σημάδι πάνω στο χαρτί. Ποτέ δεν θα γίνει όπως ήταν πριν σχεδιάσετε τα λυπημένα πρόσωπα.
8. Συζητήστε με τα παιδιά χρησιμοποιώντας τις παρακάτω ερωτήσεις:
 - Όταν ακούστηκαν τα άσχημα λόγια και ζωγραφίσατε το λυπημένο πρόσωπο πάνω στο ανθρωπάκι, τι σήμαινε αυτό; (Παράδειγμα απάντησης: Όταν λέμε κάτι άσχημο σε κάποιον, τον στενοχωρούμε).
 - Τι διαφορά είχε το πρώτο ανθρωπάκι από το ανθρωπάκι με τα σβησμένα προσωπάκια; (Παράδειγμα απάντησης: είχε σκούρα σημάδια που δεν μπορούσαν να σβηστούν και το χαρτί είχε σκιστεί λίγο).
 - **Ολοκληρώστε τη συζήτηση μεταδίδοντας στα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Όπως είδαμε ότι έγινε με το χάρτινο ανθρωπάκι, όταν λέμε κάτι άσχημο σε κάποιον, τον στενοχωρούμε. Όταν πούμε σε κάποιον κάτι άσχημο που τον πληγώνει, δεν μπορούμε να το πάρουμε πίσω και μερικές φορές χρειάζεται πολύς καιρός για να φύγει αυτός ο πόνος ή μπορεί να μην φύγει ποτέ.»**



52. Αγώνας κατά του θυμού

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επίλυση Συγκρούσεων
Αντίστοιχες Εβδομάδες	17, 24, 26, 27, 28
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά κατανοούν ότι υπάρχουν λέξεις που μας βοηθούν να ξεπεράσουμε τον θυμό.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος

Βοηθητικά μέσα: Κολλητική ταινία, χρονόμετρο, αντικείμενα μέσα από την τάξη για να φτιάξετε μια μικρή διαδρομή με εμπόδια, π.χ. καρέκλα, μικρές πέτρες, μπάλα, ένα μολύβι

Προετοιμασία: Προετοιμάστε τη διαδρομή με εμπόδια με τον παρακάτω τρόπο:

- Σημαδέψτε στο πάτωμα με την ταινία το σημείο εκκίνησης (το παιδί στέκεται στο σημείο εκκίνησης)
- Τοποθετήστε την μπάλα πέντε βήματα μακριά από το σημείο εκκίνησης (το παιδί θα πρέπει να τρέξει προς την καρέκλα και να την προσπεράσει).
- Τοποθετήστε τις μικρές πέτρες 10 βήματα μακριά από την καρέκλα (το παιδί θα πρέπει να πάει από την καρέκλα μέχρι τις πέτρες χοροπηδώντας στο ένα πόδι, να στοιχίσει τις πέτρες σε μία γραμμή και μετά να τις ανακατέψει).

- Τοποθετήστε την μπάλα 10 βήματα μακριά από τις πέτρες (το παιδί θα πρέπει να περπατήσει, όχι να τρέξει, προς την μπάλα, να τη σηκώσει από το πάτωμα, να την πετάξει και να την ξαναπιάσει 3 φορές).
- Τοποθετήστε το μολύβι 5 βήματα μακριά από την μπάλα (το παιδί θα πρέπει να σχηματίσει έναν κύκλο στο πάτωμα χρησιμοποιώντας το μολύβι)
- Σημαδέψτε το σημείο τερματισμού με την ταινία 10 βήματα μακριά από το μολύβι (το παιδί θα πρέπει να φτάσει στον τερματισμό χοροπηδώντας στο ένα πόδι).

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν σε οριζόντια ευθεία γραμμή απέναντι από τα εμπόδια.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Μπορείτε να προσαρμόσετε τα εμπόδια χρησιμοποιώντας αντικείμενα που έχετε στη διάθεσή σας.

> Αν υπάρχουν στην τάξη σας παιδιά με σωματικές αναπηρίες, προσαρμόστε τα εμπόδια ώστε να μπορούν να παίξουν. Αν χρειάζεται, αναθέστε έναν «κολλητό» σε κάθε παιδί με αναπηρία, ώστε να το βοηθήσει να ολοκληρώσει τη διαδρομή με τα εμπόδια.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Παρουσιάστε στα παιδιά τον αγώνα δρόμου μετ' εμποδίων που βοηθά στην επίλυση συγκρούσεων. Δείξτε στα παιδιά πώς πρέπει να περάσουν τη διαδρομή με τα εμπόδια.
2. Εξηγήστε ότι κάθε στοιχείο στη διαδρομή εμποδίων συμβολίζει κάτι που προκαλεί συγκρούσεις και πρέπει να δουλέψουμε για να τις επιλύσουμε και να κερδίσουμε τον αγώνα κατά των συγκρούσεων.
3. Τα παιδιά θα πρέπει με τη σειρά να σηκώνονται και να παρουσιάζουν μια διαφωνία (πραγματική ή φανταστική) και έναν τρόπο επίλυσης.
4. Μετά την παρουσίασή τους, θα πρέπει να ολοκληρώσουν τη διαδρομή μετ' εμποδίων όσο πιο γρήγορα μπορούν, εφαρμόζοντας συμβολικά την τεχνική τους για να αντιμετωπίσουν τη σύγκρουση.
5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, είδατε ότι όλοι διαφωνούμε. Πρέπει να σταματήσουμε, να σκεφτούμε και στη συνέχεια να ενεργήσουμε για να ξεπεράσουμε τις διαφορές μας.»**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά διστάζουν να σηκωθούν, μπορείτε να ξεκινήσετε εσείς με ένα παράδειγμα, όπως «Μερικές φορές στον ΑΧΑΜ, κάποια παιδιά θέλουν να παίξουν, ενώ άλλα θέλουν να ζωγραφίσουν. Αντιμετωπίζω αυτή τη διαφωνία αποφασίζοντας ότι κάποιες μέρες όλα τα παιδιά θα παίζουν, ενώ κάποιες άλλες μέρες όλα τα παιδιά θα ζωγραφίζουν».



53. Ειρηνοποιοί

Δεξιότητα ΚΣΜ Επίλυση Συγκρούσεων

Αντίστοιχες Εβδομάδες 18, 24, 26, 27, 29

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά αναγνωρίζουν τις δυνατότητές τους ως ειρηνοποιοί και φτιάχνουν ένα στέμμα που υπενθυμίζει στους ίδιους και στους άλλους να συνυπάρχουν ειρηνικά.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες και βάλτε τα να καθίσουν σε κύκλο για να μοιραστούν τα υλικά ζωγραφικής.

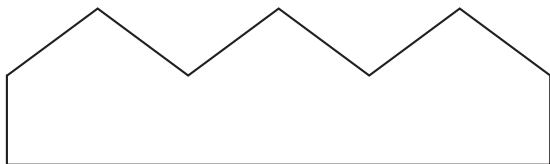
Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν 5 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Μεγάλα φύλλα χαρτί (χρωματιστά ή λευκά, κηρομπογιές/ξύλομπογιές, μολύβια, κολλητική ταινία, διάφορα υλικά ζωγραφικής

Προετοιμασία: Κόψτε τα μεγάλα χαρτιά σε μακριές λωρίδες όπως φαίνεται παρακάτω:



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Ρωτήστε τα παιδιά ποιο είναι το πρώτο πράγμα που τους έρχεται στο μυαλό όταν λέτε τη λέξη «ειρήνη».
2. Στη συνέχεια, ρωτήστε τα παιδιά τι δυνάμεις κρύβουν μέσα τους που μπορούν να τους κάνουν ειρηνοποιούς.
3. Πείτε στα παιδιά ότι, αφού όλα γνωρίζουν πώς να συνυπάρχουν αρμονικά, θα φτιάξουν στέμματα ειρήνης ώστε, όταν τα φορούν, να υπενθυμίζουν στους εαυτούς τους και στους γύρω τους ότι πρέπει να ζουν αρμονικά.
4. Φωνάξτε τα παιδιά με τη σειρά και κόψτε το χαρτί στο μέγεθος του κεφαλιού κάθε παιδιού.
5. Δώστε στα παιδιά 15 λεπτά να ζωγραφίσουν και να στολίσουν τα στέμματά τους με όλα τα πράγματα που τους θυμίζουν την ειρήνη.
6. Μόλις τελειώσουν, περάστε από όλα τα παιδιά και ενώστε τις άκρες του χαρτιού για να φτιάξετε το στέμμα (βλ. την παραπάνω εικόνα).
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Όταν φοράτε αυτό το στέμμα, να θυμάστε όλα αυτά που μάθατε στον ΑΧΑΜ για το πώς να λύνετε τις διαφορές σας και τη δύναμη που έχετε μέσα σας να ζείτε ειρηνικά και να εξαπλώνετε την ειρήνη όπου πηγαίνετε.»**



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

Επιμονή



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Επιμονή

119

54. Παζλ «ο στόχος μου»

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επιμονή
Αντίστοιχες Εβδομάδες	30, 31, 32, 33, 36
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά μαθαίνουν να ξεπερνούν δυσκολίες για να φτάσουν στον στόχο τους δουλεύοντας με χάρτινα παζλ.

Χρόνος: 30 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν άνετα τα παιδιά σε 5 ομάδες και να μοιραστούν τα υλικά ζωγραφικής

Βοηθητικά μέσα: Χαρτί ζωγραφικής (ένα για κάθε παιδί), μολύβια, κηρομπογιές/ξύλομπογιές, άλλα υλικά ζωγραφικής

Προετοιμασία: Χωρίστε τα υλικά ζωγραφικής σε 5 πακέτα για να τα μοιραστούν τα παιδιά ανά ομάδες.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες για να μοιραστούν τα υλικά, αλλά να δουλέψουν ατομικά.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αυξήστε ή μειώστε το επίπεδο δυσκολίας του παιχνιδιού μειώνοντας ή αυξάνοντας τον αριθμό των κομματιών του παζλ.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Τα παιδιά θα έχουν 15 λεπτά να ζωγραφίσουν αυτό που θέλουν να γίνουν όταν μεγαλώσουν και οποιονδήποτε ή οτιδήποτε έχουν που θα τα υποστηρίξει να επιτύχουν στον στόχο τους.
2. Μόλις τα παιδιά ολοκληρώσουν τις ζωγραφιές τους, εξηγήστε ότι όλοι αντιμετωπίζουν δυσκολίες όταν προσπαθούν να φτάσουν στον στόχο τους. Όλοι αντιμετωπίζουμε διαφορετικά προβλήματα και δυσκολίες, αλλά με σκληρή δουλειά και τη σωστή υποστήριξη, μπορούμε να πετύχουμε τους στόχους μας.
3. Εξηγήστε στα παιδιά ότι πρέπει να σκίσουν τις ζωγραφιές τους σε 7 ακανόνιστα κομμάτια (όχι μόνο τετράγωνα ή παραλληλόγραμμα), το οποίο συμβολίζει ότι μπορούμε να χωρίσουμε τον στόχο μας σε μικρότερα κομμάτια για να τον πετύχουμε.
4. Τώρα, εξηγήστε στα παιδιά ότι όλοι θα πρέπει να εστιάσουν την προσοχή τους και να ενώσουν τα κομμάτια και να ξαναφτιάξουν τη ζωγραφιά όσο πιο γρήγορα μπορούν.
5. Μόλις πείτε «Πάμε!», τα παιδιά θα πρέπει να συναρμολογήσουν το παζλ.
6. Μόλις τελειώσουν, ζητήστε τους να ανακατέψουν ξανά τα κομμάτια και να συναρμολογήσουν το παζλ.
7. Όλα τα παιδιά θα πρέπει να επαναλάβουν αυτή τη διαδικασία 3 φορές.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν θέλετε να αυξήσετε το επίπεδο πολυπλοκότητας για παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας, μετά από 2 γύρους ζητήστε από τα παιδιά να σκίσουν τα κομμάτια του παζλ σε ακόμα μικρότερα και να προσπαθήσουν να το συναρμολογήσουν ξανά.

8. Στο τέλος, ρωτήστε τους μαθητές: *Σε τι διέφερε η πρώτη φορά που φτιάξατε το παζλ σε σχέση με την τέταρτη ή την πέμπτη φορά;*

9. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, μάθαμε δύο πράγματα σχετικά με την επίτευξη του στόχου μας - το πρώτο είναι ότι μπορούμε να σπάμε τον στόχο μας σε μικρότερους, διαχειρίσιμους στόχους και το δεύτερο είναι ότι, όπως ακριβώς στην περίπτωση του παζλ, με συνεχή εξάσκηση και σκληρή δουλειά, ένας δύσκολος στόχος γίνεται ευκολότερος και μπορούμε να τον πετύχουμε.»**



55. Ένα αστέρι για το αστέρι

Δεξιότητα ΚΣΜ Επιμονή

Αντίστοιχες Εβδομάδες 18, 30, 31, 32, 33

Ηλικιακή ομάδα 6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά αναγνωρίζουν την επιμονή κάποιου άλλου.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες για να μοιραστούν τα υλικά, αλλά να δουλέψουν ατομικά.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν άνετα τα παιδιά σε 5 ομάδες και να μοιραστούν τα υλικά ζωγραφικής

Βοηθητικά μέσα: Χαρτί ζωγραφικής (ένα για κάθε παιδί), εικόνα ενός αστεριού (δίνεται παράδειγμα παρακάτω), μολύβια, κηρομπογιές/ξυλομπογιές, ψαλίδι, άλλα υλικά ζωγραφικής

Προετοιμασία: Κόψτε αστέρια για κάθε παιδί (βλ. τις παρακάτω οδηγίες) και χωρίστε τα υλικά ζωγραφικής σε 5 σετ για να τα μοιραστούν τα παιδιά ανά ομάδες.



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Επιμονή
Ένα αστέρι για το αστέρι

122

Πώς παίζεται το παιχνίδι

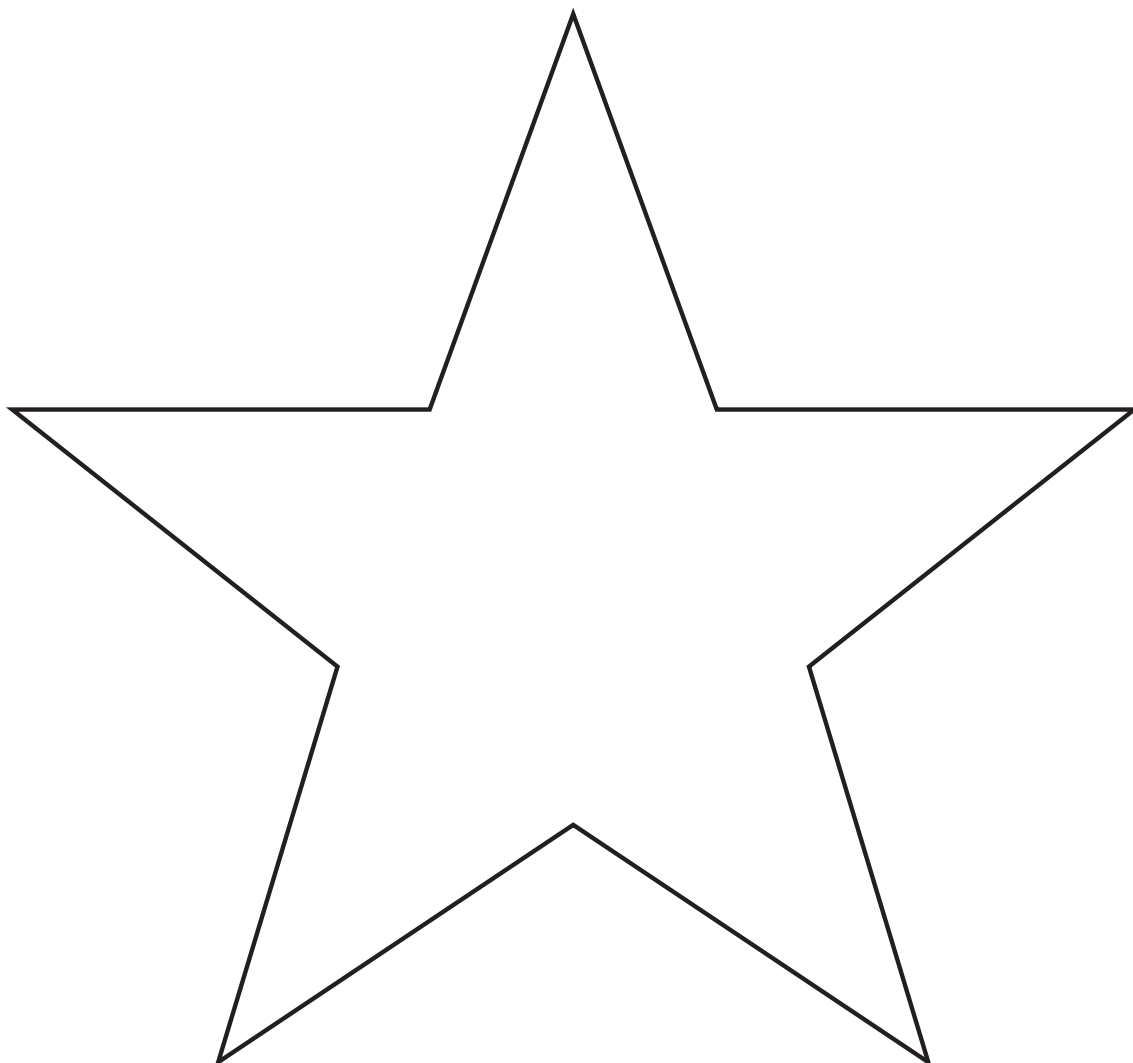
1. Μοιράστε ένα αστέρι σε κάθε παιδί.
2. Εξηγήστε ότι σήμερα θα φτιάξουν ένα αστέρι για κάποιον γνωστό τους που επιμένει για να πετύχει τον στόχο του. Αυτό το άτομο θα μπορούσε να είναι ένα μέλος της οικογένειάς τους που δουλεύει πολύ σκληρά ή κάποιος από τον AXAM που εστιάζει στον στόχο του και δουλεύει πολύ σκληρά για να τον πετύχει. Θα ονομάσουμε αυτό το άτομο «αστέρι».
3. Δώστε στα παιδιά 2 λεπτά να σκεφτούν ποιο άτομο είναι το «αστέρι» τους και γιατί.
4. Ζητήστε από 8-10 παιδιά να απαντήσουν κάθε μία από τις παρακάτω ερωτήσεις:
 - Γιατί αυτό το άτομο είναι το αστέρι σου; *(Παράδειγμα απάντησης: Η μεγάλη μου αδερφή πρέπει να κάνει πολλές δουλειές στο σπίτι, αλλά καταφέρνει να βρει χρόνο να διαβάσει)*
 - Ποιο είναι ένα θετικό στοιχείο του αστεριού σου που θα ήθελες να το αποκτήσεις κι εσύ; *(Παράδειγμα απάντησης: Είναι πάντα χαρούμενη, ακόμα κι αν υπάρχουν προβλήματα.)*
5. Δώστε στα παιδιά 15 λεπτά να στολίσουν τα αστέρια τους.
6. Πείτε στα παιδιά να δώσουν το ζωγραφισμένο αστέρι στο «αστέρι» τους όταν το ξαναδούν από κοντά και να του πουν γιατί τον/την θαυμάζουν.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σήμερα αναγνωρίσαμε ότι υπάρχουν πολλά άτομα γύρω μας που επιμένουν για να πετύχουν τους στόχους τους και ότι μπορούμε να μάθουμε από αυτούς πολλά πράγματα που θα μας βοηθήσουν να πετύχουμε τους δικούς μας στόχους.»**



Παράδειγμα

Πώς να φτιάξετε ένα αστέρι

1. Κόψτε το αστέρι που θα βρείτε στο τέλος της δραστηριότητας.
2. Τοποθετήστε 8-10 χαρτιά ζωγραφικής το ένα πάνω στο άλλο.
3. Τοποθετήστε το αστέρι στο κέντρο πάνω στα χαρτιά.
4. Κόψτε γύρω από το περίγραμμα του αστεριού για να φτιάξετε αστέρια από όλα τα χαρτιά ζωγραφικής.
5. Επαναλάβετε τη διαδικασία με σετ των 8-10 χαρτιών μέχρι να έχετε ένα αστέρι για κάθε παιδί.



56. Γλυπτό από άχρηστα υλικά

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επιμονή
Αντίστοιχες Εβδομάδες	23, 27, 31, 32, 33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά εξασκούνται στη χρήση ενός Σχεδίου Επίτευξης Στόχων για να δημιουργήσουν ένα γλυπτό που στέκεται χωρίς στήριγμα.

Χρόνος: 40 λεπτά

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να απλωθούν και να δουλέψουν 5 ομάδες

Βοηθητικά μέσα: Υλικά άμεσα διαθέσιμα μέσα ή γύρω από τον ΑΧΑΜ για την κατασκευή του γλυπτού (για παράδειγμα, φύλλα, ξυλαράκια, μικρές πέτρες, καλαθάκια, υφάσματα, χαρτιά, χάντρες, μικρές μπάλες, σπάγκος, κορδέλες, άδεια μπουκάλια, άδεια κουτιά κ.λπ.), κολλητική ταινία (μία για κάθε ομάδα), υπόδειγμα ΣΕΣ τροποποιημένο γι' αυτό το παιχνίδι (παρέχεται παρακάτω)

Προετοιμασία: Χωρίστε τα υλικά για την κατασκευή του γλυπτού ανά ομάδα (δεν χρειάζεται να έχει κάθε ομάδα τα ίδια υλικά, αλλά θα πρέπει να έχουν περίπου την ίδια ποσότητα), εκτυπώστε τα υποδείγματα ΣΕΣ για κάθε ομάδα.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες και βάλτε τα να καθίσουν αντικριστά σε κύκλο.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Αν υπάρχουν πολύ μικρά παιδιά στην ομάδα, βεβαιωθείτε ότι συμμετέχουν σε διαφορετικές ομάδες.

> Αν τα παιδιά είναι πολύ μικρά και δεν μπορούν να κατασκευάσουν το γλυπτό σε ομάδες, αναθέστε σε όλα τα παιδιά της τάξης να φτιάξουν ένα κοινό γλυπτό. Εφαρμόστε το μοντέλο συζήτησης με όλη την ομάδα για να δημιουργήσετε το ΣΕΣ χρησιμοποιώντας το υπόδειγμα που σας δίνεται. Αναθέστε διαφορετικά μέρη του γλυπτού σε μικρότερες ομάδες παιδιών και στη συνέχεια ζητήστε τους να ενώσουν τα κομμάτια τους για να φτιάξουν ένα μεγάλο γλυπτό.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Πείτε στα παιδιά ότι σε αυτό το παιχνίδι έχουν έναν πολύ συγκεκριμένο στόχο - να χρησιμοποιήσουν όλα τα υλικά που τους δώσατε για να δημιουργήσουν ένα αυτόνομο γλυπτό (κάτι που μπορεί να σταθεί χωρίς στήριξη) με συγκεκριμένο θέμα.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν πιστεύετε ότι τα παιδιά μπορεί να χρειάζονται βοήθεια, δώστε τους μερικά γενικά θέματα να επιλέξουν, όπως «ειρήνη», «φύση», «φιλία», «το σχολείο μου», «όλοι είναι ίσοι» κ.λπ. Λαμβάνετε υπόψη το περιβάλλον και τις εμπειρίες των παιδιών όταν επιλέγετε θέματα, αποφεύγοντας οτιδήποτε θα μπορούσε να επαναφέρει τραυματικές αναμνήσεις, όπως «η οικογένειά μου», «η χώρα μου».

2. Δώστε στα παιδιά 10 λεπτά να προετοιμάσουν ένα Σχέδιο Επίτευξης Στόχων (ΣΕΣ), όπως είχαν κάνει στο Μάθημα ΚΣΜ.

- Έχουν ήδη έναν συγκεκριμένο στόχο: να χρησιμοποιήσουν όλα τα υλικά που τους δώσατε για να δημιουργήσουν ένα αυτόνομο γλυπτό με συγκεκριμένο θέμα.
- Ζητήστε από τα παιδιά να σκεφτούν το θέμα του γλυπτού.
- Στη συνέχεια, ζητήστε από τα παιδιά να φτιάξουν ένα λεπτομερές σχέδιο 3 βημάτων, χωρίζοντας τον κύριο στόχο σε μικρότερους.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν χρειάζεται, δώστε στα παιδιά συμβουλές για το πώς θα χωρίσουν τον κύριο στόχο σε μικρότερους χτίζοντας πρώτα τη βάση, στη συνέχεια το μεσαίο κομμάτι και, τέλος, την κορυφή. Ακόμη, θα μπορούσαν να αναθέσουν διαφορετικά κομμάτια σε διαφορετικά μέλη της ομάδας.

3. Περάστε από κάθε ομάδα και δώστε στα παιδιά συμβουλές για το πώς θα βελτιώσουν το σχέδιό τους. Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι:

- πρέπει να χρησιμοποιήσουν τα υλικά·
- το γλυπτό θα πρέπει να στέκεται χωρίς στήριξη.

4. Δώστε στα παιδιά 20 λεπτά να κάνουν αλλαγές στο σχέδιό τους με βάση τις συμβουλές του εκπαιδευτή για να φτιάξουν το γλυπτό τους.

5. Στο τέλος, ζητήστε από έναν εκπρόσωπο από την κάθε ομάδα να εξηγήσει το γλυπτό στις υπόλοιπες ομάδες.

6. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Στο σημερινό παιχνίδι, μάθαμε να θέτουμε και να επιτυγχάνουμε έναν στόχο χωρίζοντάς τον σε μικρότερους στόχους, κάνοντας ένα λεπτομερές σχέδιο, συμβουλευόμενος ο ένας τον άλλο και ακολουθώντας το σχέδιο για να πετύχουμε τον στόχο.»**



Παράδειγμα

Σχέδιο Επίτευξης Στόχων (ΣΕΣ) για γλυπτό από άχρηστα υλικά

1. Στόχος: Χρησιμοποιήστε όλα τα υλικά που σας δόθηκαν για να δημιουργήσετε ένα αυτόνομο γλυπτό με συγκεκριμένο θέμα.

2. Θέμα

3. Όρισε 3 βήματα για την επίτευξη του στόχου:

1. _____

2. _____

3. _____

4. Συμβουλευόσου τον εκπαιδευτή.

5. Αναθεώρησε το σχέδιο 3 βημάτων.

6. Εφάρμοσε το σχέδιό σου

7. Σβήσε από τη λίστα κάθε βήμα που ολοκληρώνεις

8. Πίστεψε στον εαυτό σου!

9. Πέτυχε στον στόχο σου!



57. Χάρτινη μπάλα

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επιμονή
Αντίστοιχες Εβδομάδες	23, 27, 31, 32, 33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά σχεδιάζουν και πετυχαίνουν τον στόχο τους σαν ομάδα.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος που επιτρέπει να καθίσουν ομάδες των 4 ή 6 ατόμων

Βοηθητικά μέσα: Σχεδιάγραμμα γηπέδου (δίνεται παρακάτω), μικρά φύλλα χαρτί, περίπου 3 εκ. X 3 εκ. (ένα για κάθε ομάδα), χρονόμετρο

Προετοιμασία: Τυλίξτε τα μικρά φύλλα χαρτί για να φτιάξετε μικρές μπάλες, εκτυπώστε ένα σχεδιάγραμμα γηπέδου για κάθε ομάδα, χωρίστε τα μικρά φύλλα χαρτί σε δύο στήλες για να σημειώνετε τη βαθμολογία (βλ. υπόδειγμα παρακάτω).

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες των 4 ή 6 ατόμων (ανάλογα με το μέγεθος της τάξης). Αν ο αριθμός των μαθητών είναι μονός, μπορείτε να συμμετάσχετε στη μία ομάδα.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσπαθήστε να δημιουργήσετε ομάδες με παιδιά παρόμοιας ηλικίας.

Ομάδα Α	Ομάδα Β
---------	---------



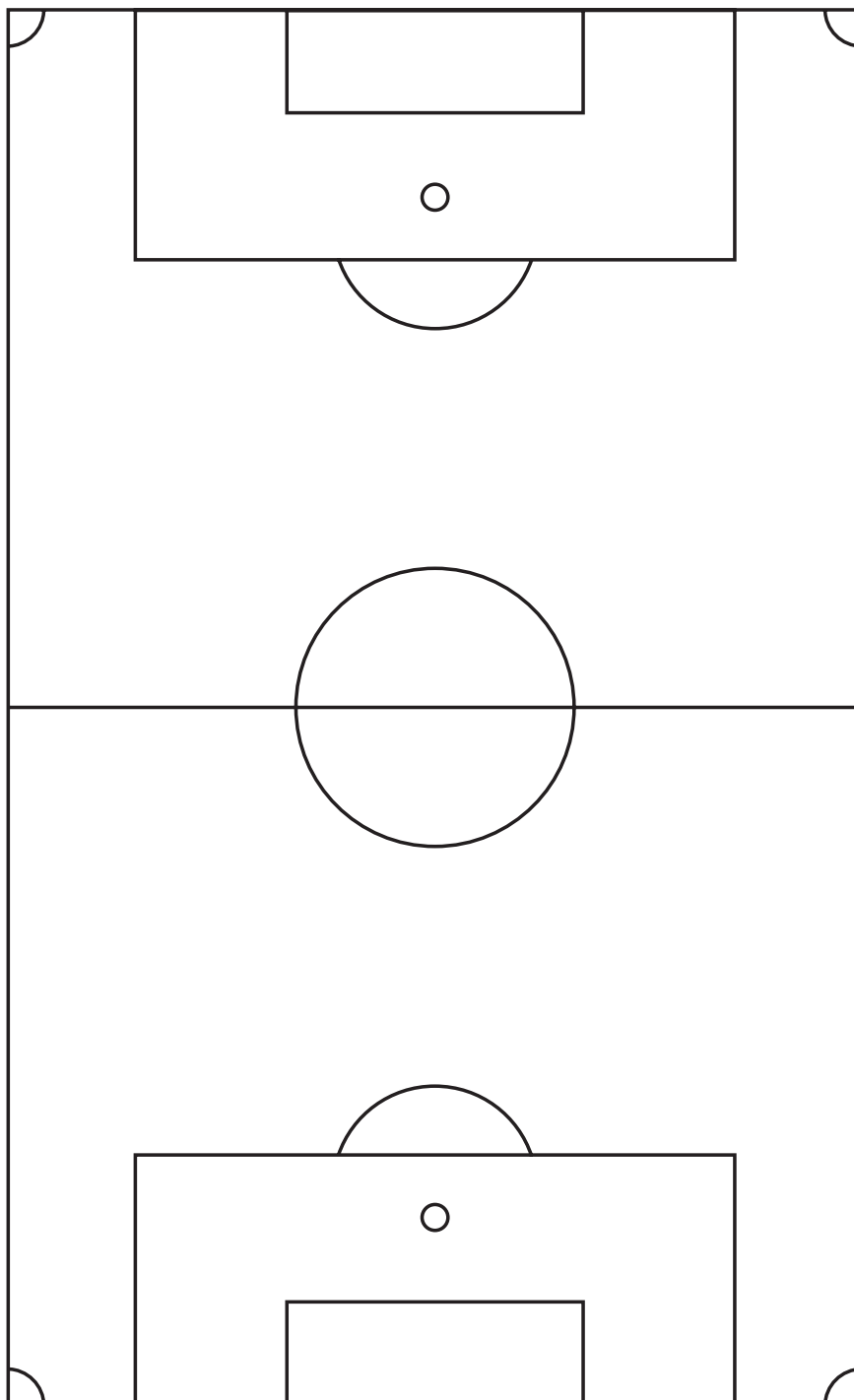
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Χωρίστε κάθε ομάδα σε 2 μικρότερες ομάδες και ονομάστε τις Ομάδα Α και Ομάδα Β.
2. Δώστε σε κάθε ομάδα ένα σχεδιάγραμμα γηπέδου, μια χάρτινη μπάλα, ένα μολύβι και μια κάρτα βαθμολογίας.
3. Ζητήστε από τα παιδιά να βάλουν το σχεδιάγραμμα του γηπέδου στη μέση και να σταθούν γύρω του. Στη συνέχεια, ζητήστε τους να τοποθετήσουν τη χάρτινη μπάλα στο κέντρο του σχεδιαγράμματος.
4. Εξηγήστε στα παιδιά ότι πρέπει να ενώσουν τις παλάμες τους σαν κυπελλάκι για να φυσήξουν και να δώσουν ώθηση στη χάρτινη μπάλα να μπει στο τέρμα.
5. Δώστε στις ομάδες 5 λεπτά:
 - να αποφασίσουν το όνομα της ομάδας τους·
 - να διαλέξουν πλευρά στο γήπεδο·
 - να καταστρώσουν ένα σχέδιο και να αναθέσουν ρόλους στον κάθε παίκτη, αν χρειάζεται.
6. Μόλις πείτε «Πάμε!» ξεκινά ο πρώτος γύρος - τα παιδιά θα έχουν 5 λεπτά να χρησιμοποιήσουν τα χέρια τους για να φυσήξουν την μπάλα και να βάλουν όσα περισσότερα γκολ μπορούν. Αν η μπάλα βγει εκτός γηπέδου, θα πρέπει να την τοποθετήσουν στη μέση και να συνεχίσουν το παιχνίδι.
7. Πείτε στις ομάδες να κρατούν τη βαθμολογία σημειώνοντας μία γραμμή κάτω από το όνομα της ομάδας κάθε φορά που βάζουν γκολ.
8. Στο τέλος του πρώτου γύρου, δώστε στις ομάδες 2 λεπτά να αναθεωρήσουν το σχέδιό τους, να εντοπίσουν τα δυνατά σημεία και τις αδυναμίες τους και να βρουν ένα νέο σχέδιο, αν χρειάζεται.
9. Μόλις πείτε «Πάμε!» ξεκινά ο δεύτερος γύρος - τα παιδιά θα έχουν 5 λεπτά να χρησιμοποιήσουν τα χέρια τους για να φυσήξουν την μπάλα και να βάλουν όσα περισσότερα γκολ μπορούν.
10. Στο τέλος, ζητήστε από όλα τα παιδιά να χειροκροτήσουν τις ομάδες που νίκησαν.
11. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, μάθαμε να σχεδιάζουμε και να πετυχαίνουμε τους στόχους μας σαν ομάδα.»**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν χρειάζεται, εξηγήστε το σχεδιάγραμμα του γηπέδου και πώς μπαίνει γκολ.



Παράδειγμα



ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ ΚΣΜ

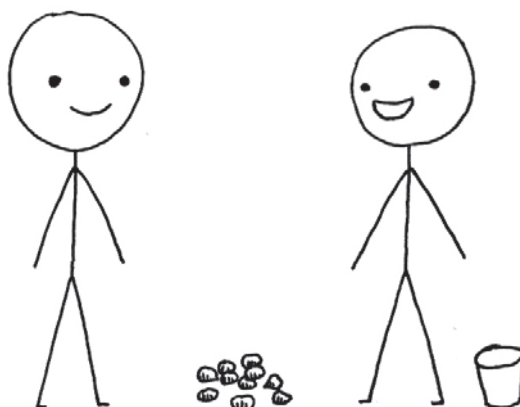
ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Εργαλειοθήκη ΑΧΑΜ

Επιμονή:
Χάρτινη μπάλα

58. Βρες τον στόχο

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επιμονή
Αντίστοιχες Εβδομάδες	23, 27, 31, 32, 33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά καταστρώνουν στρατηγική και δουλεύουν σε ζευγάρια για να μαζέψουν 10 πέτρες για την ομάδα τους.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος

Βοηθητικά μέσα: Μικρές πέτρες/μπάλες/χάρτινες μπάλες (5 ανά μαθητή), ποτηράκια (ένα ανά ζευγάρι)

Προετοιμασία: Φτιάξτε χάρτινες μπάλες, αν χρειάζεται.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες και βάλτε τα να σταθούν σε απόσταση ενός χεριού το ένα από το άλλο.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Προσπαθήστε να δημιουργήσετε ομάδες με παιδιά παρόμοιας ηλικίας.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Τοποθετήστε 10 πέτρες/μπάλες/χάρτινες μπάλες ανάμεσα σε κάθε ζευγάρι και ένα ποτηράκι πίσω από τον έναν παίκτη κάθε ζεύγους.
2. Εξηγήστε τον στόχο: τα παιδιά θα πρέπει να συγκεντρώσουν μέσα στο ποτηράκι 10 πέτρες για την ομάδα τους χρησιμοποιώντας οτιδήποτε εκτός από τα χέρια και το πρόσωπό τους.
3. Δώστε στα παιδιά 5 λεπτά να εφαρμόσουν τη μέθοδο Σκέφτομαι-Συνεργάζομαι-Μοιράζομαι για να φτιάξουν ένα σχέδιο επίτευξης στόχου. Πείτε στα παιδιά να σκεφτούν τις παρακάτω ερωτήσεις:
 - Τι θα χρησιμοποιήσουν για να πιάσουν τις πέτρες/μπάλες/χάρτινες μπάλες;
 - Πώς θα μεταφέρουν τις πέτρες/μπάλες/χάρτινες μπάλες μέσα στο ποτηράκι;
 - Πώς θα δουλέψουν σαν ομάδα και ποιος θα κάνει τι;
4. Υπενθυμίστε στα παιδιά:
 - να χρησιμοποιήσουν τα δυνατά τους σημεία για να πετύχουν τον στόχο·
 - να αφιερώσουν χρόνο να αναθεωρήσουν το σχέδιό τους αν πιστεύουν ότι το σχέδιό τους δεν έχει αποτέλεσμα.
5. Εξηγήστε ότι αν μια πέτρα/μπάλα/χάρτινη μπάλα πέσει, πρέπει να την ξαναβάλουν στη μέση και να βγάλουν μία πέτρα από το ποτηράκι και να τη βάλουν κι αυτή στη μέση.
6. Όλα τα ζευγάρια πρέπει να μαζέψουν 10 πέτρες/μπάλες/χάρτινες μπάλες μέσα στο ποτηράκι για να ολοκληρώσουν το παιχνίδι.
7. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, είχατε όλοι τον ίδιο στόχο και όλοι σκεφτήκατε διαφορετικά σχέδια για να τον επιτύχετε.» Κάντε στα παιδιά τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από 1-2 πρόθυμα παιδιά να μοιραστούν την απάντησή τους:**
 - Πόσοι από εσάς αλλάξατε το σχέδιό σας; Γιατί το αλλάξατε; (Παράδειγμα απάντησης: Η μπάλα μου έπεφτε συνέχεια όταν την κρατούσα ανάμεσα στους αγκώνες μου, οπότε βγάλαμε τα παπούτσια μας και χρησιμοποιήσαμε τα δάχτυλα των ποδιών μας για να βάλουμε τις πέτρες στο ποτηράκι).
 - Πόσοι από εσάς πήρατε παράδειγμα από τις άλλες ομάδες και αλλάξατε το σχέδιό σας; (Παράδειγμα απάντησης: Είδαμε ότι οι παίκτες της άλλης ομάδας χρησιμοποιούσαν τα δάχτυλα των ποδιών τους και προχωρούσαν πολύ γρήγορα, οπότε κάναμε κι εμείς το ίδιο).
8. Συνοψίστε τη συζήτηση - «Μάθαμε ότι είναι καλό να σκεφτόμαστε διαφορετικούς τρόπους να επιτύχουμε τους στόχους μας αν το σχέδιό μας δεν λειτουργεί, και ότι είναι καλό να μαθαίνουμε από τους άλλους για να επιτύχουμε τους στόχους μας.»

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν έχετε γλυκά στη διάθεσή σας, αντικαταστήστε 2 πέτρες/μπάλες/χάρτινες μπάλες με 2 σοκολάτες/καραμέλες. Μόλις οι παίκτες ολοκληρώσουν το παιχνίδι, μπορούν να φάνε γλυκά ως έπαθλο για την επιμονή τους!



59. Συναισθήματα επιμονής

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επιμονή
Αντίστοιχες Εβδομάδες	8, 9 30, 32, 33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά σκέφτονται πώς νιώθουν όταν δουλεύουν και πετυχαίνουν τους στόχους τους.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες για να μοιραστούν τα υλικά, αλλά να δουλέψουν ατομικά.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν άνετα τα παιδιά σε 5 ομάδες και να μοιραστούν τα υλικά ζωγραφικής

Βοηθητικά μέσα: Χαρτί ζωγραφικής (ένα για κάθε παιδί), μολύβια, κηρομπογιές/ξυλομπογιές, άλλα υλικά ζωγραφικής

Προετοιμασία: Χωρίστε τα υλικά ζωγραφικής σε 5 σετ για να τα μοιραστούν τα παιδιά ανά ομάδες.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε στους μαθητές 2 λεπτά να σκεφτούν μία περίπτωση που πέτυχαν τον στόχο τους. Θα μπορούσε να είναι είτε προσωπικός είτε σχολικός στόχος. Κατευθύνετε τη σκέψη τους κάνοντας τις παρακάτω ερωτήσεις. Ζητήστε τους να κρατήσουν τις απαντήσεις στο μυαλό τους.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μετά από κάθε ερώτηση, κάντε μια παύση για να δώσετε στα παιδιά χρόνο να σκεφτούν την απάντησή τους.

- Ποιος ήταν ο στόχος σας και πώς νιώθατε όταν αρχίσατε την προσπάθειά σας να τον επιτύχετε;
 - Αντιμετωπίσατε δυσκολίες στην προσπάθειά σας; Τι είδους δυσκολίες και πώς νιώσατε;
 - Ζητήσατε βοήθεια από κάποιον; Από ποιον; Πώς νιώσατε όταν σας βοήθησαν ή όταν δεν σας βοήθησαν;
 - Θυμάστε τον εαυτό σας όταν προσπαθούσατε να πετύχετε τον στόχο σας; Τι κάνατε και πώς νιώθατε;
 - Πώς νιώσατε όταν πετύχατε τον στόχο σας;
2. Ζητήστε από τους μαθητές να φτιάξουν 5 ζωγραφιές για να δείξουν το ταξίδι τους:
 - Θέτω έναν στόχο και δουλεύω για να τον πετύχω.
 - Αντιμετωπίζω δυσκολίες.
 - Ζητάω βοήθεια.
 - Επιμένω για να πετύχω τον στόχο μου.
 - Τα συναισθήματά μου όταν τα κατάφερα.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι στις ζωγραφιές θα πρέπει να δείχνουν με σαφήνεια τα συναισθήματά τους σε κάθε στάδιο.

3. Μετά από 15 λεπτά, ζητήστε από όλα τα παιδιά να καθίσουν σε έναν μεγάλο κύκλο και να διηγηθούν με λίγα λόγια την ιστορία τους στα υπόλοιπα παιδιά.
4. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σήμερα, αναλογιστήκαμε το ταξίδι από τη θέσπιση ενός στόχου μέχρι την επίτευξή του. Όλοι αισθανόμαστε διαφορετικά πράγματα κατά τη διάρκεια αυτού του ταξιδιού, αλλά είδαμε ότι όλοι νιώσαμε χαρούμενοι ή όμορφα όταν επιτέλους υλοποιήσαμε τον στόχο μας. Όποτε αισθάνεστε έτοιμοι να εγκαταλείψετε την προσπάθεια, σκεφτείτε πόσο καλά αισθάνεστε όταν έχετε ξεπεράσει τις δυσκολίες και έχετε επιτύχει τον στόχο σας. Αυτό θα σας βοηθήσει να πιστέψετε στον εαυτό σας και να τα καταφέρετε!»**



60. Εύκολο ή δύσκολο

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επιμονή
Αντίστοιχες Εβδομάδες	30, 31, 32, 33, 36
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά αναγνωρίζουν τα δυνατά σημεία και τις αδυναμίες τους.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 5 ομάδες για να μοιραστούν τα υλικά, αλλά να δουλέψουν ατομικά.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Χώρος για να καθίσουν άνετα τα παιδιά σε 5 ομάδες και να μοιραστούν τα υλικά ζωγραφικής

Βοηθητικά μέσα: Χαρτί ζωγραφικής (ένα για κάθε παιδί), μολύβια, κηρομπογιές/ξυλομπογιές, άλλα υλικά ζωγραφικής

Προετοιμασία: Χωρίστε τα υλικά ζωγραφικής σε 5 σετ για να τα μοιραστούν τα παιδιά ανά ομάδες.

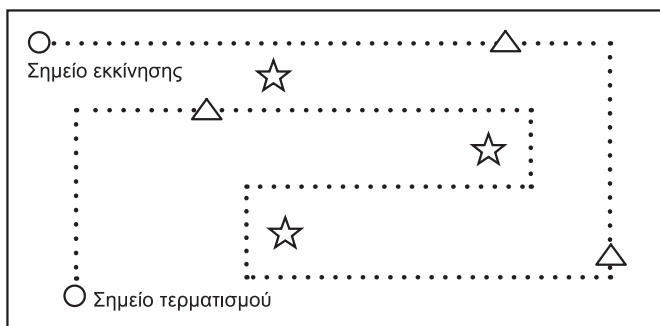
Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Δώστε στους μαθητές 5 λεπτά να σκεφτούν 3 πράγματα που είναι εύκολα και 3 πράγματα που είναι δύσκολα γι' αυτούς.
2. Ζητήστε τους να χωρίσουν το χαρτί ζωγραφικής τους κατά μήκος σε 2 στήλες και να ζωγραφίσουν στη μια πλευρά 3 πράγματα που θεωρούν εύκολα και στην άλλη πλευρά 3 πράγματα που θεωρούν δύσκολα.
ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Αν τα παιδιά ξέρουν να γράφουν, μπορούν επίσης να εξηγήσουν με λίγα λόγια τη ζωγραφιά τους.
3. Δώστε στα παιδιά 15 λεπτά να ολοκληρώσουν τη λίστα.
4. Ζητήστε τους να διαβάσουν τη λίστα σε έναν συμμαθητή τους. Αφού συζητήσουν για κάθε πράγμα που θεωρούν δύσκολο, θα πρέπει να συζητήσουν με τον συμμαθητή τους πώς σχεδιάζουν να το κάνουν εύκολο (για παράδειγμα, με εξάσκηση, με σχεδιασμό, χωρίζοντάς το σε μικρότερα κομμάτια κ.λπ.).
5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Σε αυτό το παιχνίδι, είδαμε ότι όλοι θεωρούμε κάποια πράγματα εύκολα και κάποια άλλα πράγματα δύσκολα. Αυτό συμβαίνει γιατί έχουμε δυνατά σημεία και κάποιες αδυναμίες πάνω στις οποίες πρέπει να δουλέψουμε. Πρέπει να βοηθάμε ο ένας τον άλλο και να μαθαίνουμε ο ένας από τον άλλο για να βελτιωθούμε!»**



61. Στενός δρόμος

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επιμονή
Αντίστοιχες Εβδομάδες	18, 30, 31, 32, 33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών



ΣΥΜΒΟΛΑ

- Σημεία εκκίνησης/τερματισμού
- ☆ Βοηθός
- △ Εμπόδιο

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά περπατούν σε έναν στενό δρόμο με εμπόδια και βοηθούς με στόχο να μάθουν να επιμένουν για να επιτύχουν τον στόχο τους.

Χρόνος: 20 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλη ανοιχτή αίθουσα με λείο δάπεδο

Βοηθητικά μέσα: Κολλητική ταινία, βιβλία (ένα για κάθε παιδί, τα παιδιά μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα δικά τους βιβλία ασκήσεων), μπαλόνια (ένα για κάθε παιδί), μικρά αντικείμενα μέσα από την τάξη (για παράδειγμα, ένα μικρό σκαμπό, ένα καλάθι κ.λπ.)

Προετοιμασία: Φτιάξτε τη διαδρομή με τα εμπόδια κολλώντας την ταινία στο πάτωμα της αίθουσας, φροντίζοντας να υπάρχουν αρκετές στροφές (βλ. παράδειγμα παρακάτω), φουσκώστε τα μπαλόνια, τοποθετήστε τα μικρά αντικείμενα πάνω στην γραμμή της ταινίας για να δημιουργήσετε μικρά εμπόδια.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Τα εμπόδια θα πρέπει να είναι αρκετά εύκολα ώστε να τα διασχίζουν τα παιδιά.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Ζητήστε από τα παιδιά να στοιχηθούν μπροστά από το σημείο εκκίνησης. Ζητήστε από 3 παιδιά να γίνουν εθελοντές «βοηθοί» για να βοηθούν τα υπόλοιπα παιδιά να ολοκληρώσουν τη δραστηριότητα. Ζητήστε από τους βοηθούς να σταθούν γύρω από το στενό μονοπάτι.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

- > Αν υπάρχουν στην τάξη σας παιδιά με αναπηρίες, μειώστε το επίπεδο δυσκολίας του εμπόδιου και αναθέστε έναν «κολλητό» σε κάθε παιδί με αναπηρία, ώστε να το βοηθήσει να ολοκληρώσει τη δραστηριότητα.
- > Αν είναι απαραίτητο, ορίστε 2 αγόρια-βοηθούς για τα αγόρια και 2 κορίτσια-βοηθούς για τα κορίτσια.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Εξηγήστε στα παιδιά ότι αυτό το στενό μονοπάτι συμβολίζει την πορεία προς την επίτευξη ενός στόχου. Έχει εμπόδια και βοηθούς. Πρέπει να ξεπεράσουν τα εμπόδια και να δεχθούν βοήθεια από τους βοηθούς για να ολοκληρώσουν τη διαδρομή.
2. Εξηγήστε ότι θα τους ζητήσετε να κάνουν διάφορα πράγματα στον κάθε γύρο και ότι θα πρέπει να ακολουθήσουν τις εντολές σας χωρίς να πατήσουν καθόλου έξω από το στενό μονοπάτι που έχετε φτιάξει με την ταινία. Πρέπει να περάσουν πάνω από τα μικρά εμπόδια και να ζητήσουν βοήθεια από τους βοηθούς αν τη χρειάζονται.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Μπορείτε να ζητήσετε από τα παιδιά να εκτελέσουν διάφορες ενέργειες καθώς περπατούν στον στενό δρόμο, λαμβάνοντας υπόψη την ηλικία τους. Οι ενέργειες που θα επιλέξετε θα πρέπει να είναι αρκετά απαιτητικές ώστε να δυσκολεύουν τα παιδιά στην ολοκλήρωση της δραστηριότητας, ώστε να τα προκαλέσετε να επιμείνουν για να επιτύχουν τον στόχο τους.

3. Όποιο παιδί βγαίνει έξω από το μονοπάτι, θα πρέπει να ξεκινήσει από την αρχή.
4. Ο εκπαιδευτής θα πρέπει να δίνει στους μαθητές το έναυσμα να αρχίσουν να περπατούν πάνω στην ταινία με διάστημα 30 δευτερολέπτων ώστε να υπάρχει αρκετός χώρος μεταξύ 2 παιδιών.

Γύρος 1: Τα παιδιά θα πρέπει να περπατήσουν πάνω στην ταινία ισορροπώντας ένα βιβλίο πάνω στο κεφάλι τους.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Προσαρμόστε το παιχνίδι σε παιδιά μικρότερης ηλικίας ή παιδιά με αναπηρίες ζητώντας τους να ισορροπήσουν το βιβλίο πάνω σε κλειστές γροθιές.

Γύρος 2: Τα παιδιά θα πρέπει να κρατούν το μπαλόνι στον αέρα περπατώντας πάνω στον στενό δρόμο.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Προσαρμόστε το παιχνίδι σε παιδιά μικρότερης ηλικίας ή παιδιά με αναπηρίες ζητώντας τους να χτυπάνε το μπαλόνι με τις γροθιές τους.

5. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Στο σημερινό παιχνίδι, ο στόχος σας ήταν να φτάσετε στο τέλος του στενού δρόμου, ενώ στην πορεία συναντήσατε πολλές δυσκολίες. Στον δρόμο, υπήρχαν και βοηθοί που σας βοηθούσαν να επιτύχετε τον στόχο σας. Ακόμα και στην πραγματική ζωή, όταν θέτετε έναν στόχο, θα αντιμετωπίζετε δυσκολίες. Πρέπει να βάζετε τα δυνατά σας για να ξεπεράσετε αυτές τις δυσκολίες και να ψάχνετε ανθρώπους που μπορούν να σας βοηθήσουν να επιτύχετε τον στόχο σας!»**



62. Πιάσε τη σημαία

Δεξιότητα ΚΣΜ	Επιμονή
Αντίστοιχες Εβδομάδες	18, 23, 31,32 ,33
Ηλικιακή ομάδα	6-11 ετών

Σκοπός του παιχνιδιού: Τα παιδιά πιάνουν τη σημαία της αντίπαλης ομάδας όσο πιο γρήγορα μπορούν.

Χρόνος: 30 λεπτά (ευέλικτος)

Μέγεθος ομάδας: μέχρι 30 παιδιά

Χώρος: Μεγάλος ανοιχτός χώρος

Βοηθητικά μέσα: Κιμωλία/σκοινί, 10 χάρτινες ή υφασμάτινες σημαίες σε 2 διαφορετικά χρώματα

Προετοιμασία: Σχεδιάστε την παγίδα, τον χώρο της σημαίας, τη διαχωριστική γραμμή και τα εξωτερικά όρια χρησιμοποιώντας την κιμωλία ή το σκοινί, όπως φαίνεται στο παραπάνω σχεδιάγραμμα.

ΣΥΝΘΕΣΗ > Χωρίστε τα παιδιά σε 2 ισάριθμες ομάδες και ονομάστε τις ομάδες Ομάδα Α και Ομάδα Β. Αν ο αριθμός των μαθητών είναι μονός, μπορείτε να συμμετάσχετε στη μία ομάδα.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

> Το μέγεθος του γηπέδου μπορεί να ποικίλει ανάλογα με τον διαθέσιμο χώρο. Μπορείτε να κάνετε το γήπεδο πιο μικρό για παιδιά μικρότερης ηλικίας και πιο μεγάλο για παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας.

> Αν υπάρχουν μεγάλες ηλικιακές διαφορές μεταξύ των παιδιών, βεβαιωθείτε ότι οι 2 ομάδες έχουν παρόμοιο αριθμό μεγαλύτερων και μικρότερων παιδιών.

> Μπορείτε να κάνετε το παιχνίδι πιο δύσκολο ή πιο εύκολο αυξάνοντας ή μειώνοντας τις σημαίες.



Πώς παίζεται το παιχνίδι

1. Εξηγήστε στα παιδιά το σχεδιάγραμμα του γηπέδου - τη διαχωριστική γραμμή που χωρίζει την περιοχή της Ομάδας Α από την περιοχή της Ομάδας Β.
2. Επαναλάβετε ότι κανένας δεν πρέπει να βγει εκτός των εξωτερικών ορίων του γηπέδου.
3. Δώστε σε κάθε ομάδα 10 σημαίες, τις οποίες οι παίκτες πρέπει να τοποθετήσουν οπουδήποτε μέσα στην περιοχή τους μέσα σε 2 λεπτά. Εξηγήστε πώς παίζεται το παιχνίδι:
 - Μόλις αρχίσει το παιχνίδι, οι παίκτες θα πρέπει να μπουν στην περιοχή της αντίπαλης ομάδας για να αιχμαλωτίσουν τις σημαίες της, ενώ ταυτόχρονα θα πρέπει να προστατεύσουν τις σημαίες της δικής τους ομάδας.
 - Αν κάποιος παίκτης ακουμπήσει ελαφρά στον ώμο έναν αντίπαλο, ο δεύτερος θα πρέπει να μπει στην «παγίδα» της ομάδας. Αυτός ο παίκτης μπορεί να ελευθερωθεί μόνο όταν ένας συμπαίκτης του μπει στην παγίδα και τον ακουμπήσει ελαφρά για να τον απελευθερώσει.
 - Όλες οι αιχμαλωτισμένες σημαίες θα πρέπει να τοποθετηθούν στο μικρό τετράγωνο στη γωνία της κάθε περιοχής.
 - Κερδίζει η ομάδα που θα αιχμαλωτίσει τις περισσότερες σημαίες από την αντίπαλη ομάδα.
4. Πείτε «Πάμε!» για να ξεκινήσει το παιχνίδι.
5. Μετά από 10 λεπτά (ευέλικτος χρόνος), πείτε «Στοπ!» και ζητήστε από τις ομάδες να κάνουν ένα 5-λεπτο διάλειμμα για να σκεφτούν ένα σχέδιο επίτευξης του στόχου τους.
6. Πείτε «Πάμε!» για να ξεκινήσει ξανά το παιχνίδι. Αφήστε τα παιδιά να παίξουν για άλλα 10 λεπτά (ευέλικτος χρόνος).
7. Ανακηρύξτε τη νικήτρια ομάδα και ζητήστε από όλα τα παιδιά να χειροκροτήσουν.
8. **Μοιραστείτε με τα παιδιά το μήνυμα του παιχνιδιού - «Στον πρώτο γύρο δεν σας έδωσα χρόνο να καταστρώσετε ένα σχέδιο για να επιτύχετε τον στόχο σας σαν ομάδα. Πριν από τον δεύτερο γύρο, είχατε χρόνο να προετοιμάσετε ένα σχέδιο για να αιχμαλωτίσετε τις σημαίες και να ελευθερώσετε τα μέλη της ομάδας σας.» Κάντε στα παιδιά τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από μερικά πρόθυμα παιδιά να μοιραστούν την απάντησή τους:**
 - Σας φάνηκε χρήσιμο το σχέδιο; Εξηγήστε πώς. (Παράδειγμα απάντησης: *Ναι, αποφασίσαμε να βάλουμε φύλακες στις σημαίες.*)
 - Αν το σκεφτείτε ξανά, θα είχατε κάνει κάτι διαφορετικό; (Παράδειγμα απάντησης: *Ναι, θα είχαμε τοποθετήσει τις σημαίες μακριά τη μία από την άλλη ώστε να είναι πιο δύσκολο να τις αιχμαλωτίσει η άλλη ομάδα.*)

Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα λέγοντας: «Όπως είδατε, είναι πολύ σημαντικό να κάνατε σχέδια για να επιτύχετε τους στόχους σας, είτε πρόκειται για ατομικούς στόχους, είτε για ομαδικούς.»

ΣΥΜΒΟΥΛΗ > Τα παιδιά μπορούν να παίξουν αυτό το παιχνίδι όσες φορές θέλουν, αλλάζοντας κάθε φορά τη στρατηγική τους.

