


## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

<b>ΣΧΟΛΕΙΟ</b>	ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΠΕΝΤΑΒΡΥΣΟΥ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	<b>ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΝΗΠΙΑ- ΝΗΠΙΑ</b>	<b>ΣΧΟΛ. ΕΤΟΣ: 2022- 2023</b>
<b>Θεματική</b>	ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ-ΕΥ-ΖΗΝ	<b>Υποθεματική</b>	Αυτομέριμνα και πρόληψη, πρόληψη εξαρτήσεων, ψυχική υγεία.
<b>ΒΑΘΜΙΔΑ/ΤΑΞΕΙΣ (που προτείνονται)</b>	ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ		
<b>Τίτλος</b>	«Ο ΠΥΞΙΔΟΥΛΗΣ ΚΑΙ Η ΠΥΞΙΔΟΥΛΑ ΣΤΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ»		


### Δεξιότητες στόχευσης του εργαστηρίου

- A) Δεξιότητες Μάθησης**  
 Κριτική σκέψη (Critical thinking)  
 Επικοινωνία (Communication)  
 Συνεργασία (Collaboration)  
 Δημιουργικότητα (Creativity)
- B) Δεξιότητες Ζωής**  
 Αυτομέριμνα  
 Κοινωνικές Δεξιότητες  
 Ενσυναίσθηση και ευαισθησία
- Γ) MIT: Δεξιότητες της τεχνολογίας και της επιστήμης**  
 Ψηφιακός γραμματισμός (digital literacy)
- Δ) Δεξιότητες του Νου**  
 Κατασκευές


Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα	Εργαστήριο	Δραστηριότητες – (ενδεικτικές)
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Γνωριμία με τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλη</li> <li>-Εισαγωγή του μαγικού κύκλου</li> <li>-Να οριστούν οι βασικοί κανόνες λειτουργίας της ομάδας.</li> </ul>	<p>Τίτλος : «Ο Πυξιδούλης, η Πυξιδούλα και ο μαγικός κύκλος»</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Παρουσιάζουμε με θεατρικό τρόπο στα παιδιά τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα και αφηγούμαστε την ιστορία τους.</li> <li>Ορίζουμε τους κανόνες του προγράμματος και δίνουμε στα παιδιά το μαγικό ραβδί, το οποίο θα μας επιτρέπει να μιλάμε, ώστε να πούνε όλα τι θέλουν να προσέχουμε και τι πιστεύουν ότι θα πρέπει να τηρούμε κατά τη διάρκεια του προγράμματος.</li> </ul>





		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Καταγράφουμε τους κανόνες και ετοιμάζουμε το συμβόλαιο της ομάδας, το οποίο υπογράφουμε γράφοντας όλοι το όνομά μας.</li> <li>• Αξιολόγηση- αναστοχασμός Τα παιδιά ζωγραφίζουν τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα στην Πυξιδοχώρα και βάζουν σε κύκλο το κατάλληλο συναίσθημα ανάλογα με το αν τους άρεσε το εργαστήριο ή όχι.</li> </ul>
--	--	---


<ul style="list-style-type: none"> <li>• Να έχουν την ευκαιρία τα παιδιά να μοιραστούν με την ομάδα πράγματα για τον εαυτό τους και να γνωριστούν καλύτερα.</li> <li>• Να εξοικειωθούν με τη λειτουργία της ομάδας.</li> <li>• Να καταλάβουν πως ο καθένας έχει ένα ρόλο και μια θέση στην ομάδα.</li> </ul>	<p>Τίτλος: «Εγώ + Εσύ= η ομάδα μας»</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Ο χορός της βροχής». Εισαγωγική δραστηριότητα για το δέσιμο της ομάδας, όπου αφού σταθούμε όλοι όρθιοι σε κύκλο, ξεκινά η νηπιαγωγός και δίνει στο παιδί που είναι δίπλα της μία κίνηση, εκείνο στο διπλανό του κ.ο.κ.</li> <li>• «Η μαγική κουβέρτα». Τα παιδιά χωρισμένα σε ομαδούλες μπαίνουν κάτω από τη μαγική κουβέρτα και με το παράγγελμα της νηπιαγωγού γίνονται σκυλάκια, ελέφαντες, γατούλες κτλ. Το παιχνίδι συνεχίζεται για όλες τις ομάδες . Αφού τελειώσουν όλες οι ομάδες μπαίνουν όλα τα παιδιά κάτω από την κουβέρτα και μετά τα μαγικά λόγια που έχουμε συμφωνήσει μπορούν να γίνουν ό,τι ζωάκι θέλει ο καθένας.</li> <li>• Αξιολόγηση- αναστοχασμός: Καθισμένοι στον κύκλο ρωτάμε τα</li> </ul>
--	---	---


		<p>παιδιά τις εντυπώσεις τους. Ζωγραφίζουν σε φύλλο εργασίας το ζώακι στο οποίο μεταμορφώθηκαν μόνοι τους, εκείνους και τους φίλους τους κάτω από τη μαγική κουβέρτα και την ανάλογη φατσούλα για το αν τους άρεσε το εργαστήριο.</p>
--	--	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Να καταλάβουν τα παιδιά ότι έχουν κοινά χαρακτηριστικά που τους κάνουν να μοιάζουν.</li> <li>• Να εξοικειωθούν με τη λειτουργία της ομάδας.</li> <li>• Να αισθανθούν σημαντικά μέλη της ομάδας.</li> </ul>	<p>Τίτλος: « Ένας για όλους κι όλοι για έναν»</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Σπασμένο τηλέφωνο» Εισαγωγική δραστηριότητα για το δέσιμο της ομάδας</li> <li>• «Ο κύκλος με τα κοινά» Καθόμαστε σε κύκλο με μία λιγότερη καρέκλα κι ένας μένει όρθιος στη μέση. Λέει στα παιδιά διάφορα, όπως π.χ να σηκωθούν όσοι έχουν ξανθά μαλλιά κτλ. Όσα παιδιά σηκώνονται πρέπει να αλλάξουν θέσεις μεταξύ τους. Εκείνος που μένει στη μέση όρθιος δίνει τα επόμενα παραγγέλματα.</li> <li>• Αξιολόγηση- αναστοχασμός: Μετά την ολοκλήρωση του παιχνιδιού κουβεντιάζουμε για τα κοινά που μπορεί να έχουμε μεταξύ μας, αλλά και πόσα πράγματα μπορούμε να μάθουμε για τους άλλους. Το ίδιο κι άλλοι μπορούν να μάθουν πολλά πράγματα για εμάς, αφού τα μοιραστούμε μαζί τους. Δημιουργούμε κατασκευή με τα αγαπημένα μας.</li> </ul>
---	---	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Να μάθουν τα παιδιά να αξιολογούν και να κρίνουν αυτό που είναι καλό από αυτό που είναι κακό.</li> <li>• Ενίσχυση της κριτικής τους σκέψης.</li> <li>• Εκμάθηση υγιών συνηθειών.</li> <li>• Να αισθανθούν ξεχωριστά μέλη της ομάδας</li> </ul>	<p>Τίτλος : «Υγιείς συνήθειες»</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Φροντίζω τον εαυτό μου» Τα παιδιά δουλεύοντας σε ζευγάρια ψαρεύουν ψαράκια που πάνω τους έχουν εικόνες με υγιείς και μη συνήθειες. Αν ένα ψάρι είναι υγιές, τότε το βάζουμε στο καλάθι, ενώ αν δεν είναι το ξαναρίχνουν στη λιμνούλα. Το παιχνίδι συνεχίζεται μέχρι τα παιδιά να πιάσουν το όριο που έχει συμφωνηθεί από την αρχή του παιχνιδιού (πέντε ψαράκια)</li> <li>• «Παντομίμα» Τα παιδιά τραβάνε καρτέλες που περιγράφουν καθημερινές τους συνήθειες και με παντομίμα προσπαθούν να κάνουν τους φίλους τους να βρουν ποια είναι η συνήθεια που υπάρχει στην καρτέλα τους.</li> <li>• Αξιολόγηση-αναστοχασμός: Ανοιχτό φύλλο εργασίας, όπου τα παιδιά ζωγραφίζουν υγιείς και μη συνήθειες και συμπληρώνουν την κατάλληλη φατσούλα με το αν τους άρεσε το εργαστήριο ή όχι.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Να γνωρίσουν τα παιδιά καλύτερα τον εαυτό τους και τους άλλους</li> <li>• Να μάθουν να παρουσιάζουν τον εαυτό τους στους άλλους</li> <li>• Να μάθουν να ακούνε προσεκτικά.</li> <li>• Να ενισχύσουν την αυτοεκτίμησή τους</li> <li>• Να μοιραστούν κάτι σημαντικό για τον εαυτό τους.</li> <li>• Να αναγνωρίζουν θετικά στους άλλους.</li> <li>• Να μάθουν να ακούν θετικά σχόλια από</li> </ul>	<p>Τίτλος: «Αυτοεκτίμηση»</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Το βιβλίο μου». Τα παιδιά φτιάχνουν ένα βιβλίο για τον εαυτό τους ζωγραφίζοντας σελίδες στις οποίες υπάρχει μια πρόταση(πχ τι μου αρέσει να κάνω, πώς είμαι εγώ, πώς είναι οι φίλοι μου, τι με κάνει να φοβάμαι κτλ) Δημιουργούμε εξώφυλλα, κάνουμε βιβλιοδεσία κι ο καθένας παρουσιάζει το βιβλίο του στην ομάδα. Συζητάμε τυχόν ομοιότητες ή διαφορές.</li> <li>• «Πιστεύω στον εαυτό μου» Το κάθε παιδί βρίσκει ένα πράγμα που πιστεύει ότι είναι καλό στον εαυτό του. Γράφουμε σε χαρτάκι ένα θετικό</li> </ul>



<p>άλλους.</p>		<p>χαρακτηριστικό του κάθε παιδιού και κουβεντιάζουμε για το ξεχωριστό αυτό γνώρισμα του κάθε παιδιού, ενώ και τα άλλα παιδιά βρίσκουν θετικά γνωρίσματα του φίλου τους. Το χαρτάκι με το θετικό του κάθε παιδιού το παίρνει στο σπίτι του για να το δουν οι γονείς, να το συζητήσουν και να το θαυμάσουν.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Να ενθαρρυνθούν τα παιδιά να μιλήσουν για τα συναισθήματα</li> <li>• Να αναγνωρίσουν πώς εκφράζονται κάποια βασικά συναισθήματα</li> <li>• Να μάθουν να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα των άλλων.</li> <li>• Να μάθουν να εκφράζουν τα δικά τους προσωπικά συναισθήματα</li> </ul>	<p>Τίτλος: «Συναισθήματα»</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εισαγωγική δραστηριότητα: Τα παιδιά καλούνται να δουν μέσα σε ένα κουτάκι ένα πολύ πολύτιμο πράγμα. Μέσα στο κουτάκι υπάρχει καθρέφτης. Τα παιδιά ενθαρρύνονται να μην πουν στους άλλους τι είδαν μέσα. Συμφωνούμε ότι αυτό που είδαμε μέσα είναι πολύτιμο για τον καθένα μας;</li> <li>• «Το κολάζ των συναισθημάτων» Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες και η κάθε ομάδα παίρνει ένα συναίσθημα: ΧΑΡΑ, ΛΥΠΗ, ΘΥΜΟ, ΦΟΒΟ. Κάνουν κολάζ με εικόνες που εκφράζουν το συγκεκριμένο συναίσθημα και μετά παρουσιάζουν την εργασία τους στην ολομέλεια.</li> <li>• «Η μάσκα των συναισθημάτων» Ρωτάμε τα παιδιά πώς νιώθουν τη συγκεκριμένη στιγμή και παίζουμε παντομίμα με τα συναισθήματα. Έπειτα δημιουργούμε τη μάσκα του συναισθήματος που νιώθουμε εκείνη την ώρα και συζητάμε για το συναίσθημα που εκφράζει.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Αποχαιρετισμός της ομάδας</li> <li>• Αξιολόγηση των συναντήσεων</li> <li>• Γενικές εντυπώσεις από το πρόγραμμα</li> <li>• Διάχυση των αποτελεσμάτων</li> </ul>	<p>Τίτλος: «Κλείνω την ομάδα και αποχαιρετώ τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα»</p> 	<p>Με μία κλήρωση καθορίζουμε τα ζευγάρια των παιδιών. Ο καθένας ζωγραφίζει ό,τι του άρεσε από το πρόγραμμα και το χαρίζει στο ζευγάρι του. Κουβεντιάζουμε ό,τι θυμόμαστε από το πρόγραμμα. Ετοιμάζουμε ένα ψηφιακό βιβλίο με τις δραστηριότητές μας και το δημοσιεύουμε στην ιστοσελίδα του σχολείου.</p>
---	--	--

#### Εκπαιδευτικό Υλικό/ Συνδέσεις

- « Ο Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα στο νηπιαγωγείο»
- Πρόγραμμα πρόληψης για παιδιά προσχολικής ηλικίας, Πυξίδα.
- <https://elearning.iep.edu.gr/study/mod/folder/view.php?id=19171>

#### ΦΟΡΕΙΣ ΚΑΙ ΑΛΛΕΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ

- «ΔΙΕΞΟΔΟΣ» Κέντρο πρόληψης των εξαρτήσεων και προαγωγής της ψυχοκοινωνικής υγείας περιφερειακής ενότητας Καστοριάς.
- Γονείς νηπίων

#### ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ – ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ & ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΣ ΠΑΝΩ ΣΤΗΝ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΔΙΑΧΥΣΗΣ

Κατά τη διάρκεια του προγράμματος και σε διάφορες ευκαιρίες που δίνονται μέσα στην τάξη τα παιδιά ανέφεραν πολύ συχνά τις δύο μασκότ του προγράμματος, τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα, ενώ ακόμη και τις ημέρες που δεν υλοποιούνταν τα προγραμματισμένα εργαστήρια τα παιδιά μας ρωτούσαν πότε θα ξαναέρθουν στο σχολείο μας ο Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα. Κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων έδειχναν μεγάλο ενθουσιασμό, συμμετείχαν με μεγάλη προθυμία στις σχεδιασμένες δραστηριότητες, ενώ σε πολλά εργαστήρια συνέχιζαν τα παιδιά και στις ελεύθερες δραστηριότητες να «παίζουν» οργανώνοντας δικά τους παιχνίδια, όπως για παράδειγμα στο εργαστήριο με τις μάσκες των συναισθημάτων, με τις οποίες όταν τελείωσε το εργαστήριο, εκείνα έπαιξαν αυτοσχέδιο κουκλοθέατρο χρησιμοποιώντας τες ως κούκλες.

Όσον αφορά στους στόχους που είχαν τεθεί έχουν επιτευχθεί σε μεγάλο βαθμό, καθώς τα παιδιά αναφέρουν συνεχώς στην καθημερινότητά τους τα όσα διαπραγματευόμασταν στα εργαστήρια. Βέβαια, συνεχίζουμε με διάφορες αφορμές και νέες θεματικές να στοχεύουμε και πάλι στην αυτοεκτίμηση, στην έκφραση και διαχείριση συναισθημάτων κτλ, καθώς πάντα πρέπει να «δουλεύουμε» με τον εαυτό μας και αυτό δεν τελειώνει ποτέ.

Το πρόγραμμα παρουσιάστηκε μετά την ολοκλήρωσή του στους γονείς των μαθητών, ενώ δημιουργήθηκε ένα ψηφιακό βιβλίο, το οποίο «ανέβηκε» στην ιστοσελίδα του σχολείου μας και στο blog της προϊσταμένης του νηπιαγωγείου <http://asterakianhpiakia.blogspot.com>

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ

1<sup>ο</sup> εργαστήριο: « Ο Πυξιδούλης, η Πυξιδούλα και ο μαγικός κύκλος»

### Παρουσίαση του Πυξιδούλη και της Πυξιδούλας και αφήγηση της ιστορίας τους

Παρουσιάζουμε με μαγικό τρόπο στα παιδιά τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα και αφηγούμαστε την ιστορία τους : «Σήμερα είναι μαζί μας δύο καινούργια πρόσωπα που ελπίζουν να γίνουν κι αυτοί φίλοι μας. Είναι δύο φιλαράκια πολύ αγαπημένα. Ζουν στην Πυξιδοχώρα, μια πολύ όμορφη χώρα που βρίσκεται στην άκρη του ουράνιου τόξου. Τους αρέσει πολύ εκεί, γιατί υπάρχουν πολλά όμορφα χρώματα με τα οποία παίζουν και γελούν. Η Πυξιδούλα είναι μία πασχαλίτσα κατακόκκινη και στρουμπουλή και ο Πυξιδούλης ένα βατραχάκι με μεγάλα παρατηρητικά μάτια. Περνούν πολύ χρόνο μαζί και θέλουν συνεχώς να μαθαίνουν καινούργια πράγματα. Κάποιες φορές μαλώνουν, θυμώνουν αλλά πολύ γρήγορα αγκαλιάζονται και είναι και πάλι αγαπημένοι. Πριν λίγο καιρό αποφάσισαν να βγούνε λίγο από την Πυξιδοχώρα και να γνωρίσουν άλλες χώρες και άλλα πρόσωπα. Βρήκαν, λοιπόν, πολύ ωραία την ιδέα να έρθουν και στο δικό μας χωριό και να μείνουν για λίγο καιρό μαζί μας. Θέλουν να μας ρωτήσουν, λοιπόν, αν μπορούν να μείνουν εδώ και να μας πούνε ιστορίες από τη χώρα τους αλλά και να μάθουν από τη δική μας. Τι λέτε; Να μείνουν;»

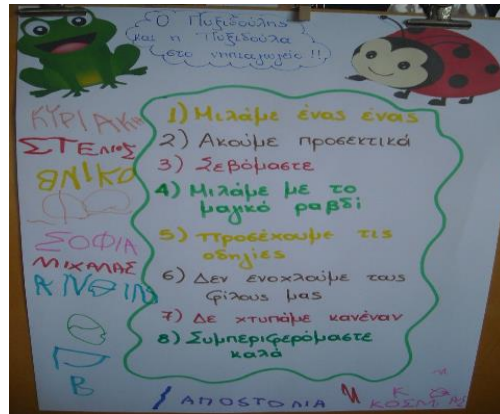
Τα παιδιά απαντούν





## Ορισμός κανόνων του προγράμματος

Με τη μορφή ερωταποκρίσεων ορίζουμε τους κανόνες της ομάδας, τους οποίους καταγράφουμε σε ένα συμβόλαιο που θα μας υπενθυμίζει τις υποχρεώσεις μας σε όλη τη διάρκεια του προγράμματος. Επίσης ορίζουμε το μαγικό ραβδάκι, το οποίο θα δίνει το δικαίωμα να μιλάει μόνο όποιος το κρατάει. Τέλος υπογράφουμε το συμβόλαιο.



Τέλος τα παιδιά ζωγραφίζουν το εργαστήριο και με την κατάλληλη φατσούλα δηλώνουν αν τους άρεσε ή όχι.





---

## 2<sup>ο</sup> εργαστήριο: «Εγώ + Εσύ = Η ομάδα μας»

---

### Ο χορός της βροχής

Εισαγωγική δραστηριότητα, η οποία λειτουργεί εμπυχωτικά. Μπαίνουμε όλοι σε έναν κύκλο και παριστάνουμε τους Ινδιάνους, οι οποίοι για να προκαλέσουν βροχή, κάνουν αυτόν τον χορό. Η συντονίστρια ξεκινά μία κίνηση, η οποία μεταδίδεται σταδιακά από τον ένα στον άλλο πάντα προς την ίδια φορά. Ο καθένας «παίρνει» την κίνηση από τον διπλανό του και συνεχίζει με την ίδια κίνηση, ώσπου ο διπλανός του να του δώσει μία καινούργια. (π.χ τρίβει τα χέρια του μέχρι ο διπλανός του να του δείξει ότι πρέπει να χτυπήσει τα δάχτυλα)



### Η μαγική κουβέρτα

Κάθε ομάδα παιδιών με τη σειρά της κάθεται στο κέντρο της αίθουσας στο πάτωμα, το ένα παιδί κοντά στο άλλο. Βάζουμε την κουβέρτα από πάνω τους και δίνουμε την οδηγία: «Όταν θα βγάλω την κουβέρτα θα είστε... και ονομάζουμε ένα ζώο. Σηκώνουμε την κουβέρτα και αφήνουμε τα παιδιά να αναπαραστήσουν τα ζωάκια που τους είπαμε με ήχους και κινήσεις. Κάνουμε το ίδιο για όλες τις ομάδες κι αφού τελειώσουμε μπαίνουν όλα τα παιδιά από κάτω και τους λέμε να γίνει ο καθένας τους όποιο ζωάκι θέλει. Τέλος, κάνοντας έτσι τη μεγάλη οικογένεια των ζώων, ξαναμπαίνουν κάτω από την κουβέρτα και εμείς κάνουμε μαγικά να ξαναγίνουν παιδιά, όπως πριν.





---

### 3<sup>ο</sup> εργαστήριο: «Ένας για όλους κι όλοι για έναν»

---

#### Ο κύκλος με τα κοινά

Καθόμαστε σε κύκλο με μία καρέκλα λιγότερη και ένας μένει όρθιος στη μέση (ξεκινάμε εμείς). Λέμε στα παιδιά διάφορα πράγματα, όπως: «Να σηκωθούν όσοι έχουν καστανά μαλλιά», «Να σηκωθούν όσοι αγαπούν τις τηγανιτές πατάτες». Όσα παιδιά πιστεύουν ότι τους αφορά αυτό που λέγεται, θα πρέπει να αλλάξουν θέση μεταξύ τους. Ένα θα μείνει και πάλι όρθιο και είναι αυτό που θα δώσει και την επόμενη εντολή. Όταν ολοκληρωθεί το παιχνίδι(αφού σηκωθούν όλα τα παιδιά) συζητάμε με τα παιδιά πώς τους φάνηκε. Αναφερόμαστε στα κοινά που μπορεί να έχουν τα παιδιά μεταξύ τους και τι έμαθαν για τους άλλους. Μένουμε στην ιδέα ότι όλοι μπορούμε να έχουμε κοινά με τους άλλους, να μοιραζόμαστε πράγματα με τους άλλους και να μαθαίνουμε για τους άλλους.

---

### 4<sup>ο</sup> εργαστήριο: «Υγιείς συνήθειες»

---

#### Φροντίζω τον εαυτό μου

Έχουμε ψαράκια με κολλημένες πάνω τους εικόνες από ασφαλή και υγιή πράγματα που κάνουμε άλλα και από μη ασφαλή και μη υγιή. Ένα παιδί ρίχνει τον μαγνήτη που υπάρχει στο καλάμι ψαρέματος μέσα στη λιμνούλα και πιάνει ένα ψαράκι. Αν είναι ένα μη υγιές ψάρι, το ρίχνει πίσω στη λιμνούλα και ο ψαράς συνεχίζει μέχρι να πιαστεί ένα υγιές ψάρι. Τα παιδιά παίζουν μέχρι να πιάσουν το όριο της ημέρας, το οποίο είχαμε αποφασίσει από την αρχή του παιχνιδιού.



## Ζω με υγεία

Τα παιδιά διαλέγουν εικόνες μέσα από ένα κουτί και τις αναπαριστούν με παντομίμα. Θυμίζουμε στους υπόλοιπους ότι σηκώνουμε το χέρι μας αν βρούμε τον γρίφο και μιλάμε όταν μας δώσει τον λόγο η κυρία. Αν έχουν δυσκολία να μαντέψουν την πράξη που παίζεται με παντομίμα, δίνουμε προφορικές οδηγίες στον «ηθοποιό», ώστε να προσπαθήσει να τη δείξει ξανά. Μετά από κάθε παντομίμα γίνεται κουβέντα με τα παιδιά για το αν πιστεύουν ότι αυτό που έδειξε ο συμμαθητής τους είναι κάτι που βοηθά ή βλάπτει.



---

## 5<sup>ο</sup> εργαστήριο: «Αυτοεκτίμηση»

---

### Το βιβλίο μου

Τα παιδιά δημιουργούν ένα βιβλίο για τον εαυτό τους. Στη βάση μιας κόλλας χαρτιού γράφουμε μία πρόταση, την οποία έχουμε συζητήσει και αποφασίσει με τα παιδιά, του τύπου « πώς είμαι εγώ, πώς

είναι η οικογένειά μου, πώς είναι οι φίλοι μου, τι μου αρέσει να κάνω, τι μου αρέσει να τρώω κτλ», φωτοτυπούμε σε τόσα αντίγραφα όσα τα παιδιά την κάθε πρόταση και τα παιδιά ζωγραφίζουν. Αφού τελειώσουν όλες τις σελίδες τους, διαλέγουν σελίδες από χρωματιστό χαρτόνι για το εξώφυλλό τους, ζωγραφίζουν μία εικόνα του εαυτού τους μπροστά και τα βοηθάμε στη βιβλιοδεσία. Μετά παρουσιάζει το κάθε παιδί τον εαυτό του στην ολομέλεια της τάξης μέσα από το βιβλίο που έχει δημιουργήσει. Παρατηρούμε τυχόν ομοιότητες ή διαφορές.



### Πιστεύω στον εαυτό μου

Μιλάμε με τα παιδιά για το πόσο ξεχωριστοί και σημαντικοί άνθρωποι είναι. Ζητάμε από τον καθένα να μοιραστεί με την ομάδα ένα πράγμα που θεωρεί ότι είναι καλό για τον εαυτό του και τα βοηθάμε όπου χρειαστεί. Διαλέγουμε όλοι μαζί από ένα θετικό χαρακτηριστικό για το κάθε παιδί, το γράφουμε σε ένα χαρτί και τα παιδιά το παίρνουν σπίτι ώστε να το δούνε οι γονείς τους και να το θαυμάσουν.

---

## 6<sup>ο</sup> εργαστήριο: «Συναισθήματα»

---

### Το κολλάζ των συναισθημάτων

Μοιράζουμε εικόνες που δείχνουν ένα από τα συναισθήματα ΧΑΡΑ, ΛΥΠΗ, ΘΥΜΟΣ, ΦΟΒΟΣ. Τις κουβεντιάζουμε αναγνωρίζοντας ποιο συναίσθημα είναι αυτό που μας δείχνει η κάθε εικόνα. Τα παιδιά δουλεύοντας στις τέσσερις ομάδες τους αναλαμβάνουν να κάνουν το κολλάζ ενός συναισθήματος από τα παραπάνω κολλώντας τις αντίστοιχες εικόνες και γράφοντας το συναίσθημα. Στη συνέχεια βάζουμε τα κολλάζ στη μέση και η κάθε ομάδα παρουσιάζει το δικό της. Κάνουμε μια κουβέντα γύρω από τα συναισθήματα και τις εικόνες ρωτώντας τους αν νιώθουν αυτά τα συναισθήματα σε κάποιες περιπτώσεις, αν πιστεύουν ότι τα νιώθουν και οι γονείς, οι δάσκαλοι, τα αδέρφια τους. Ο Πυξιδούλης κι η Πυξιδούλα τους διαβεβαιώνουν ότι ξέρουν πολύ καλά πως όλοι νιώθουμε έτσι κάποιες φορές.



### Η μάσκα των συναισθημάτων

Δίνουμε στα παιδιά από ένα στρόγγυλο χαρτί ή ένα πλαστικό πιάτο και τους ζητάμε να ζωγραφίσουν πώς νιώθουν εκείνη τη στιγμή. Αυτή θα είναι η μάσκα των συναισθημάτων τους και θα την πάρουν μαζί τους. Δίνουμε τον χρόνο να μοιραστούν με τα υπόλοιπα παιδιά τη μάσκα που έφτιαξαν και να μιλήσουν λίγο γι' αυτή και το συναίσθημα που εκφράζει. Συζητάμε πώς νιώσανε όταν τις ζωγραφίζανε και τους ρωτάμε αν αυτό το συναίσθημα το νιώθουν και την ώρα που φεύγουν.

---

### 7<sup>ο</sup> εργαστήριο: «Κλείνω την ομάδα και αποχαιρετώ τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα»

---

Με μία κλήρωση καθορίζουμε τα ζευγάρια των παιδιών. Ο καθένας ζωγραφίζει ό,τι του άρεσε από το πρόγραμμα και το χαρίζει στο ζευγάρι του. Κουβεντιάζουμε ό,τι θυμόμαστε από το πρόγραμμα. Ετοιμάζουμε ένα ψηφιακό βιβλίο με τις δραστηριότητές μας και το δημοσιεύουμε στην ιστοσελίδα του σχολείου.