

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

«Ο κύριος ΟΥΦ στο.....νηπιαγωγείο μας»

Η 10η Οκτωβρίου έχει καθιερωθεί ως Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας με σκοπό την

ευαισθητοποίηση της κοινωνίας σε συναφή ζητήματα. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο

Οργανισμό Υγείας, η **ψυχική υγεία** ορίζεται ως κατάσταση ευεξίας κατά την οποία το άτομο,

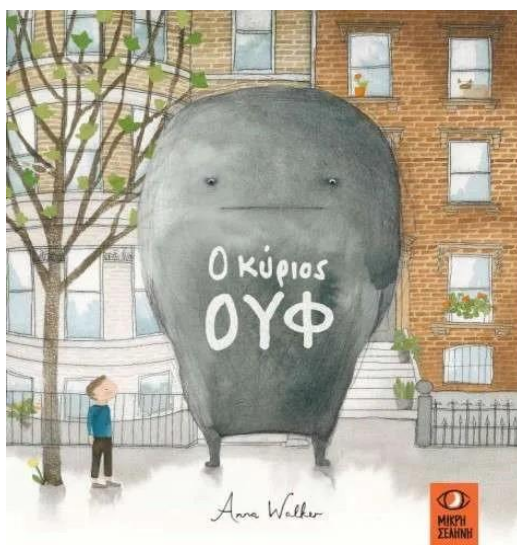
μεταξύ άλλων, αναγνωρίζει τις ικανότητές του, αντιμετωπίζει τις πιέσεις της ζωής και

συνεισφέρει δημιουργικά στην κοινωνία.

Το σχολείο διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στην προάσπιση, βελτίωση και προαγωγή της

ψυχικής υγείας και ευεξίας των παιδιών και των εφήβων.

Στα πλαίσια των δράσεων για την Ημέρα Ψυχικής Υγείας, επεξεργαστήκαμε διδακτικά το παραμύθι: Ο κύριος ΟΥΦ



με το βιντεάκι: <https://youtu.be/lGs4xsuuoqw?si=cabJm4Gsg6sZQEjs>

Ο Μπίλι περνά μια δύσκολη μέρα.... Ο κύριος ΟΥΦ ,τον ακολουθεί παντού και τα κάνει όλα δύσκολα. Όμως κάποια στιγμή οι δυό τους θα βρεθούν αντιμέτωποι και τότε συμβαίνει το αναπάντεχο.

Ο κύριος ΟΥΦ είναι αυτός που θα μας βοηθήσει να «δουλέψουμε» με τα δύσκολα συναισθήματα. Μήπως η λύση είναι να τα δεχτούμε για να μικρύνουν και να τα διώξουμε μακριά;

Είπαμε λοιπόν τα δικά μας ΟΥΦ.....

- ΟΥΦδεν μπορώ άλλο κουράστηκα!
- ΟΥΦ.....κουράστηκα να τρέχω!
- ΟΥΦ..... έσκασα από τη ζέστη!
- ΟΥΦ.....δίψασα θέλω να πιώ νερό!
- ΟΥΦ.....κουράστηκα να σκαφαλώνω!
- ΟΥΦ.....βαριέμαι!
- ΟΥΦ.....πεινάω!
- ΟΥΦ.....έσκασα από το φαγητό!
- ΟΥΦ.....κουράστηκα να μαλώνω μαζί σου!

Τελικά τι νομίζετε ότι ήταν ο κύριος ΟΥΦ;;;

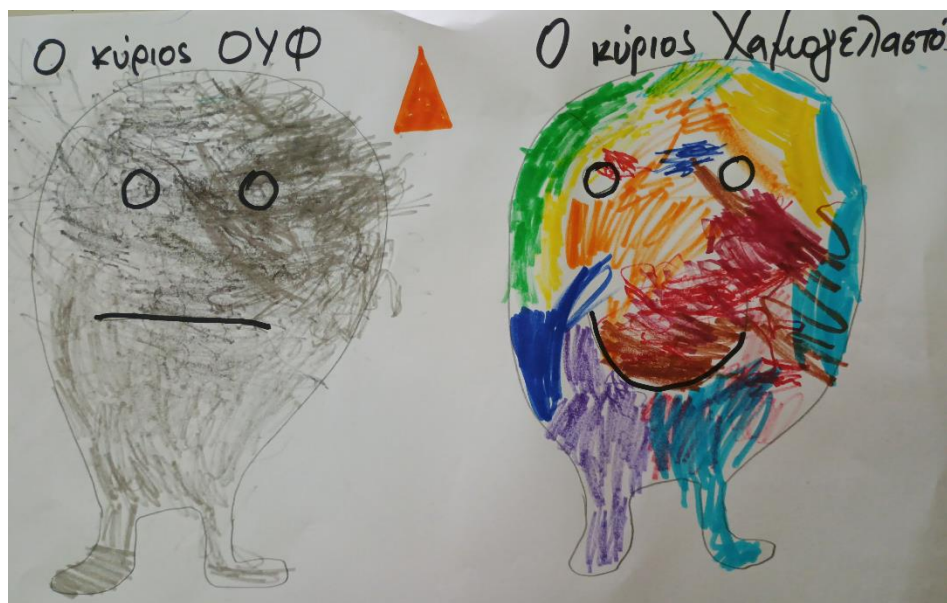
- Ήταν ψεύτικος.
 - Ήταν άνθρωπος που έβαλε στολή. Εκπαιδευτικός: Πώς έγινε μετά μικρός; -Έφερε το παιδί του.
 - Ήταν αόρατος.
 - Ήταν στο μυαλό του.
 - Ήταν στο κεφάλι του.
 - Μια νύχτα το είδε στο όνειρό του.
 - Το είδε σε ένα παιδικό.
 - Το βρήκε στο δάσος.
-
- Τι έκανε το αγόρι για να γλιτώσει από τον κύριο ΟΥΦ; Ποια λύση ήταν η καλύτερη; Ποια λύση θα προτείνατε εσείς;
 - Να γίνουμε φίλοι!



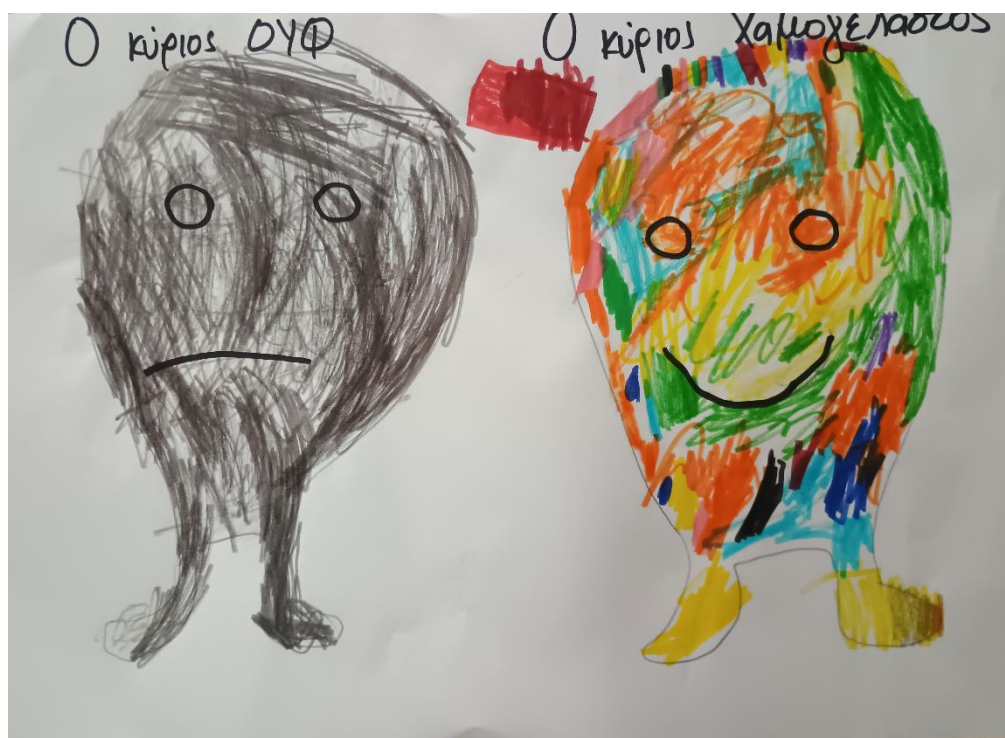
-Πώς φαντάζεστε τον αντίθετο του κυρίου ΟΥΦ; Τα παιδιά χωρίστηκαν σε ομάδες (με βάση τα σχήματα που καθόταν στην παρεούλα) και ζωγράφισαν τον κύριο ΟΥΦ και τον αντίθετό του. Κάθε ομάδα του έδωσε κι ένα όνομα.
Ομάδα κύκλων: Ο κύριος ΟΥΦ και ο κύριος Πολύχρωμος



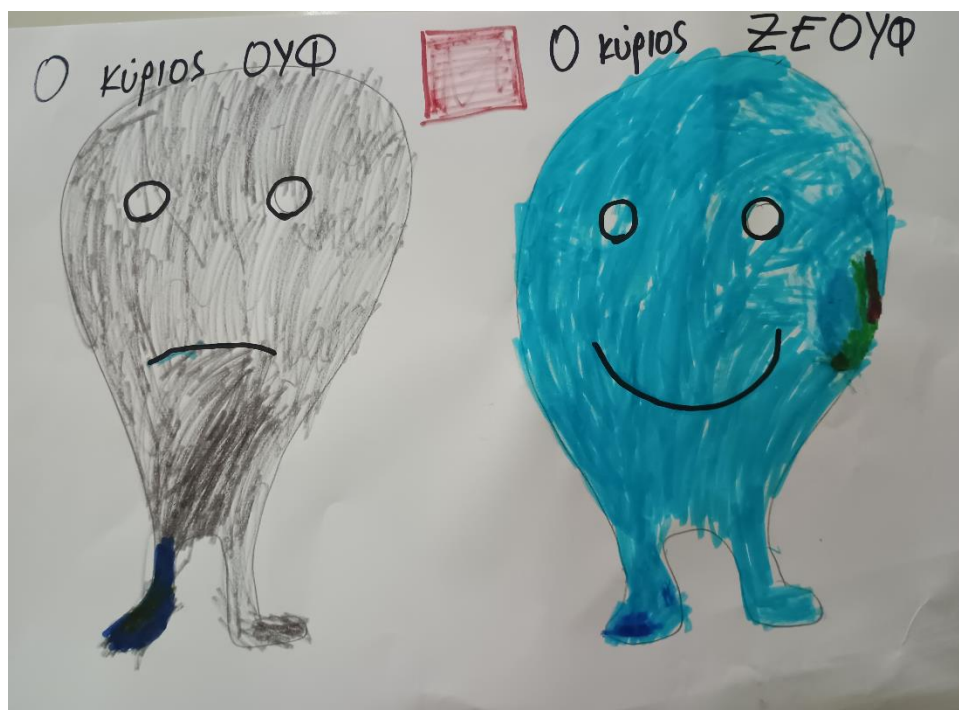
Ομάδα τριγώνων: Ο κύριος Ουφ και ο κύριος Χαμογελαστός



Ομάδα ορθογώνιων: Ο κύριος Ουφ και ο κύριος Χαμογελαστός



Ομάδα τετραγώνων: Ο κύριος Ουφ και ο κύριος Ξεούφ



-Πώς θα ονομάσουμε τελικά τον αντίθετο του κύριου ΟΥΦ;

Τα παιδιά ψηφίζοντας το καλύτερο όνομα τον ονόμασαν τελικά κύριο ΞΕΟΥΦ.

-Ποια συναισθήματα ταιριάζουν στον κύριο Ουφ και ποια στον κύριο ΞΕΟΥΦ;

Τα παιδιά γνωρίζοντας τα συναισθήματα από το 1^ο Εργαστήριο Δεξιοτήτων δίνουν στον κύριο ΟΥΦ τα «γκρίζα» συναισθήματα και στον κύριο ΞΕΟΥΦ τα πιο χαρούμενα.

Φτιάχνουμε τον κύριο ΟΥΦ και τον κύριο ΞΕΟΥΦ



Ο κύριος ΟΥΦ



Ο κύριος ΞΕΟΥΦ

