

ΕΥ ΖΗΝ

Θέμα «ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ»

«Όλοι μαζί ,όλοι μαζί είμαστε πιο δυνατοί»

Βασικοί στόχοι:

- καλλιέργεια των δεξιοτήτων του 21^{ου} αιώνα. .
- να ενισχυθεί η αυτοεκτίμηση τους.
- να εστιάσουν στα θετικά και δυνατά χαρακτηριστικά τους
- να καλλιεργηθεί η έννοια της ενσυναίσθησης.
- Να ενημερωθούν για την λεκτική βία, να αναζητήσουν αιτίες και λύσεις αυτής , να εκφράζουν τα θετικά και αρνητικά συναισθήματα τους και τρόπους διαχείρισης αυτών

Περίοδος υλοποίησης: Οκτώβριος – Νοέμβριος

1^ο Εργαστήριο «Γνωριζόμαστε καλύτερα»

Παιχνίδια γνωριμίας και συνεργασίας για να γίνουμε ομάδα

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1^η Μάθε για μένα

-Τα παιδιά κάθονται κυκλικά μακριά το ένα από το άλλο. Το πρώτο παιδί κρατά την άκρη του νήματος , απαντά σε 3 ερωτήσεις που έχουμε σε καρτελάκια



-Τι χρώμα προτιμάς ; Τα παιχνίδια είναι το αγαπημένο σου; Ποιο είναι το αγαπημένο σου φαγητό;

και λέει στην νηπιαγωγό σε ποιο παιδί θέλει να πάει το κουβάρι .Έτσι συνεχίζουμε μέχρι να κρατούν όλα τα παιδιά νήμα .Ο " ιστός της αράχνης " μας ενώνει



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2^η Η κούκλα με παρουσιάζει

Το κάθε παιδί έχει ένα μαντήλι στο χέρι και όλοι μαζί χορεύουν στην τάξη με ένα ρυθμό. Όταν τελειώσει το τραγούδι ένα -ένα τα παιδιά ζωντανεύουν την κούκλα και παρουσιάζουν στην ολομέλεια με λίγα λόγια τον εαυτό τους



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3^η Παιχνίδι με καρδιές και στεφάνια

Τοποθετούμε τρία στεφάνια (μπλε, κίτρινο και κόκκινο) με μικρή απόσταση μεταξύ τους στην αυλή. Μοιράζω καρδιές των τριών χρωμάτων στα παιδιά (τυχαίο χρώμα). Με τη συνοδεία μουσικής, τα παιδιά κάνουν βόλτες γύρω από όλα τα στεφάνια αλλά μόλις σταματήσει η μουσική πρέπει να πάνε στο στεφάνι που έχει το ίδιο χρώμα με την καρδιά τους.

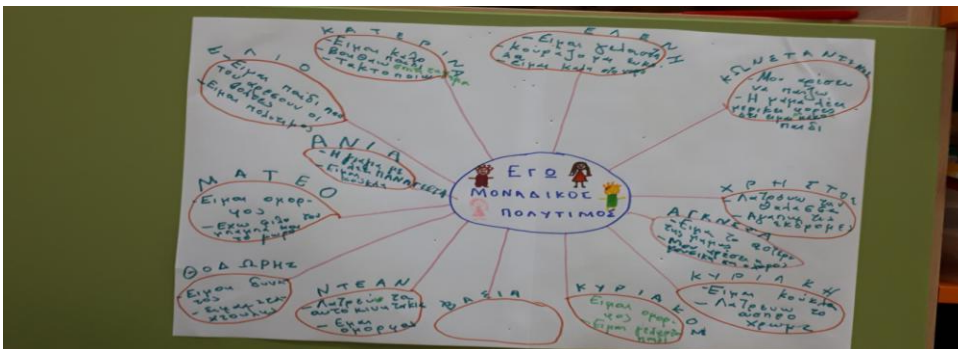
2^ο Εργαστήριο «Αυτός /τή είμαι εγώ»

Γινόμαστε καλύτερα μέλη μιας ομάδας ,αν έχουμε αυτοεκτίμηση

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1^η Καταιγισμός ιδεών

Η εκπαιδευτικός, με την τεχνική του καταιγισμού των ιδεών, γράφει

σε χαρτί Α3 τις γνώμες των παιδιών για τον εαυτό τους

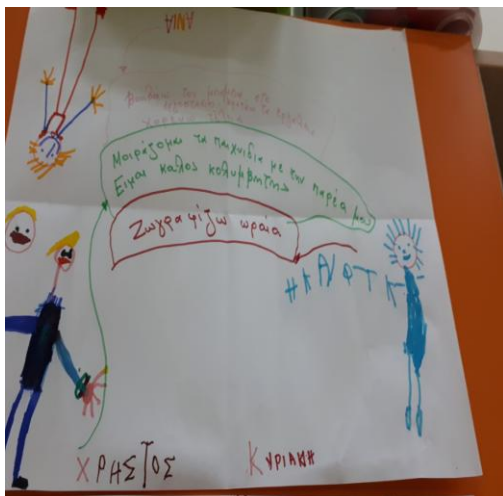
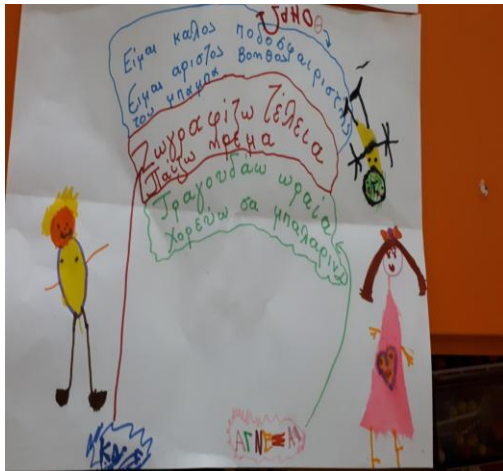


ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2^η Παρουσιάζω την εξέλιξη μου

Η εκπαιδευτικός ζήτησε με μειλ από τους γονείς καθώς και από τους/τις μαθητές/τριες, στο προηγούμενο εργαστήριο, να φέρουν 3 τουλάχιστον φωτογραφίες που να δείχνουν την ανάπτυξή τους καθώς εξελίσσονται στον χρόνο.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3^η Η ομάδα μας αυξάνει τις ικανότητες

Σε Α3 χαρτί κάθε παιδί της ομάδας ζωγραφίζει τον εαυτό του και στην ομάδα του για λίγο χρόνο κουβεντιάζει αυτά τα χαρακτηριστικά του χαρακτήρα του που του αρέσουν παρά πολύ. Στην ολομέλεια η Νηπ/γός καταγράφει τα χαρακτηριστικά κάθε παιδιού της ομάδας στο χαρτόνι της ομάδας του



3ο εργαστήριο

Χωριζόμαστε σε ομάδες. Ο καθένας ζωγραφίζει τον εαυτό του στην ομαδική εργασία

« Μοναδικός/η»

Η ομάδα γίνεται πιο δεμένη ,όταν έχουν τα μέλη ενσυναίσθηση

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1^η **Μοναδικότητα ονόματος**

Η εκπαιδευτικός ζητά από τους/τις μαθητές/τριες σε **φύλλο εργασίας** να ζωγραφίσουν τον εαυτό τους και στην ολομέλεια λένε από που πήραν το όνομα τους και αν τους αρέσει και η εκ/κος το καταγράφει

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2^η **Ασχημόπαπο του Χανς Κρίστιαν Άντερσεν**

Βλέπουμε σε βιντεάκι «ΤΟ ΑΣΧΗΜΟΠΑΠΟ ». Μόλις τελειώσει η αφήγηση ζητά από τους/τις μαθητές/τριες να του απαντήσουν στην ερώτηση

«Πώς νιώθετε για τον τρόπο που τελείωσε η ιστορία;»

«Τι θα κάνατε στη θέση του ήρωα;»

«Σε τι μοιάζετε και σε τι διαφέρετε από τους πρωταγωνιστές του παραμυθιού;»

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3^η **Μπαίνω στη θέση**

Παίζουμε **θεατρικό παιχνίδι** .

Μπαίνουμε στη θέση των ηρώων του Ασχημόπαπου και λέμε τι θα κάναμε εμείς αν ήμασταν αυτοί οι ήρωες αλλάζοντας τη ροή της ιστορίας.

4ο εργαστήριο «Φίλοι καλοί»

Η φιλία είναι απαραίτητη για να γίνουμε ομάδα

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1^η **Η αλεπού και το λελέκι** **μύθος του Αισώπου**

Η Νηπιαγωγός διαβάζει τον μύθο του Αισώπου στα παιδιά και με κατάλληλες ερωτήσεις τα βοηθά ,να καταλάβουν ότι αυτό που είναι αρεστό σε μας δεν σημαίνει υποχρεωτικά ότι αρέσει και στον/ην φίλο /η μας

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2^η **Η αλυσίδα** **της φιλίας**

Τα παιδιά ,σε πατρών παιδιών που τους δίνουμε ζωγραφίζουν τα χαρακτηριστικά τους και χρωματίζουν τα ρούχα τους και έρχονται στην ολομέλεια .

Μας λένε τι θα λέγανε στον/ην φίλο/η τους , το γράφουμε σε μια καρδούλα και την κολλάμε στο παιδί που ζωγράφισαν.

Μετά φτιάχνουμε μια αλυσίδα με τα παιδάκια (ζωγραφιές)



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3^η **Παιχνίδια φιλίας**

Χωρίζουμε τα παιδιά σε τριάδες. Τα δύο παιδιά κάθονται σε μικρή απόσταση απέναντι και το τρίτο παιδί κάθεται στη μέση με τα πόδια κλειστά. Το κάθε παιδί (από αυτά που είναι στην άκρη) σπρώχνει ελαφρά το παιδί που είναι στη μέση στο άλλο παιδί που είναι στην άλλη άκρη. Ο σκοπός του παιχνιδιού είναι το παιδί που είναι στη μέση να μην πέσει κάτω και να μην ανοίξει τα πόδια.

5ο εργαστήριο **« Η συνεργασία μας οδηγεί στην κορυφή»**

Στην ομάδα είναι απαραίτητη η συνεργασία

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1^η **Η σκάλα της Αγάπης** **της Γιολάντας Τσορώνη**

Διαβάζουμε στην ολομέλεια το βιβλίο της κας Τσορώνη και με κατάλληλες ερωτήσεις βοηθάμε τα παιδιά, να καταλάβουν γιατί τα μυρμήγκια ,παρά το γεγονός ότι είναι μια σταλιά κατάφεραν να βοηθήσουν το αστέρι να ανέβει στον ουρανό εκεί που απέτυχαν δυνατά ζώα (λιοντάρι) ή πανύψηλα (καμηλοπάρδαλη)κ.λ.π Τα μυρμήγκια συνεργάστηκαν

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2^η Η πυραμίδα της συνεργασίας

Δίνουμε στα παιδιά ένα χάρτινο μπλουζάκι . Αυτά το κολλούν σε χαρτονάκι και συμπληρώνουν το κεφάλι τους και τα άκρα τους .Κόβουν το ανθρωπάκι.

Φτιάχνουμε με τα ανθρωπάκια την πυραμίδα της συνεργασίας.

Μέσα από διάλογο βγάζουμε το σύνθημα .

«Η συνεργασία μας κάνει πιο δυνατούς»



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3^η Παιχνίδι συνεργασίας

Χωρίζουμε τα παιδιά σε ομάδες των δύο ατόμων. Τα δύο παιδιά κάθε ομάδας στερεώνουν ένα μπαλόνι με τα σώματά τους (χωρίς να το ακουμπούν με τα χέρια τους). Ο σκοπός του παιχνιδιού είναι να κερδίσει η ομάδα που θα τερματίσει πρώτη τη συγκεκριμένη απόσταση.

6ο εργαστήριο

« Η ευγένεια κάνει καλό»

Τα ευγενικά λόγια κάνουν την ζωή μας πιο ωραία

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1^η Οι λέξεις δεν είναι για να πληγώνουμε της Ελίζαμπεθ Βέρντικ

Διαβάζουμε το βιβλίο της της κας Βέρντικ και συζητάμε για την χρησιμότητα της ευγένειας στην ζωή μας .Τα παιδιά καλούνται να ερευνήσουν τι συναισθήματα δημιουργούν τα ευγενικά και τι τα άσχημα λογάκια .

Κάνουμε και ένα πείραμα με μήλα εμπέδωσης των παραπάνω. Έχουμε δύο μεγάλα κόκκινα μήλα που το ένα από αυτά το έχουμε πετάξει πολλές φορές κρυφά και έχει εσωτερικά μαυρίσει αλλά εξωτερικά είναι άψογο. Τα δείχνουμε στα παιδιά και πρέπει στο πρώτο για αρκετή ώρα να του λένε ευγενικά λογάκια. Στο δεύτερο ,το χτυπημένο, τώρα τα παιδιά πάλι για αρκετή ώρα λένε άσχημα λογάκια, λογάκια που πληγώνουν.

Μετά κόβουμε τα μήλα και τα παιδιά βλέπουν το μήλο που του είπαν άσχημα λογάκια να είναι σαν σάπιο.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2^η Ο κήπος

Σε χαρτόνι έχουμε κολλήσει τα προσωπάκια των παιδιών .Τα παιδια αντιγράφουν από πίνακα αναφοράς τα ευγενικά λογάκια που θέλουν και τα κολλάμε σαν βροχή στον κήπο. Ζωγραφίζουν γύρω από το προσωπάκι τους φυλλαράκια και γίνονται λουλουδάκια . Με τέμπερα κάνουν κοτσάνια και φύλλα και ολοκληρώνουν την δραστηριότητα



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3^η Πώς θα περνούσαμε πιο όμορφα;

Ακούμε την ιστορία «Ο αληθινός και ο φίλος» και ζωγραφίζουμε πως θα μπορούσαμε να περάσουμε πιο όμορφα με τους φίλους μας.

7ο εργαστήριο « Αξιολόγηση»

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1^η Συνεχίζω την ζωγραφιά σου

Απλώνουμε στο πάτωμα χαρτί του μέτρου , όλα τα παιδιά πάνε γύρω από το χαρτί και με μαρκαδόρους όσο διαρκεί ένα τραγούδι ζωγραφίζουν την ζωγραφιά τους (ότι θέλουν).Όταν σταματήσει το τραγούδι σταματούν να ζωγραφίζουν και μετακινούνται 2 ζωγραφιές δεξιά. Αρχίζει η μουσική και ξεκινούν , να ζωγραφίζουν την ζωγραφιά του φίλου τους που έχουν μπροστά τους. Ξανακλείνει η μουσική μετακινούνται πάλι 2 θέσεις δεξιά και ζωγραφίζουν την ζωγραφιά που έχουν τώρα μπροστά τους. Έτσι σε αυτό το ομαδικό έργο κάθε ζωγραφιά είναι ζωγραφισμένη από τρία παιδιά.

Τα παιδιά **συνεργάστηκαν άψογα** και στο τέλος όλα δήλωσαν ότι **τους άρεσε** δραστηριότητα και **βρήκαν το έργο τους καταπληκτικό**



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2^η

Τα παιδιά παρακολουθούν το βίντεο

Σε μισό Α4 το κάθε παιδί ζωγραφίζει ,αυτό που θεωρεί ότι θα το βοηθήσει να περάσει καλύτερα με τους φίλους του.

Όλες τις ζωγραφιές τις κολλάμε σε χαρτί του μέτρου

