

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

Β' ΤΑΞΗ

Θεματική	Ζω καλύτερα – Ευ Ζην	Υποθεματική	Ψυχική και Συναισθηματική Υγεία - Πρόληψη
ΒΑΘΜΙΔΑ/ΤΑΞΕΙΣ	Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση, Β' Τάξη		
ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ	Οκτώβριος - Νοέμβριος		
Τίτλος	«Εγώ κι Εσύ, Δυναμώνουμε Μαζί»		
Δεξιότητες στόχευσης του εργαστηρίου	Ενίσχυση της προσωπικότητας Ενίσχυση των κοινωνικών δεξιοτήτων και των διαπροσωπικών σχέσεων των μαθητών Διαμόρφωση κλίματος συνεργασίας Διαδικασία διερεύνησης του εαυτού Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση		

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 1: Γνωριζόμαστε - Συνεργαζόμαστε - Χειραψίες

(6 Διδακτικές Ωρες: 04.10.22, 05.10.22, 11.10.2022, 12.10.2022, 18.10.2022, 19.10.2022)

- Βάλαμε να ακούγεται ένα ήρεμο μουσικό κομμάτι και σχηματίσαμε έναν κύκλο. Προτείναμε στους μαθητές να σηκωθούν και να περπατήσουν ήρεμα μέσα σε αυτόν χωρίς να μιλάνε.
- Με το πρώτο χτύπημα που ακούστηκε, άρχισαν να βλέπουν τους άλλους και όποιον συναντούσαν τον χαιρετούσαν με χειραψία χωρίς λόγια.
- Με το δεύτερο χτύπημα, οι μαθητές άρχισαν να χαιρετιούνται μεταξύ τους και να συστήνονται με το μικρό τους όνομα.

Συνεργασία σε δυάδες (Γεια σου, θέλεις να...;)

Προτείναμε στους μαθητές να γίνουν δυάδα με κάποιον που δεν γνωρίζουν καλά, αλλά βλέποντάς τον νιώθουν οικεία και θέλουν να τον γνωρίσουν περισσότερο. Δόθηκε η οδηγία σε όλες τις δυάδες να μοιραστούν μια καλή στιγμή που τους έρχεται στο μυαλό, είτε από το σχολείο είτε από το σπίτι. Κάτι, δηλαδή που όταν το θυμούνται τους έρχεται μια γλυκιά ανάμνηση.

Εδώ τα ζευγάρια ζωγράφισαν ο ένας τον άλλο σε παιδικές φιγούρες που ήδη τους είχαν δοθεί.

Συνεργασία σε μικρές ομάδες

Στη συνέχεια τα παιδιά γίνονται μικρές ομάδες (3 πεντάδες, λόγω του αριθμού των μαθητών της τάξης). Στη μικρή ομάδα παρουσιάζει ο καθένας το ταίρι του και περιγράφουν ή δείχνουν τη δραστηριότητα που έκαναν μαζί (τις ζωγραφιές τους).

Δίνεται η οδηγία να συζητήσουν: «Τι χρειάζομαι για να νιώσω καλά σε μια συνεργασία»;

Η κάθε τετράδα διαλέγει μια δραστηριότητα (σαν κλήρωση) από το «κουτί δραστηριοτήτων», που έχει προετοιμαστεί από πριν και περιέχει χαρτάκια με τις εξής δραστηριότητες:

1. Κολλάζ, Το πορτρέτο της τάξης μου
2. Φτιαχνουμε σε κολλάζ τις τρεις ομάδες
3. Φτιάχνουμε το λουλούδι - ταυτότητά μας

Δώσαμε τις εξής οδηγίες:

Η κάθε ομάδα να διαλέξει ένα όνομα και έπειτα να επιλέξει έναν τρόπο με τον οποίο θα παρουσιάσει στην ολομέλεια αυτά που συζητήθηκαν για τη συνεργασία. (π.χ. πως θα συμβόλιζαν μια καλή συνεργασία) και έπειτα να τα παρουσιάσουν στη μεγάλη ομάδα - ολομέλεια.

Παρουσίαση των μικρών ομάδων και των έργων τους στην ολομέλεια.



Δραστηριότητα 1: “Το πορτρέτο της τάξης μου”.
 Ομάδα 1: “Οι καλόκαρδοι” (Θεανώ, Σταύρια, Ειρήνη, Ελένη, Σάρα)



Δραστηριότητα 2: “Οι ταυτότητές μας”.
 Ομάδα 2: “Οι Φιλικοί” (Φωτεινή, Σταματίνια, Κωνσταντίνος, Κυριακή, Αλβένσα)

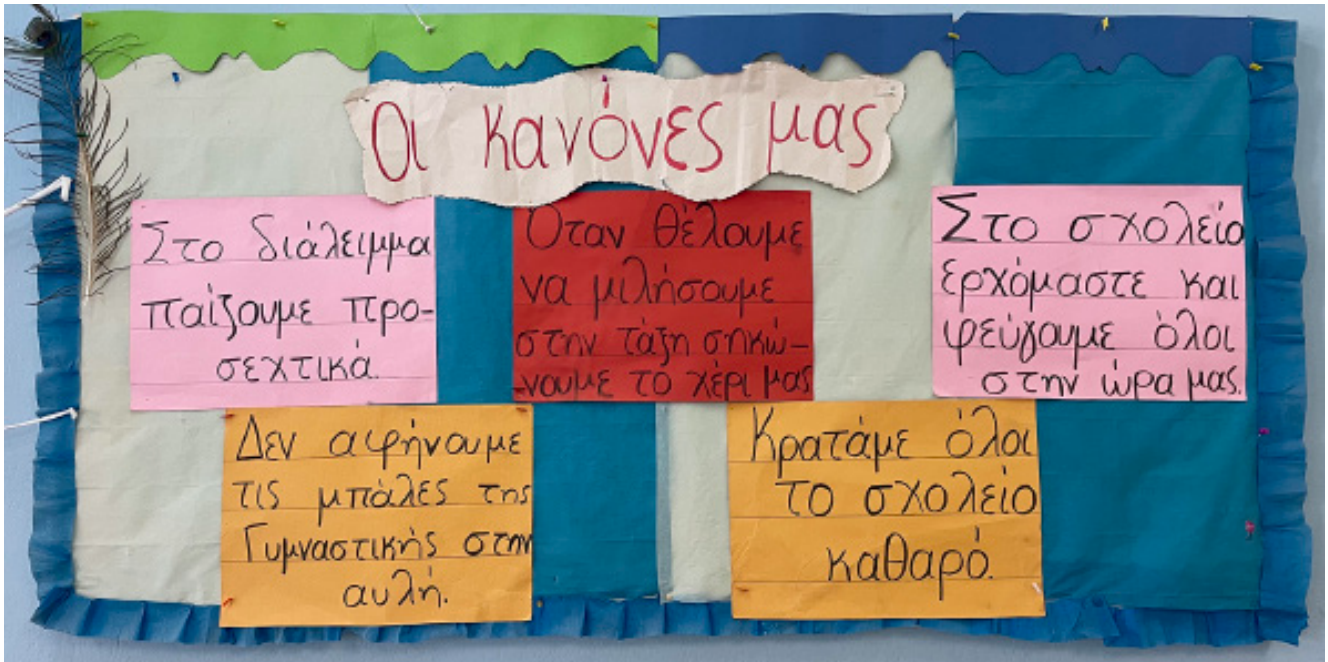


Δραστηριότητα 3: “Οι ομάδες μας”.
Ομάδα 3: “Οι Ευγενικοί” (Γιώργος, Χρήστος, Ευαγγελία Α., Ευαγγελία Λ., Γεωργία)

Αφού ακούστηκαν όλες οι απόψεις, κάναμε μια ανακεφαλαίωση αυτών που ανακοινώθηκαν από τις ομάδες και ακολούθησε συζήτηση για τη συνεργασία στην ομάδα.

- Πώς μου φαίνονται αυτά που ακούστηκαν από τις άλλες ομάδες;
- Τι από όλα αυτά που άκουσα θέλω να ισχύει στην ομάδα μου για να νιώθω καλά;
- Τι από αυτά μπορώ εγώ να προσπαθήσω να κάνω

Τέλος συμφωνήσαμε σε αυτά που θέλουν να ισχύουν για την ομάδα μας, ώστε να νιώθουμε καλά μέσα σε αυτήν και δημιουργήσαμε ένα είδος συμβολαίου.



Το συμβόλαιο της τάξης μας

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 2: Συγκεντρώνομαι

(2 Διδακτικές Ωρες, 25.10.2022, 26.10.2022)

Δραστηριότητα 1: Μένω συγκεντρωμένος/ Ενοχλώ

Ο ένας θα προσπαθεί να μείνει συγκεντρωμένος σε κάτι ενώ ο άλλος θα προσπαθεί να του αποσπάσει την προσοχή με διάφορους τρόπους. Όταν ο εκπαιδευτικός θα δώσει το σήμα, θα αλλάξουν ρόλους.

Ερωτήματα:

- Πώς νιώσατε στον κάθε ρόλο; ο Πώς καταφέρατε να μείνετε συγκεντρωμένοι;
- Σας ήταν εύκολο ή δύσκολο; ο Σας έχει συμβεί ποτέ να σας ενοχλεί κάποιος ή κάτι ενώ θέλετε να μείνετε συγκεντρωμένοι σε κάτι άλλο;
- Τι κάνετε συνήθως σε αυτές τις περιπτώσεις;

Δραστηριότητα 2: Μουσικός κανόνας

Τα παιδιά φτιάχνουν 3 μικρότερες ομάδες και όλοι μαζί επιλέγουν ένα τραγούδι που να το ξέρουν όλοι να το τραγουδούν.

Μάθαμε το τραγούδι “Ουράνιο Τόξο” από την παιδική χορωδία του Σπύρου Λάμπρου και το τραγουδήσαμε όλοι μαζί στην τάξη. Επειτα βάλουμε το τραγούδι σιγανά και ζωγραφίσαμε τις εικόνες που μας έρχονταν στο μυαλό. Στο τέλος αποφασίσαμε ποιό από τα έργα θα διαλέγαμε για να γίνει εξώφυλλο του τραγουδιού τραγούδι.

Λόγια τραγουδιού:

*Κάθε φορά που η βροχή χτυπά
στα τζάμια του παραθυριού μου δυνατά
σκέφτομαι πως σε λίγο θα φανεί
το ουράνιο τόξο κι όλη η πλάση θα χαρεί.*

*Σαν στη ζωή μας κάτι δύσκολο συμβεί
κάποια φουρτούνα δυνατή
ή κάποια άτυχη στιγμή
το ουράνιο τόξο τότε θα εμφανισθεί
θα γίνει νέα η αρχή
νά 'χετε ελπίδα στη ζωή
μετά την καταιγίδα κάτι θα φανεί
το ουράνιο τόξο θε να βγει
νά 'χετε ελπίδα στη ζωή.*

*Κάθε φορά παρακαλώ πολύ
να μείνει ακόμα λίγο ακόμα μια στιγμή,
για να χαρώ την τόση ομορφιά
αυτά τα χρώματα τα ουράνια τα γλυκά.*

*Σαν στη ζωή μας κάτι δύσκολο συμβεί
κάποια φουρτούνα δυνατή
ή κάποια άτυχη στιγμή
το ουράνιο τόξο τότε θα εμφανισθεί
θα γίνει νέα η αρχή
νά 'χετε ελπίδα στη ζωή
μετά την καταιγίδα κάτι θα φανεί
το ουράνιο τόξο θε να βγει
νά 'χετε ελπίδα στη ζωή.*

Εργα των παιδιών ενδεικτικά:







ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 3: Συνεργάζομαι

(2 Διδακτικές Ωρες, 01.11.2022, 02.11.2022)

1η Δραστηριότητα : Παιχνίδι με μπαλόνια και μουσική

- Οι συντονιστές προτείνουν στους συμμετέχοντες να σηκωθούν και να δημιουργήσουν έναν κύκλο.
- Με την βοήθεια της μουσικής πετάνε ένα μπαλόνι στον κύκλο και οι συμμετέχοντες καλούνται να παίξουν με αυτό πετώντας το ο ένας στον άλλον χωρίς να τους πέσει κάτω. Σταδιακά οι συντονιστές ρίχνουν και δεύτερο μπαλόνι, τρίτο, τέταρτο. Σκοπός του παιχνιδιού είναι να συνεργαστούν έτσι ώστε να μην πέσει κάτω κανένα μπαλόνι.
- Στο τέλος τα μπαλόνια είναι τόσα ώστε να δημιουργηθούν τυχαία δυάδες.
- Στη δυάδα οι συμμετέχοντες χρειάζεται να τα διατηρήσουν στον αέρα, ακουμπώντας τα με οποιοδήποτε σημείο του σώματος τους (χέρια, αγκώνες, γόνατο, κοιλιά) σαν να είναι τα σώματα τους προέκταση των μπαλονιών.
- Περπατάνε κρατώντας το μπαλόνι με το ένα δάχτυλο, μόνο με τους αγκώνες, με την κοιλιά, με τα γόνατα, ακουμπώντας το κεφάλι τους. Οι συντονιστές προτείνουν κάθε δυάδα να βρει άλλες δύο δυάδες και να σχηματίσουν μια ομάδα.

2η Δραστηριότητα : Το τρένο με τα μπαλόνια

- Τα παιδιά φτιάχνουν 3 μικρότερες ομάδες αποτελούμενες από 5-6 παιδιά, ανάλογα το συνολικό αριθμό.
- Τα παιδιά μπαίνουν σε 3 διαφορετικές σειρές, το ένα πίσω από το άλλο. Σε κάθε ομάδα δίνονται φουσκωμένα μπαλόνια τόσα ώστε να υπάρχει ένα ανάμεσα από κάθε παιδί.
- Έτσι, τα μπαλόνια βρίσκονται ανάμεσα στα σώματα των παιδιών. Τα παιδιά θα πρέπει να κρατήσουν τα μπαλόνια χωρίς να χρησιμοποιήσουν τα χέρια τους.
- Στη συνέχεια, προτείνουμε στις ομάδες, να περπατήσουν στο χώρο χωρίς να πέσει κάτω κανένα μπαλόνι.
- Αν από κάποια ομάδα πέσει το μπαλόνι, προσπαθούν να το σηκώσουν και συνεχίζουν.

Ερωτήματα:

- Τί σας διευκόλυνε ή τι σας δυσκόλεψε στο να πετύχετε το στόχο σας;
- Χρειάστηκε να επικοινωνήσετε με διαφορετικό τρόπο για να συνεργαστείτε σε σχέση με τις προηγούμενες δραστηριότητες;





ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 4: Επικοινωνώ

(2 Διδακτικές Ωρες, 08.11.2022, 09.11.2022)

Δραστηριότητα 1 : Μεταφέρω το μήνυμα

Το κάθε παιδί παίρνει από ένα χαρτάκι & γράφει το όνομα του.

Κρατώντας το χαρτάκι κινούνται ελεύθερα στον χώρο με τον ρυθμό της μουσικής. Μόλις ο εκπαιδευτικός δώσει το σήμα, συναντάει ο καθένας κάποιον, τον χαιρετάει, του δίνει το χαρτάκι με το όνομα του λέγοντας τρία στοιχεία για τον εαυτό του (π.χ. τι του αρέσει να κάνει στον ελεύθερο χρόνο του).

Ο άλλος με την σειρά του κάνει το ίδιο.

Μόλις το κάθε ζεύγος τελειώνει την συζήτηση αρχίζουν πάλι να κινούνται στο χώρο, ο καθένας μόνος του.

Όταν δώσουν οι εμπυχωτές πάλι το σήμα, το κάθε παιδί γίνεται πάλι ζευγάρι με κάποιο άλλο, διαφορετικό από την προηγούμενη φορά.

Γίνεται πάλι η ίδια διαδικασία, χαιρετιούνται, λένε το όνομα τους, δείχνουν με ποιον μιλήσανε προηγουμένως, δίνοντας το χαρτάκι με το όνομα του και τις πληροφορίες που τους έδωσε με όση περισσότερη ακρίβεια μπορούνε.

Το ίδιο κάνει και ο άλλος.

Με το τρίτο άτομο που θα ξανασυναντηθούν, θα του συστηθούν πάλι και θα μιλήσουν για το άτομο που γράφει το χαρτάκι τους.

Μαζεύονται πάλι σε κύκλο. Το κάθε παιδί παρουσιάζει αυτόν του οποίου το όνομα είναι γραμμένο πάνω στο χαρτάκι που κρατάει.

Τον δείχνει και λέει ό, τι έμαθε γι' αυτόν.

Αυτός για τον οποίο μιλάει θ' ακούσει πρώτα και στο τέλος θα διορθώσει και θα συμπληρώσει τυχόν πληροφορίες που άλλαξαν ή μεπερδεύτηκαν.

Ερωτήματα:

- Πως σας φάνηκε η δραστηριότητα;
- Σας ήταν εύκολο ή δύσκολο να θυμάστε και να μεταφέρετε τις πληροφορίες που είχατε;
- Τι νομίζεται ότι διευκολύνει και τι δυσκολεύει σε αυτή τη διαδικασία;
- Σας έχει συμβεί ποτέ κάτι παρόμοιο στη ζωή σας;

Σε αυτή τη διαδικασία εξηγούμε περισσότερο τις έννοιες του πομπού και του δέκτη και διευκρινίζουμε τη σημασία του κάθε ρόλου στην επικοινωνία. Σε αυτό το σημείο μπορούμε να εξηγήσουμε περισσότερο την αξία της «δια ζώσης» επικοινωνίας από την διαδικτυακή επικοινωνία και τα στοιχεία που πιθανόν χάνονται στη δεύτερη.

Δραστηριότητα 2: Επικοινωνούμε πλάτη με πλάτη

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να καθίσουν πλάτη με πλάτη.

Πρώτα το ένα παιδί μιλάει για ένα λεπτό για το ποιες ήταν οι αγαπημένες του διακοπές και γιατί.

Το άλλο παιδί δεν μιλάει, απλά προσπαθεί να ακούσει.

Μετά γίνεται το αντίθετο.

Ερωτήματα:

- Πώς νιώσατε;
- Μπορούσατε να ακούσετε;
- Πως νιώθατε εσείς που μιλάγατε;



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ 5: Αναγνωρίζω και Εκφράζω τα συναισθήματά μου

(4 Διδακτικές Ωρες, 15.11.2022, 16.11.2022, 22.11.22, 23.11.22)

Επιμέρους στόχοι ενότητας:

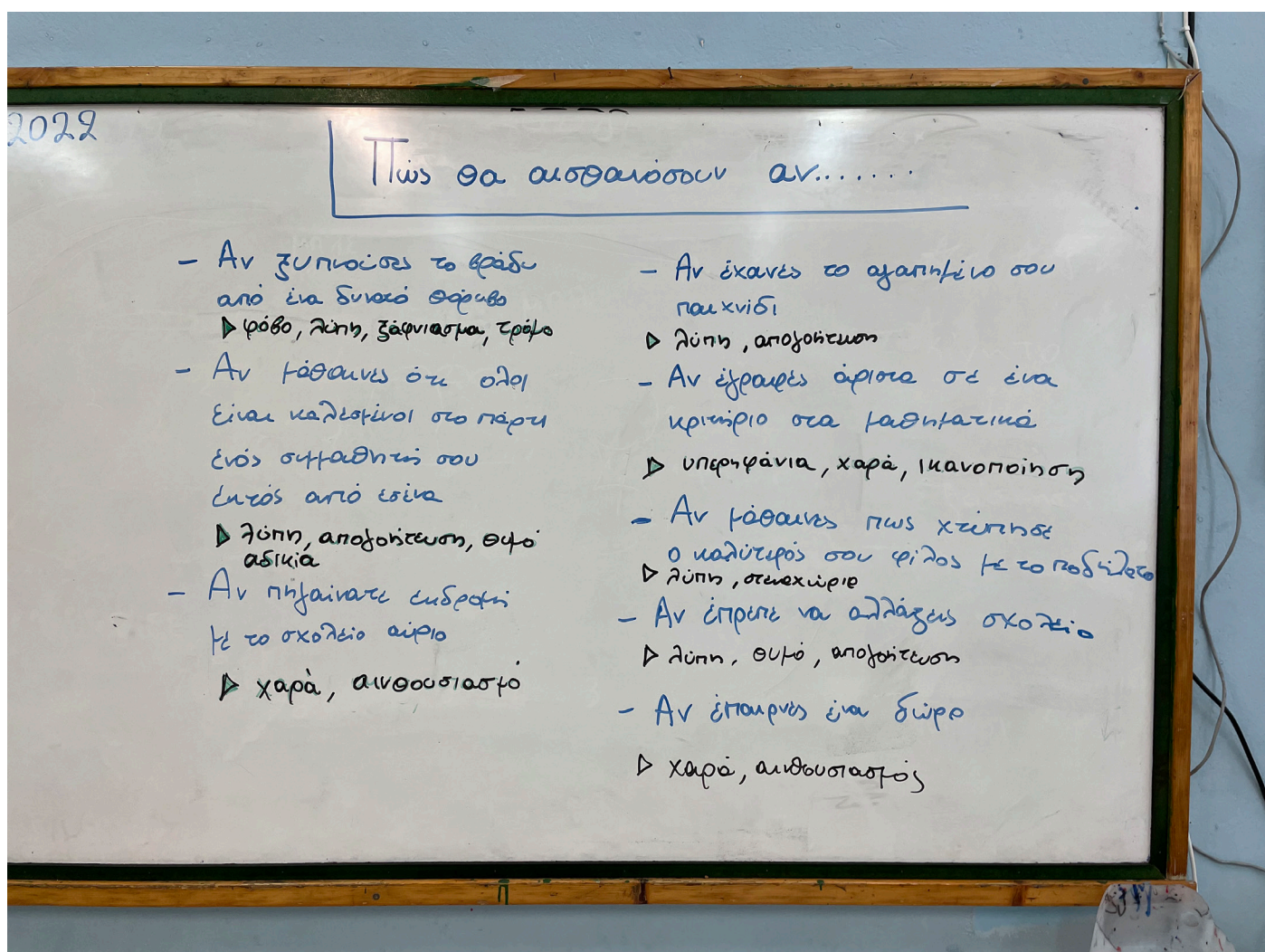
Να μάθουν να αναγνωρίζουν αυτό που νιώθουν, να εξοικειωθούν στο να αντιλαμβάνονται πώς νιώθουν οι άλλοι, να εξοικειωθούν με την έκφραση των συναισθημάτων, να δοκιμάσουν διαφορετικούς τρόπους έκφρασης των συναισθημάτων.

1η Δραστηριότητα: Πώς θα αισθανόσουν αν.....

Γράψαμε στον πίνακα τις παρακάτω ερωτήσεις και κάναμε μία συζήτηση για τα συναισθήματα που μας δημιουργούσε η κάθε μία και τα γράψαμε στον πίνακα. Ζητήσαμε στα παιδιά να προσπαθήσουν να πουν όσα περισσότερα συναισθήματα μπορούσαν.

Πως θα αισθανόσουν:

- Αν έχανε το αγαπημένο σου παιχνίδι;
- Αν έγραφες άριστα σε ένα κριτήριο αξιολόγησης στα μαθηματικά;
- Αν μάθαινες ότι χτύπησε ο καλύτερος σου φίλος με το ποδήλατο;
- Αν αναγκαζόσουν να αλλάξεις σχολείο;
- Αν έπαιρνες ένα δώρο από κάποιον θείο σου;
- Αν πηγαίνατε εκδρομή με το σχολείο αύριο;
- Αν έχανε από τους φίλους σου στο αγαπημένο σου παιχνίδι;
- Αν ξυπνούσες ξαφνικά το βράδυ από ένα δυνατό θόρυβο;
- Αν μάθαινες ότι όλοι είναι καλεσμένοι στα γενέθλια ενός συμμαθητή σου, εκτός από σένα;



2η Δραστηριότητα: Δημιουργούμε τη δική μας ζωγραφιά

Ζητήσαμε από τα παιδιά να επιλέξουν μερικές από τις προηγούμενες ερωτήσεις και να προσπαθήσουν να απεικονίσουν σε μια ατομική ζωγραφιά το συναίσθημα που νιώθουν τη δεδομένη στιγμή.

Διευκρινίσαμε στα παιδιά ότι στη ζωγραφική δεν υπάρχει ωραίο και άσχημο ή σωστό και λάθος γιατί κάθε μια εικόνα είναι μοναδική γιατί εκφράζει τον καθένα από εμάς.

Δείξαμε έργα μεγάλων ζωγράφων και μιλήσαμε για την απεικόνιση του συναισθήματος στην τέχνη, καθώς επίσης για το χρώμα και τη σχέση του με το συναίσθημα.

Στη συνέχεια, το κάθε παιδί παρουσιάζει στην ολομέλεια τη ζωγραφιά του και μοιράζεται στο βαθμό που το

Εργα των παιδιών ενδεικτικά:



Το δώρο





3η Δραστηριότητα: Η “κραυγή” του Μουνκ και “το λιβάδι με τις παπαρούνες” του Μονέ

Στο τέλος, επιλέξαμε να απεικονίσουμε το έργο “κραυγή” του Μουνκ και “το λιβάδι με τις παπαρούνες” του Μονέ και μιλήσαμε για τα συναισθήματα αλλά και τις αντιφάσεις αυτών των δύο έργων.



Εργα των παιδιών ενδεικτικά:







