

2/Θ Νηπιαγωγείο Αργασίου

Τίτλος Προγράμματος: **Νιώθω... άρα ζω, υπάρχω, συνεργάζομαι, επικοινωνώ, εμπιστεύομαι, εκφράζομαι»**

Συντονίστρια Εκπαιδευτικός: Ευθυμίου Θεοδώρα

Συμμετέχοντες Εκπαιδευτικοί/Ειδικότητες: Καρακώστα Σοφία, Χρυσοσπάθη Ξένη, Πανταζή Αμαλία.

Δραστηριότητες

- ✚ Συζήτηση – παρατήρηση σχετικών πινάκων ζωγραφικής.
- ✚ Επίσκεψη της ψυχολόγου του κέντρου πρόληψης «ΣΤΟΡΓΗ» και υλοποίηση δράσεων για τη ψυχική υγεία:
 - Συζήτηση για τα συναισθήματα.
 - Ανάγνωση παραμυθιού.
 - Μουσικό δρώμενο με μπαλόνια.
 - Κατασκευή θυμόμετρου.
 - Ομαδική κατασκευή «ο δράκος με τους φόβους μας».
 - Κατασκευή κούκλας με κουτάλα.
- ✚ Δράσεις για την ενίσχυση της επικοινωνίας, της συνεργασίας και της φιλίας:
 - Ομαδικά παιχνίδια.
 - Μαθαίνω να μιλάω ευγενικά – γλυκές λεξούλες.
 - Ζωγραφική «Εγώ και οι φίλοι μου».
- ✚ Γνωριμία με τα συναισθήματα:
 - Τι είναι; Ποια αναγνωρίζω; Πότε νιώθω κάθε συναίσθημα; Συζήτηση και ζωγραφική.
 - Ομαδοποίηση συναισθημάτων.
 - Δραματοποίηση.
 - Συμμετοχή Εκπαιδευτικού Αγγλικής Γλώσσας - Παιχνίδι: Φτιάξε το σωστό συναίσθημα στη φατσούλα.
- ✚ Ενδοσχολική βία:
 - Παρατήρηση εικόνων.
 - Συζήτηση για τις μορφές που μπορεί να πάρει η σχολική βία (σωματική, λεκτική, ψυχολογική). Πως νιώθει ο θύτης και πως νιώθει το θύμα;
 - Δημιουργία αφίσας / ομαδική εργασία «ΟΧΙ ΣΤΗ ΒΙΑ, ΝΑΙ ΣΤΗ ΦΙΛΙΑ. ΜΙΛΑ ΤΩΡΑ»
 - Τραγούδι <https://www.youtube.com/watch?v=IFnv9vxubYc>
- ✚ Υλοποίηση δράσεων από τη ψυχολόγο και την κοινωνική λειτουργό του σχολείου:
 - Στόχο του προγράμματος Συναισθηματικής Αγωγής-Κοινωνικών Δεξιοτήτων αποτέλεσε η ανάπτυξη του λεξιλογίου γύρω από τα συναισθήματα, η εξάσκηση

στην έκφραση και αναγνώριση των συναισθημάτων, καθώς και η καλλιέργεια της συναισθηματικής αυτορρύθμισης.

Στις αρχικές συνεδρίες επιδιώχθηκε η εκμάθηση των βασικών συναισθημάτων (χαρά, λύπη, φόβος, θυμός, ηρεμία), και η αντιστοίχισή τους με χρώμα ώστε να προαχθεί η έκφρασή τους. Σε αυτό το πλαίσιο αξιοποιήθηκε υλικό από το εγχειρίδιο «Το Τερατάκι των Χρωμάτων», καθώς και βιωματικές ασκήσεις διαμοιρασμού προσωπικών εμπειριών στην ολομέλεια.

Στη συνέχεια, τα παιδιά εκτέθηκαν σε ασκήσεις για την έκφραση των συναισθημάτων. Σε αυτό το πλαίσιο εφαρμόστηκαν παιχνίδια παντομίμας, ενώ τα παιδιά είχαν τη δυνατότητα να ζωγραφίσουν τους φόβους τους και να τους θάψουν στο «Πηγάδι του Φόβου» (δραστηριότητα από το βιβλίο 205 Βιωματικές Ασκήσεις για την Εμπύχωση Ομάδων). Παράλληλα, η τάξη εκτέθηκε στους όρους της διαφορετικότητας και συζητήσε διαφορετικούς τρόπους έκφρασης και συμπεριφοράς, μέσα από την προβολή ταινιών «Winnie the Pooh», με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Αναπηρίας.

Το τελευταίο στάδιο του προγράμματος απέβλεπε στη συναισθηματική αυτορρύθμιση. Για την καλλιέργεια της εν λόγω δεξιότητας αξιοποιήθηκε υλικό από το πρόγραμμα σεξουαλικής αγωγής «Παίζω με το Φρίξο», στο πλαίσιο του οποίου τα παιδιά είχαν τη δυνατότητα να ζωγραφίσουν τις Χαρουμενολυπημένες Πεταλούδες και να συζητήσουν για την ταυτόχρονη παρουσία συναισθημάτων. Παράλληλα, μέσα από την ανάγνωση παραμυθιών όπως το «Κοχυλάκι, Εσύ δε Φταις!», συζητήθηκαν στην ολομέλεια ζητήματα ενεργοποίησης και απενεργοποίησης συναισθημάτων, ανάλογα με τις ανάγκες μιας κοινωνικής περίπτωσης.

Στο τέλος του προγράμματος, τα παιδιά ήταν σε θέση να ονοματίζουν τα συναισθήματα, να είναι σε θέση να τα εκφράζουν, να γνωρίζουν τις συνθήκες που τα προκαλούν, ενώ διαθέτουν εργαλεία για την ενίσχυση της συναισθηματικής αυτορρύθμισης

Ενδεικτικές φωτογραφίες

















