

ΕΥ ΖΗΝ -ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΕΙΜΑΣΤΕ ΠΙΟ ΔΥΝΑΤΟΙ

Τμήμα Α1 & Α2

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 1 (Παιχνίδια γνωριμίας)

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

1. ΠΟΙΟΣ ΕΙΜΑΙ: η εκπαιδευτικός και τα παιδιά σε ένα κύκλο λένε το όνομά τους και ένα χαρακτηριστικό του εαυτού τους.

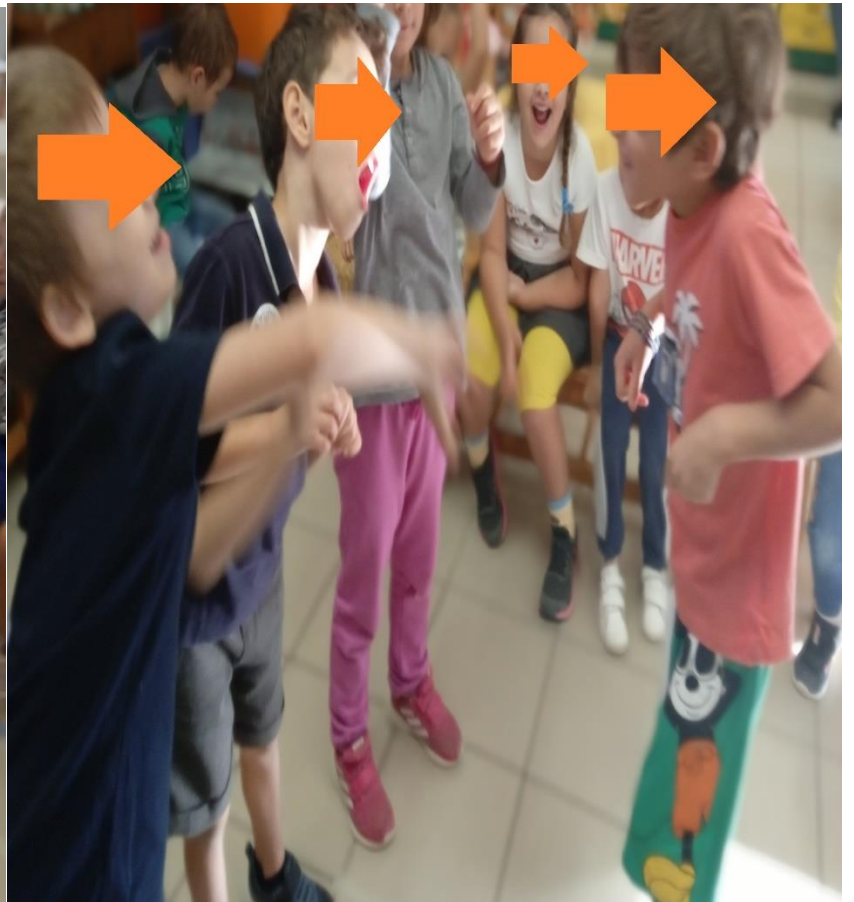
2. ΤΙ ΜΟΥ ΑΡΕΣΕΙ: Η εκπαιδευτικός με μία μπάλα λέει το όνομά της και το αγαπημένο της χρώμα πετώντας τη μπάλα σε ένα παιδί που καλείται να κάνει το ίδιο, μέχρι όλα τα παιδιά να πάρουν τη μπάλα και να μιλήσουν με σκοπό να γνωριστούν τα μέλη της ομάδας. Το παιχνίδι επαναλαμβάνεται, λέγοντας το αγαπημένο μας φαγητό.



3. ΑΥΤΟΣΥΓΚΡΑΤΟΥΜΑΙ: Σε κύκλο, τα παιδιά κάνουν διάφορες κινήσεις ανάλογα με τις εντολές που δίνει η εκπαιδευτικός, ενώ καθώς γίνεται παύση λένε ταυτόχρονα ως στοίχημα, «Αυτοσυγκρατούμαι, τους άλλους δεν τους ενοχλώ με τον εαυτό μου ασχολούμαι!». Στόχο έχει την ενεργοποίηση των συμμετεχόντων.



4. ΚΑΘΡΕΦΤΗΣ ΜΕ ΓΚΡΙΜΑΤΣΕΣ: Μπροστά στον καθρέφτη τα παιδιά, κάνουν διάφορες γκριμάτσες και μετά, πρώτα σε ζευγάρια και ύστερα σε ομάδες, κάνουν το ένα παιδί (ή η ομάδα) τον καθρέφτη του άλλου στις γκριμάτσες που παίρνει.



5. ΚΑΘΡΕΦΤΗΣ ΜΕ ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ: Κατά τον ίδιο τρόπο με το προηγούμενο παιχνίδι, τα παιδιά, πρώτα ανά δύο και μετά σε ομάδες, κάνουν τον καθρέφτη το ένα (ή η ομάδα) του άλλου, κινώντας το σώμα τους τώρα, με το ρυθμό της μουσικής που ακούνε.



6. ΧΟΡΟΣ ΚΑΙ ΠΑΥΣΕΙΣ: Τα παιδιά χορεύουν, χωρισμένα σε μικρές ομάδες, ελεύθερα στο ρυθμό της μουσικής, το καθένα μόνο του. Όταν γίνεται παύση,

τρέχουν να βρουν ένα ζευγάρι και το ακουμπούν με το σημείο του σώματος, που λέει κάθε φορά η εκπαιδευτικός.



7. ΟΜΑΔΕΣ ΚΑΙ ΜΟΥΣΙΚΑ ΟΡΓΑΝΑ: Τα παιδιά χωρίζονται σε τρεις ομάδες, η καθεμία από τις οποίες αντιπροσωπεύεται από ένα μουσικό όργανο (μαράκα, ντέφι, ταμπουρίνο). Ανάλογα με το όργανο που παίζει, σηκώνεται και χορεύει η

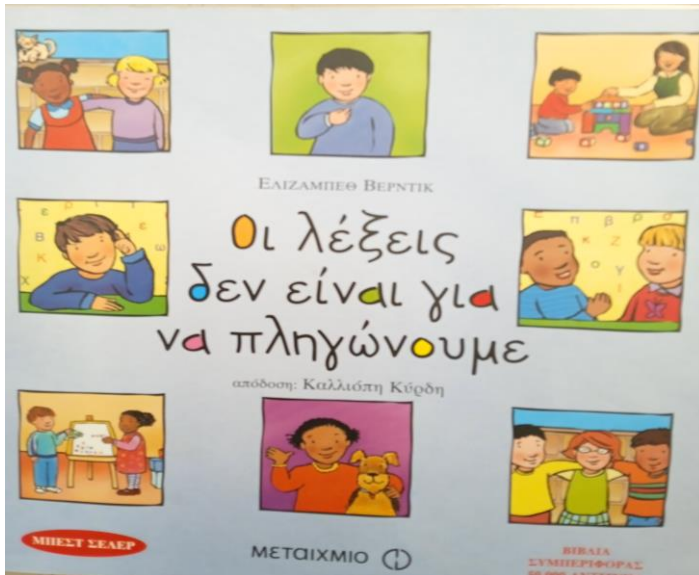
αντίστοιχη ομάδα κι εναλλάσσονται. Κάθε φορά που σηκώνεται μία ομάδα, η άλλη πρέπει να κάτσει γρήγορα στη θέση της. Στην πορεία οι αλλαγές γίνονται γρήγορα και μετά ακούγονται δύο μουσικά όργανα, οπότε πρέπει να ανταποκριθούν δύο ομάδες. Και σταδιακά το παιχνίδι δυσκολεύει με πιο γρήγορες και πολύπλοκες εναλλαγές, με στόχο την ενεργοποίηση των συμμετεχόντων, το δέσιμο των ομάδων, την ανταλλαγή ενέργειας.



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 2^ο (Ασκήσεις διαφορετικότητας)

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

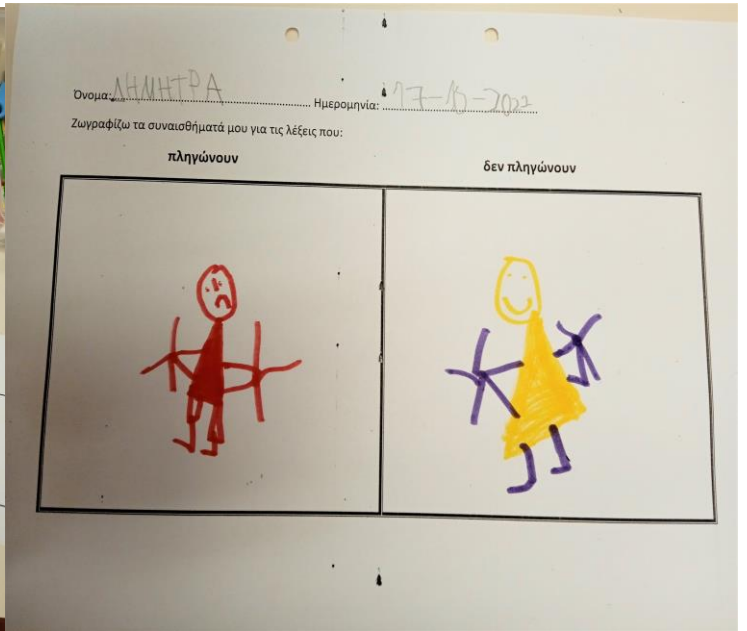
1. Οι λέξεις πληγώνουν: Διαβάζουμε το βιβλίο «Οι λέξεις δεν είναι για να πληγώνουμε» της Verdick Elisabeth, εκδόσεις Μεταίχιμο. Μετά την ανάγνωση του βιβλίου ακολουθεί συζήτηση με όλη την ομάδα της τάξης. Αναρωτιόμαστε αν κι εμείς πολλές φορές έχουμε μιλήσει έτσι ή αν μας έχει συμβεί να μας μιλήσει ένας φίλος μας με τέτοιο τρόπο, πως αισθανθήκαμε.



Στη συνέχεια, τα παιδιά αναλαμβάνουν να αφηγηθούν την ιστορία του βιβλίου, λέγοντάς την με δικά τους λόγια, καθώς ξεφυλλίζουν τις εικόνες, με στόχο να εμπεδώσουν όσα συζητήθηκαν προηγουμένως.



Τέλος ζωγραφίζουμε σε φύλλο εργασίας τα συναισθήματα που προκαλούν οι λέξεις που πληγώνουν κι αυτά που προκαλούν οι λέξεις που δεν πληγώνουν.



2. ΤΑ ΠΑΡΑΣΗΜΑ ΜΟΥ!: Τα θετικά χαρακτηριστικά που έχουν οι γύρω μας και η καλή γνώμη που έχουν για εμάς είναι τα παράσημά μας. Όλοι οι συμμετέχοντες σχηματίζουν έναν κύκλο όρθιοι. Ένας ένας μπαίνουν στο κέντρο του κύκλου. Αυτός που μπαίνει στο κέντρο, μένει σιωπηλός και ακούει προσεκτικά, όσα έχουν να του πουν οι άλλοι! Όσοι βρίσκονται στην περιφέρεια του κύκλου παίρνουν αυθόρμητα το λόγο και συμπληρώνουν τη φράση: «Σου δίνω το Παράσημο γιατί...» απαριθμώντας τα ΔΥΝΑΤΑ και ΘΕΤΙΚΑ χαρακτηριστικά που έχουν παρατηρήσει ή αντιληφθεί για εκείνον που βρίσκεται στο κέντρο. Στόχος είναι να ενδυναμωθούν τα μέλη της ομάδας, να πάρουν μία θετική ανατροφοδότηση από τους άλλους. Να εστιάσουν στα θετικά και δυνατά χαρακτηριστικά που έχουν όλοι.



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 3ο

ΤΟ ΒΑΖΟ ΜΕ ΤΑ ΟΜΟΡΦΑ ΛΟΓΙΑ:

1) Παρακολουθούμε το βίντεο: <https://www.youtube.com/watch?v=Yx6UgfQreYY>
Πρόκειται για ένα πείραμα που έγινε με δύο φυτά. Στο ένα λέγονται όμορφα λόγια στο άλλο άσχημα. Το φυτό που δέχεται τους άσχημους χαρακτηρισμούς δεν μεγάλωσε σωστά ενώ το άλλο ψήλωσε και έβγαλε περισσότερα φύλλα.

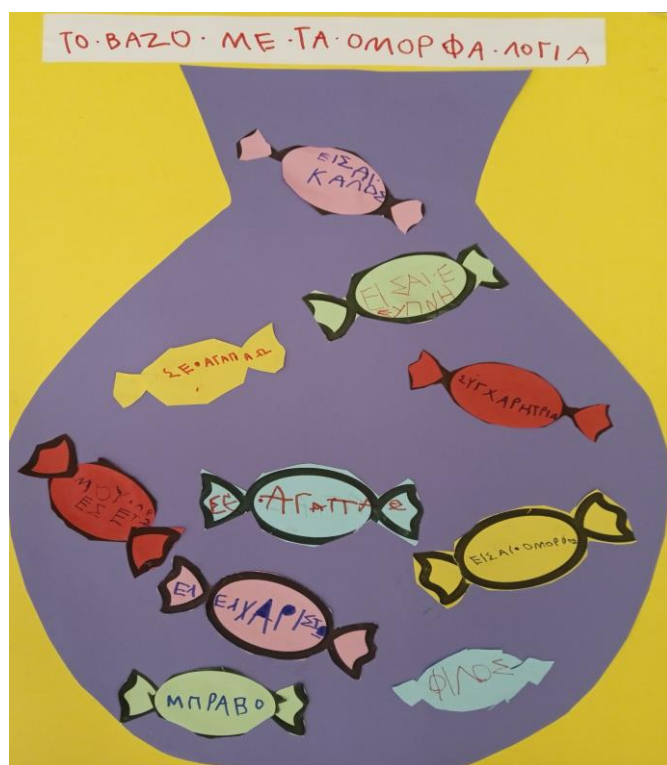


2) Στη συνέχεια η εκπαιδευτικός τους έδειξε την αντιστοιχία του πως πληγώνεται η καρδιά με τα άσχημα λόγια, όπως τσαλακώνεται ένα χαρτί. Και τα παιδιά σε ζευγάρια το δοκίμασαν, ο ένας να λέει λόγια που πληγώνουν κι ο άλλος να τσαλακώνει το χαρτί λίγο λίγο σε κάθε άσχημη κουβέντα.



3) Κατασκευάζουμε ένα βάζο σε μεγάλο χαρτόνι. Κόβουμε μικρά χαρτιά πολύχρωμα στο σχήμα καραμέλας και όλοι μαζί καταγράφουμε όμορφα λόγια που μας βοηθάνε να αισθανόμαστε όμορφα, που μας κάνουν χαρούμενους,. Λέξεις όπως: «Ευχαριστώ, παρακαλώ, σ' αγαπώ». Κολλάμε τις καραμέλες μέσα στο βάζο και κρεμάμε την κατασκευή μας πάνω από το παρουσιολόγιο, ώστε κάθε πρωί που

βάζουν το όνομά τους τα παιδιά, να υπενθυμίζουν στον εαυτό τους να λέει όμορφα λόγια στους άλλους.

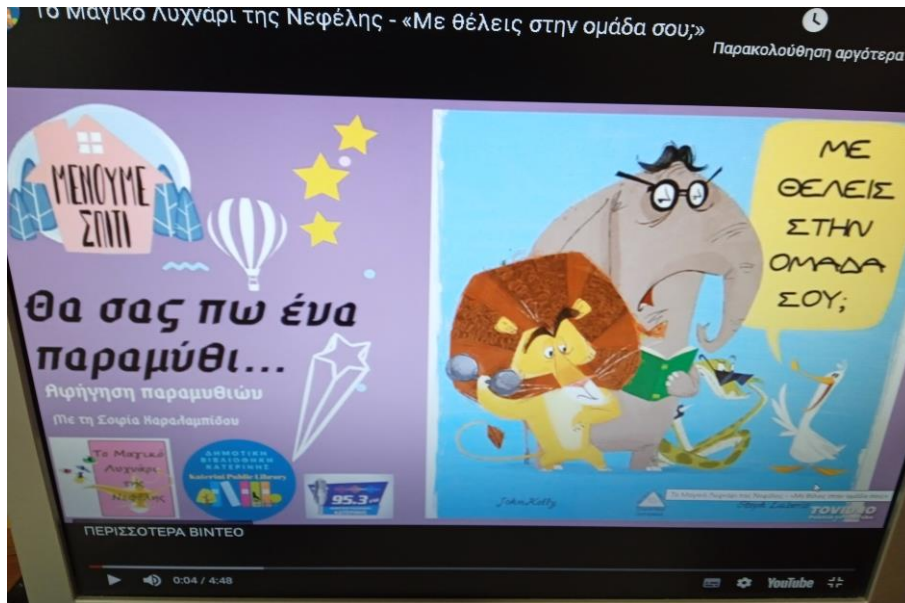


ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 4^ο

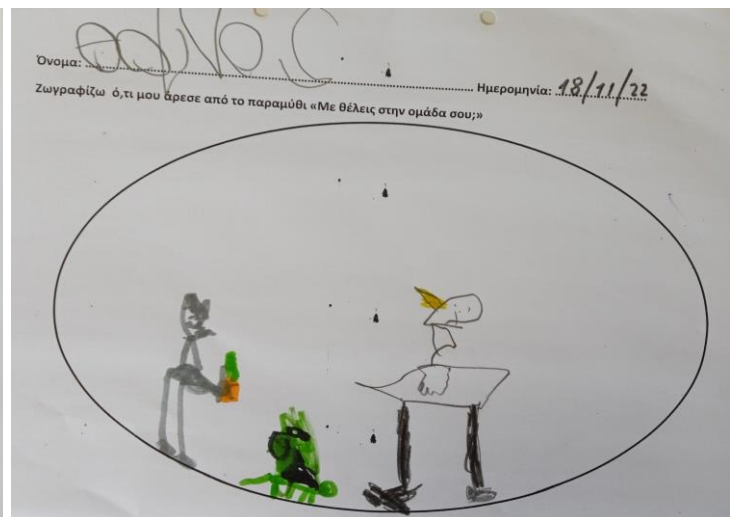
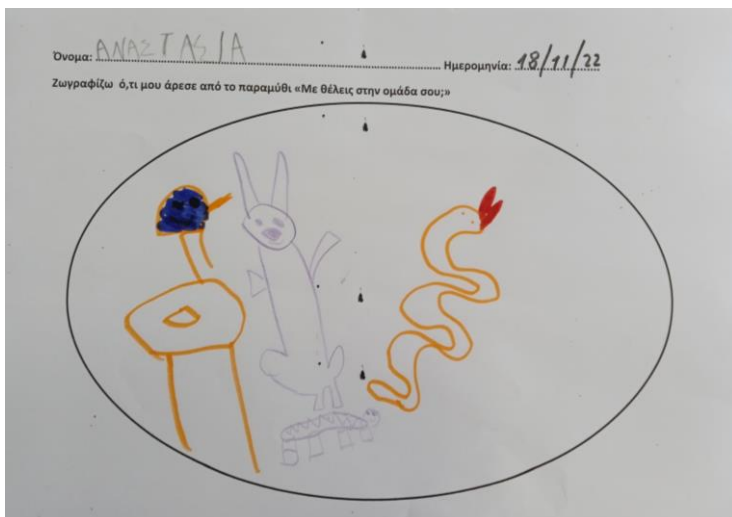
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ:

1. Διαβάζουμε το βιβλίο «Με θέλεις στην ομάδα σου;» του Kelly John. Μια πάπια ήθελε να κάνει καινούριους φίλους. Έτσι αποφάσισε να γίνει μέλος μιας ομάδας.

Πηγαίνει σε διάφορα ζώα αλλά εκείνα απορρίπτουν την αίτησή της. Τι θα κάνει η πάπια; Πώς θα το αντιμετωπίσει; Εστιάζουμε στο σημείο που η αίτηση της πάπιας απορρίπτεται από διάφορα ζώα. Γιατί συμβαίνει αυτό; Τι θα μπορούσε να κάνει η πάπια γι' αυτό; Το βιβλίο αυτό μας δίνει την αφορμή να μιλήσουμε πως μπορούμε να λύσουμε καταστάσεις που μας προβληματίζουν. Στόχοι: Να καλλιεργηθεί η έννοια της ομαδικότητας, να βρίσκουν λύσεις στα προβλήματά τους.



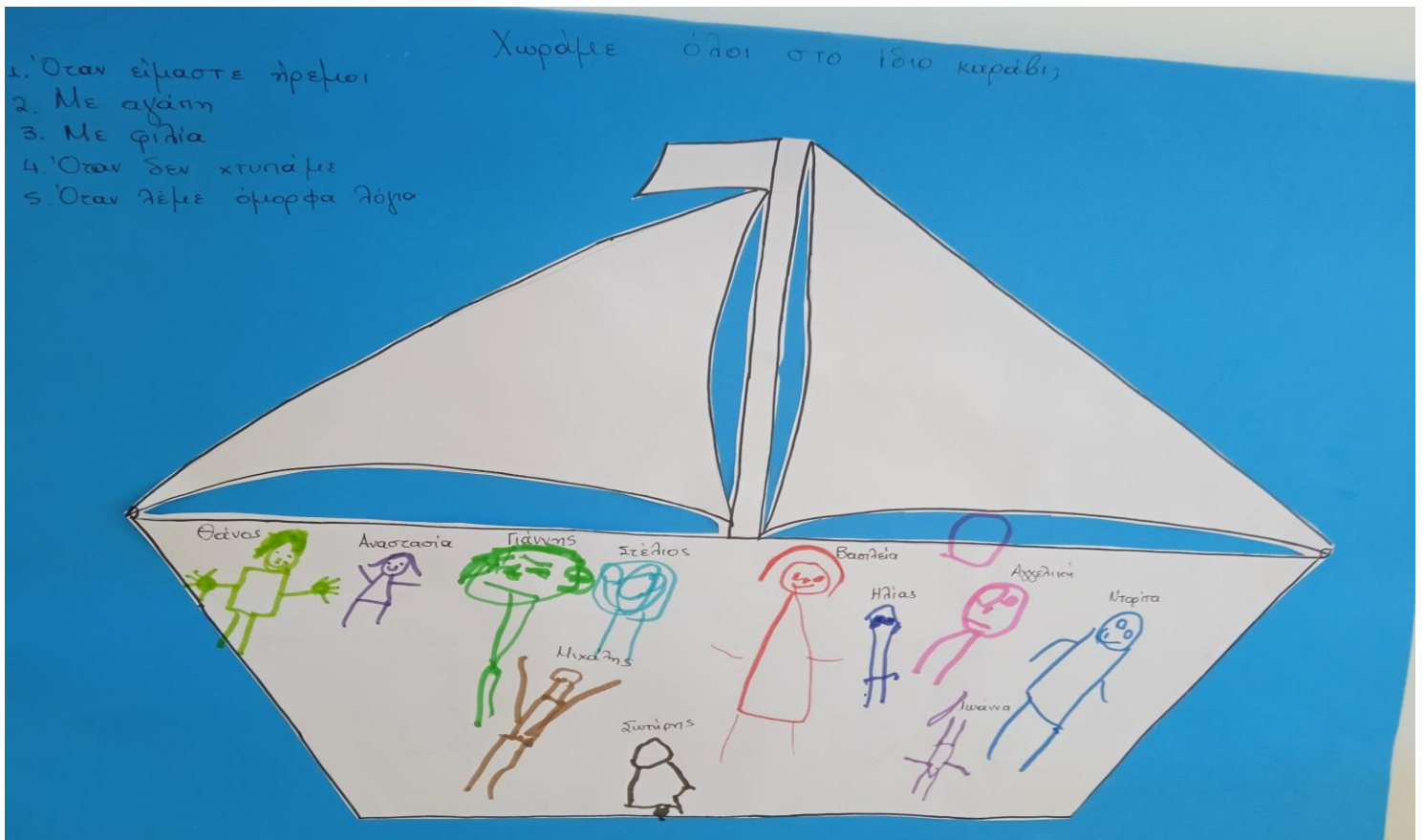
Τα παιδιά ζωγραφίζουν ότι τους άρεσε περισσότερο από το παραμύθι.



2. ΦΤΙΑΧΝΟΥΜΕ ΤΟ ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ ΤΗΣ ΤΑΞΗΣ: Μαζί με τα παιδιά καταγράφουμε τις

συμπεριφορές που προτείνουμε να έχουμε στην τάξη μας, και ποιες θα πρέπει να αποφεύγουμε για να συνυπάρχουμε όλοι μαζί.

3. ΒΟΛΤΑ ΜΕ ΤΟ ΚΑΡΑΒΙ: Το σχήμα του πλοίου σχεδιάζεται στο δάπεδο με μια χαρτοταινία. Το πλοίο πρέπει να είναι αρκετά μεγάλο για να μπορούν όλοι οι συμμετέχοντες να μπουν σε αυτό χωρίς να ακουμπούν ο ένας τον άλλο. Οι επιβάτες μπορούν να επιλέξουν το μέρος που θα σταθούν- στη μέση, μπροστά, πίσω. Ο συντονιστής παραμένει έξω από το πλοίο και “λύνει” το σκοινί προκειμένου το πλοίο να σαλπάρει. “Μπαίνουμε όλοι στο καράβι. Το ταξίδι ξεκινά! Σαλπάρουμε!” Ο συντονιστής δίνει τις εντολές... Άλλες φορές τα κύματα είναι μικρά άλλες μεγάλα και θα να πρέπει να βγάλουν με κουβάδες το νερό έξω. Μέσα σε όλα τα προβλήματα έρχεται και η βροχή. Τα παιδιά καλούνται να βρουν λύσεις, να συνεργαστούν και να οριστεί η ταυτότητα της ομάδας. Κατόπιν, μεταφέρουμε στο χαρτόνι όλη αυτή την εμπειρία του καραβιού τοποθετώντας το κάθε παιδί τον «χάρτινο» εαυτό του στο χάρτινο καράβι.



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 5^ο

ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ:

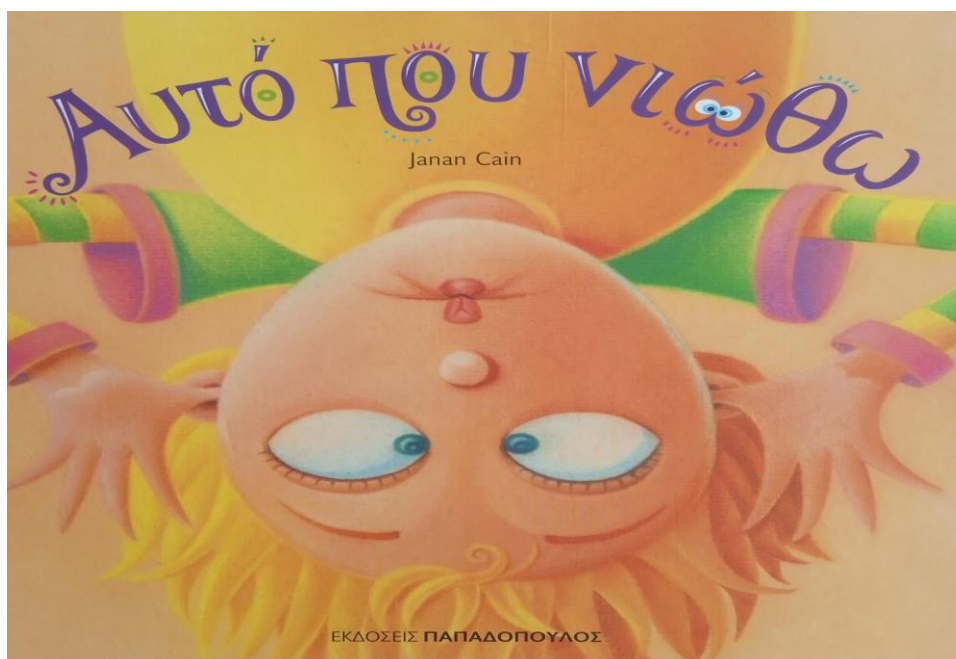
1. Ο ΤΥΦΛΟΣ ΚΑΙ Ο ΜΟΥΓΓΟΣ: Οι μαθητές χωρίζονται σε ζευγάρια. Ένας θα κάνει τον τυφλό και ο άλλος τον μουγγό. Κατά τη διαδικασία του παιχνιδιού δε μιλά

κάνεις. Το παιδί που κάνει τον τυφλό κλείνει τα μάτια του και το παιδί που κάνει τον μουγγό προσπαθεί να το οδηγήσει στο σημείο που ορίζει ο συντονιστής/εκπαιδευτικός. Στη συνέχεια οι ρόλοι αλλάζουν. Στην ολομέλεια ακολουθούν ερωτήσεις: Πώς αισθανθήκατε όταν δεν βλέπατε; Πως αισθανθήκατε που δεν μπορούσατε να μιλήσετε; Τι σας δυσκόλεψε; Πώς καταφέρατε να φέρετε εις πέρας την αποστολή σας παρόλο που είχατε αυτή τη δυσκολία;



2. ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΜΑΣ: Με αφορμή το παραμύθι : «Αυτό που νιώθω», γνωρίζουμε τα διάφορα συναισθήματα και κυρίως το θυμό. Αν βρίσκομαι σε σημείο βρασμού τι συμβαίνει στο σώμα μου; Πώς φέρομαι και πώς θα έπρεπε να φερθώ; Πως μπορώ να διώξω το θυμό μου; Κάνουμε ασκήσεις αναπνοής,

μετράμε ως το 10 πριν αντιδράσουμε σε κάτι που μας θυμώνει. Φτιάχνουμε ο καθένας το θυμόμετρό του, το θερμόμετρο των συναισθημάτων.



3. Η ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΜΟΥ ΑΣΠΙΔΑ: Όλα τα πράγματα που είμαστε καλοί, που μας αρέσουν, που θέλουμε να πετύχουμε αποτελούν την προσωπική μας ΑΣΠΙΔΑ σε κάθε δύσκολη στιγμή. Σε αυτή μπορούμε να ανατρέχουμε για να εξοπλιστούμε με θάρρος και δύναμη για να βγούμε νικητές σε κάθε δύσκολη μάχη. Κατασκευή της

ασπίδας σε χαρτόνι κομμένο σαν ασπίδα, το κάθε παιδί χρωματίζει την ασπίδα του και γράφουμε τι μας αρέσει, σε τι είμαι καλός, και πρόσωπα που αγαπώ.



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 6^ο

ΜΑΘΑΙΝΩ ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

1. Διαβάζουμε το βιβλίο «Ο μεγάλος Θυμός» του D' Allance Mireille όπου ο μικρός Μάριος είναι πολύ θυμωμένος κι όλα του φταίνε. Ο πατέρας του τον στέλνει στο δωμάτιό του για να ηρεμήσει. Εκεί, όταν μένει μόνος του, νοιώθει μέσα του κάτι να φουντώνει, να φουντώνει... ώσπου εμφανίζεται ένα κόκκινο τερατάκι που σαρώνει τα πάντα. Είναι ο Θυμός. Στην ολομέλεια με καταιγισμό ιδεών καταγράφουμε τις απόψεις των παιδιών. Έχουν αισθανθεί όπως ο Μάριος; Είδαν ποτέ ένα παρόμοιο τερατάκι; Έχουν συμβεί καταστροφές με το θυμό;



2. Η εκπαιδευτικός χρησιμοποιεί ένα μπαλόνι. Φανταζόμαστε το θυμό μας σαν ένα μπαλόνι. Κάθε φορά που θυμώνουμε είναι σαν να φουσκώνουμε ένα μπαλόνι. Τι θα συμβεί αν συνεχώς θυμώνουμε- φουσκώνουμε το μπαλόνι; Οι ιδέες των παιδιών καταγράφονται. Αν αφήσουμε το μπαλόνι απότομα τι θα συμβεί; Υπάρχει πιθανότητα να χτυπήσουμε κανέναν έτσι πως κουτουλάει το μπαλόνι εδώ κι εκεί; Αν αφήναμε τον αέρα λίγο λίγο; Μήπως το μπαλόνι θα μπορούσε να ξαναγίνει όπως και πριν;

3. Τα παιδιά προτείνουν λύσεις αντιμετώπισης του θυμού. Οι ιδέες τους καταγράφονται. Προτείνεται να φτιάξουμε μία γωνιά χαλάρωσης. Μπορούμε να μετράμε μέχρι το 10. Μπορούμε να παίρνουμε βαθιές ανάσες. Μπορούμε να ακούμε μουσική. Μπορούμε να φτιάξουμε μία κλεψύδρα που θα μετράμε τότε θα τελειώσει ο Θυμός μας.

4. Τα παιδιά ζωγραφίζουν ότι τους κάνει να θυμώνουν:

