

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Θεματική: Ζω καλύτερα - Ευ ζην

Υποθεματική: Αυτομέριμνα και πρόληψη, Πρόληψη εξαρτήσεων, Ψυχική υγεία

Τίτλος: «Ο Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα στο νηπιαγωγείο»

Ο «Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα στο νηπιαγωγείο» είναι ένα πρόγραμμα πρόληψης και αγωγής υγείας, που σχεδιάστηκε από το Κέντρο Πρόληψης «Πυξίδα», με στόχο την εφαρμογή προγραμμάτων πρόληψης στην προσχολική ηλικία σύμφωνα με την ελληνική πραγματικότητα.

Πρόκειται για ένα δομημένο υλικό, με σαφείς στόχους και μεθοδολογία, σχετικά με τους τρόπους ανάπτυξης συγκεκριμένων θεμάτων, που αφορούν στην καλλιέργεια συναισθηματικών και κοινωνικών δεξιοτήτων των παιδιών (επικοινωνία, αναγνώριση και έκφραση συναισθημάτων, ενίσχυση της αυτοεκτίμησης) και στη διαχείριση θεμάτων ψυχικής υγείας στη νηπιακή ηλικία.

Διαπραγματεύεται 4 θεματικές ενότητες: α. ομαδικότητα, β. υγιείς συνήθειες, γ. αυτοεκτίμηση, δ. συναισθήματα, οι οποίες αναπτύσσονται σε 10 συναντήσεις:

Στοχευόμενες δεξιότητες

Δεξιότητες Μάθησης

Κριτική σκέψη (Critical thinking)

Επικοινωνία (Communication)

Συνεργασία (Collaboration)

Δημιουργικότητα (Creativity)

Δεξιότητες Ζωής

Αυτομέριμνα

Κοινωνικές Δεξιότητες

Ενσυναίσθηση και ευαισθησία

ΜΙΤ: Δεξιότητες της τεχνολογίας και της επιστήμης

Ψηφιακός γραμματισμός (digital literacy)

Δεξιότητες του Νου

Κατασκευές

1ο εργαστήριο: Βασική ενότητα:

«Ο Πυξιδούλης, η Πυξιδούλα και ο μαγικός κύκλος»

Γνωρίσαμε τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα και αφού σχηματίσαμε τον «μαγικό κύκλο», εντός του οποίου θα λαμβάνει χώρα κάθε δραστηριότητα του εργαστηρίου, με τη βοήθεια του «μαγικού ραβδιού», καθορίσαμε τους κανόνες της ομάδας.

Στόχοι:

- Γνωριμία με τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα
- Εισαγωγή του μαγικού κύκλου
- Να οριστούν οι βασικοί κανόνες λειτουργίας της ομάδας.



2ο εργαστήριο: Εγώ +Εσύ= Ομάδα μας:

« ΜΑΓΙΚΗ ΚΟΥΒΕΡΤΑ »

Ο «χορός της βροχής», ως εμπνευστική δραστηριότητα ενίσχυσης της ομάδας, κατέληξε στο παιχνίδι με τη «Η ΜΑΓΙΚΗ ΚΟΥΒΕΡΤΑ», η οποία, μιας και είναι μαγική, μας μεταμόρφωσε σε ζώα.

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να έχουν την ευκαιρία τα παιδιά να μοιραστούν με την ομάδα πράγματα για τον εαυτό τους και να γνωριστούν καλύτερα.
- Να εξοικειωθούν με τη λειτουργία της ομάδας.
- Να καταλάβουν πως ο καθένας έχει ένα ρόλο και μια θέση στην ομάδα.



3ο εργαστήριο:

«ΕΝΑΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΚΑΙ ΟΛΟΙ ΓΙΑ ΕΝΑΝ» :

Το παιχνίδι «σπασμένο τηλέφωνο» και ο «κύκλος» των κοινών χαρακτηριστικών μάς βοήθησαν να καταλάβουμε πόσο διαφορετικοί είμαστε, να μοιραστούμε αλλά και να μάθουμε πράγματα για τους φίλους μας.

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να καταλάβουν τα παιδιά ότι όλοι έχουν κοινά χαρακτηριστικά που τους κάνουν να μοιάζουν.
- Να αισθανθούν σημαντικά μέλη της ομάδας.



4ο εργαστήριο: Υγιείς Συνήθειες

«ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ»:

Γίναμε ψαράδες και ψαρέψαμε μέσα από τη θάλασσα καλές και κακές συνήθειες. Τις καλές τις κρατήσαμε στο καλάθι μας, ενώ τις κακές τις ξαναρίξαμε στο νερό.

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να μάθουν τα παιδιά να αξιολογούν και να κρίνουν αυτό που είναι καλό από αυτό που είναι κακό ενισχύοντας έτσι την κριτική τους σκέψη.
- Να μάθουν και να υιοθετήσουν υγιείς συνήθειες.



5ο εργαστήριο: Υγιείς συνήθειες

«ΖΩ ΜΕ ΥΓΕΙΑ» :

Το παιχνίδι της παντομίμας μάς θύμισε και μας βοήθησε να διακρίνουμε τις καλές και τις κακές συνήθειες.

Στόχος: Να διακρίνουμε τις καλές και τις κακές συνήθειες.



6ο εργαστήριο: Αυτοεκτίμηση

«ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ ΜΟΥ»:

Αφού είμαστε μια ομάδα, μπορούμε να μοιραστούμε πράγματα για τον εαυτό μας. Φτιάξαμε το βιβλίο για τον εαυτό μας καταγράφοντας ό, τι μας αρέσει σε αυτόν και το παρουσιάσαμε στο «μαγικό κύκλο».

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να γνωρίσουν τα παιδιά καλύτερα τον εαυτό τους και τους άλλους.
- Να μάθουν να παρουσιάζουν τον εαυτό τους στους άλλους.
- Να μάθουν να ακούνε προσεκτικά



7ο εργαστήριο: Αυτοεκτίμηση

«ΠΙΣΤΕΥΩ ΣΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ»:

Αφού συζητήσαμε για το πόσο σημαντικός, μοναδικός αλλά και διαφορετικός είναι κάθε άνθρωπος, το κάθε παιδί μοιράστηκε με την ομάδα κάτι που του αρέσει στον εαυτό του (χεράκι των καλών χαρακτηριστικών). Μετά συνθέσαμε μια ομαδική εργασία με τα χεράκια όλων των παιδιών.



Στην συνέχεια διαλέγει το κάθε παιδί μία λέξη ή φράση που αποδίδει ένα θετικό χαρακτηριστικό για κάθε παιδί της ομάδας. Ετοιμάζουμε ένα δώρο για κάθε παιδί «Οι φίλοι μου λένε κάτι θετικό για μένα», να το πάρει μαζί του στο σπίτι για να το δουν οι γονείς του και να το θαυμάσουν.



8ο εργαστήριο: Συναισθήματα

«ΤΟ ΚΟΛΑΖ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ» :

Το χρωματιστό τερατάκι με τα μπερδεμένα συναισθήματα ήρθε στο σχολείο μας... αφού μάθαμε κι εμείς τα βασικά συναισθήματα και συζητήσαμε για το ότι δεν είναι κακό να νιώθουμε πολλά και διαφορετικά πράγματα, το βοηθήσαμε να τα ξεμπερδέψει και αφού χωριστήκαμε σε ομάδες, τα ζωγραφίσαμε.

ΣΤΟΧΟΙ:

Να ενθαρρυνθούν τα παιδιά να μιλήσουν για τα συναισθήματα, να τα αναγνωρίσουν και να τα εκφράσουν.



9ο εργαστήριο: Συναισθήματα

«Η ΜΑΣΚΑ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ»:

Φτιάξαμε τη μάσκα των συναισθημάτων επιλέγοντας το συναίσθημα που νιώθαμε εκείνη την στιγμή. Επειδή όμως τα συναισθήματα αλλάζουν διαρκώς, φτιάξαμε και τον Συναισθηματοκύλη, ο οποίος θα μας βοηθά κάθε φορά να τα αναγνωρίζουμε.

ΣΤΟΧΟΙ:

Να μάθουν τα παιδιά να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα των άλλων και να εκφράζουν τα δικά τους.



10ο εργαστήριο: Κλείσιμο

«Κλείνω την ομάδα και αποχαιρετώ τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα»:

Με μία μαγική κλήρωση το κάθε παιδί επέλεξε μέσα από ένα μαγικό καπέλο το όνομα κάποιου άλλου. Στη συνέχεια έφτιαξε μία ζωγραφιά και τη χάρισε στο φίλο του.



Παιχνίδι: «Ο κύκλος της φιλίας».

Ένα παιδί είναι ο βασιλιάς ή βασίλισσα και χορεύει γύρω από τα παιδιά. Τα παιδιά τραγουδούν «Ο κύκλος της φιλίας που είναι μαγικός, καθένας που ανήκει είναι μοναδικός». Μόλις σταματήσει το τραγούδι ο βασιλιάς ή η βασίλισσα δίνει την κορώνα σε έναν φίλο. Στο παιδί αυτό θα του χαρίσει μια καρδούλα με όλη την αγάπη του, για να θυμάται πόσο όμορφα περάσαμε καθ' όλη τη διάρκεια του εργαστηρίου.



Κλείνοντας δίνουμε μια υπόσχεση

«ΦΙΛΟΙ ΓΙΑ ΠΑΝΤΑ!!»