





# Πρόγραμμα Καλλιέργειας Δεξιοτήτων






Θεματική	Ζω καλύτερα-Ευ ζην	Υποθεματική	Ψυχική και συναισθηματική υγεία-Πρόληψη
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ	ΒΑΣΙΛΟΓΑΜΒΡΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΠΕ11		
ΤΑΞΗ	Ε΄ τάξη		
Τίτλος	Ας σκεφτόμαστε πάντα θετικά		
Δεξιότητες στόχευσης του εργαστηρίου	Δεξιότητες του 21 <sup>ου</sup> αιώνα συνυφασμένες με τις δεξιότητες του νου (κριτική σκέψη, δημιουργικότητα ,συνεργασία, επικοινωνία, δεξιότητες της κοινωνικής ζωής, δεξιότητες διαμεσολάβησης και κοινωνικής ενσυναίσθησης)		

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα	Εργαστήριο	Δραστηριότητες
<p>Οι μαθητές/τριες στο τέλος του εργαστηρίου, θα πρέπει να μπορούν:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Να αναγνωρίζουν τα διαφορετικά συναισθήματα (θετικά και αρνητικά)</li> <li>· Να γνωρίζουν περισσότερα πράγματα ο/η ένας/μία για τον άλλο/άλλη</li> <li>· Να κατανοούν τις διαφορές και τα ιδιαίτερα γνωρίσματα των διαφόρων θετικών συναισθημάτων</li> <li>· Να εκφράζουν τα συναισθήματά τους με διαφορετικούς τρόπους</li> </ul>	<p>Ας γνωριστούμε καλύτερα. Αναγνωρίζω και εκφράζω τα συναισθήματά μου</p> 	<p>1<sup>ο</sup> εργαστήριο (1 διδακτική ώρα)</p> <p>1<sup>η</sup> δραστηριότητα: Ας ξεκινήσουμε να μιλάμε για συναισθήματα! Εισαγωγή: Οι μαθητές/τριες κάθονται σε έναν κύκλο. Η εκπαιδευτικός τους εξηγεί πως στόχος του μαθήματος είναι μάθουν να αναγνωρίζουν και να κατανοούν τα συναισθήματα.</p> <p>2<sup>η</sup> δραστηριότητα: Μια εικόνα χίλιες λέξεις! Ο εκπαιδευτικός δείχνει ή παρουσιάζει μέσω του προβολέα της τάξης, εικόνες/φωτογραφίες με εκφράσεις προσώπων που βιώνουν διαφορετικά συναισθήματα. Οι μαθητές/τριες ερωτώνται για κάθε μία εικόνα ξεχωριστά, προβληματίζονται και</p>

		αναπτύσσεται σχητικός διάλογος
<p>Οι μαθητές/τριες στο τέλος του εργαστηρίου, θα πρέπει να μπορούν:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Να εκφράζουν τα συναισθήματά τους μέσω της γλώσσας της τέχνης.</li> <li>· Να προσδιορίζουν τα συναισθήματά τους, θετικά και αρνητικά, με δημιουργικό τρόπο.</li> <li>· Να δημιουργούν καλλιτεχνικά έργα για να εκφράσουν με διάφορους τρόπους, διαφορετικά συναισθήματα.</li> </ul>	<p>Τέχνες και συναισθήματα</p> 	<p>2ο εργαστήριο (1 διδακτική ώρα)</p> <p>Τέχνη και Έκφραση! Οι μαθητές/τριες παρουσιάζουν ή περιγράφουν στην τάξη τους πίνακες ζωγραφικής ή τις φωτογραφίες (που τους είχαμε ζητήσει να συλλέξουν) μιλώντας για τα συναισθήματα που εμφανίζονται σε αυτές (πίνακες - φωτογραφίες). Συζήτηση.</p>
<p>Οι μαθητές/τριες στο τέλος του εργαστηρίου, θα πρέπει να μπορούν:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Να μάθουν να κάνουν πράξεις καλοσύνης προς τους άλλους</li> <li>· Να καταλάβουν πώς οι δραστηριότητες και οι πράξεις τους αλλάζουν τον τρόπο που αισθάνονται</li> <li>· Να μάθουν να αναγνωρίζουν και να εκτιμούν τις καταστάσεις ή τα γεγονότα που τους κάνουν να αισθάνονται καλά</li> </ul>	<p>Η καλοσύνη</p> 	<p>3ο εργαστήριο (1 διδακτική ώρα)</p> <p>Ένα αληθινό σενάριο καλοσύνης! Η εκπαιδευτικός ζητά από τους μαθητές να οργανωθούν σε μικρές ομάδες (3-4 μαθητών/τριών). Οι μαθητές/τριες καταγράφουν ο καθένας σε ένα λευκό χαρτί καλές πράξεις άλλων και δικές τους καλές πράξεις στο σχολείο σε δύο κάθετες στήλες. Στη συνέχεια κάθε ομάδα σε ένα λευκό φύλλο δημιουργεί τη/το δική/ό της/του ιστορία/σενάριο καλοσύνης, στο πλαίσιο της καθημερινής σχολικής ζωής, προσπαθώντας να συνδέσει τις καλές πράξεις που είναι καταγεγραμμένες από τον καθένα. Κάθε ομάδα</p>

		<p>παρουσιάζει την ιστορία/σενάριο της στην τάξη. Με βάση τις ιστορίες, ζητούμε από τα παιδιά να συζητήσουν τις ευκαιρίες και τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να κάνουν πράξεις καλοσύνης προς τους άλλους.</p>
<p>Οι μαθητές/τριες στο τέλος του εργαστηρίου, θα πρέπει να μπορούν: · Να εντοπίζουν τις προσωπικές τους στάσεις που επηρεάζουν την ευτυχία τους και την αυτοεκτίμησή τους · Να κατανοούν πώς οι εκδηλώσεις αγάπης προς τον εαυτό μας και τους άλλους συμβάλλουν στην αυτοεκτίμηση των ανθρώπων</p>	<p>Μαθαίνοντας για την αγάπη</p> 	<p>4<sup>ο</sup> εργαστήριο (1 διδακτική ώρα)</p> <p>1<sup>η</sup> δραστηριότητα: Αγάπη, με λέξεις και πράξεις! Τα παιδιά θα σκεφτούν και θα καταγράψουν στο χαρτί, τι είναι η Αγάπη, ποιες είναι οι μορφές της και με ποιους τρόπους μπορούν να την εκφράσουν (λέξεις και πράξεις).Ειδικότερα, θα πρέπει να βρουν λέξεις που συνδέονται με την Αγάπη, όπως είναι η φροντίδα, η καλοσύνη, κλπ., πράξεις και διαφορετικά είδη αγάπης, όπως η αγάπη που έχουμε για τον εαυτό μας, μητρική, αδελφική για τις τέχνες, για τη μάθηση κ.λπ. Αναστοχασμός. Τι έμαθα; Πως αισθάνθηκα; Τι μπορώ να εφαρμόσω; Τι είναι η Αγάπη; Από που ξεκινάει; Σε ποιους/τι μπορεί να απευθύνεται;</p>
<p>Οι μαθητές/τριες στο τέλος του εργαστηρίου, θα πρέπει να μπορούν: · Να κατανοήσουν τι είναι τα</p>	<p>Τα δυνατά στοιχεία του χαρακτήρα μου</p>	<p>5<sup>ο</sup> εργαστήριο (1 διδακτική ώρα)</p> <p>1<sup>η</sup> δραστηριότητα:</p>

<p>δυνατά στοιχεία του χαρακτήρα · Να εντοπίζουν τα δυνατά στοιχεία του χαρακτήρα τους και να μάθουν πως να τα χρησιμοποιούν στη ζωή</p>		<p>Η ιστορία του αλυσοδεμένου ελέφαντα! Τα παιδιά, σε κύκλο, θα ακούσουν την ιστορία του αλυσοδεμένου ελέφαντα από το βιβλίο: Να σας πω μια ιστορία, Jorge Bucay. Η ιστορία δίνει στα παιδιά την ευκαιρία, με απλό και κατανοητό τρόπο να σκεφτούν σχετικά με τα δυνατά στοιχεία του χαρακτήρα τους και να συνειδητοποιήσουν πως τα ισχυρά στοιχεία βρίσκονται μέσα στον/στην καθένα/μία. Αναστοχασμός. Τι έμαθα; Πως αισθάνθηκα; Τι μπορώ να εφαρμόσω; Τι είναι τα δυνατά στοιχεία του χαρακτήρα; Μπορώ να εντοπίσω τα δικά μου δυνατά στοιχεία του χαρακτήρα;</p>
<p>Οι μαθητές/τριες στο τέλος του εργαστηρίου, θα πρέπει να μπορούν: · Να παρατηρήσουν πώς το περιβάλλον μπορεί να επηρεάσει τη διάθεση · Να ανακαλύψουν πώς η αλλαγή του περιβάλλοντος μπορεί να αλλάξει τη διάθεση και πώς μπορούμε να το κάνουμε αυτό με θετικό τρόπο · Να γνωρίσουν πώς η άσκηση και το να είναι σε εξωτερικούς χώρους μπορούν να αλλάξουν τον τρόπο που αισθάνονται.</p>	<p>Φύση και σωματική άσκηση=Υγεία, Θετική σκέψη</p> 	<p>6<sup>ο</sup> εργαστήριο (1 διδακτική ώρα) Ενδεικτική δραστηριότητα: Οι μαθητές καταγράφουν τα είδη της φυσικής δραστηριότητας που κάνουν, τον χρόνο που δαπανούν για αυτό, αλλά και πως αισθάνονταν πριν και μετά την άσκηση, σημειώνοντας τη θετική αλλαγή/επίδραση. Κάθε παιδί παρουσιάζει στην τάξη την πιο όμορφη από τις στιγμές φυσικής δραστηριότητας (αναφέροντας και τα χαρακτηριστικά της είδος, χρόνος κ.λπ.) και πως ένιωσε.</p>

<p>Οι μαθητές να είναι σε θέση να προβούν σε αξιολόγηση του προγράμματος με σύνδεση της προϋπάρχουσας γνώσης και επέκτασης της νέας γνώσης. Επίσης, να παρακολουθούν και να ελέγχουν την πορεία της σκέψης τους μέσα από την έκφραση «Τότε νόμιζα-Τώρα ξέρω».</p>	<p>Βελτιώνομαι και προχωρώ-Αξιολόγηση</p> 	<p>7<sup>ο</sup> εργαστήριο (1 διδακτική ώρα)</p> <p>Η εκπαιδευτικός συζητά με τους μαθητές τα ακόλουθα ερωτήματα:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Τι συνδέεται με όσα ήδη γνωρίζετε για τον θετικό τρόπο σκέψης</li> <li>• Τι έχει επεκτείνει τη σκέψη σας προς νέες ή και διαφορετικές κατευθύνσεις;</li> <li>• Τι παραμένει αδιευκρίνιστο;</li> </ul>
---	---	---

<p><b>Εκπαιδευτικό Υλικό/ Συνδέσεις /Βιβλιογραφία</b></p>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>ΙΕΠ Επιμορφωτικό υλικό της Πλατφόρμας των Εργαστηρίων</i></li> <li>2. <i>Τα σχολικά βιβλία ,όπου γίνεται σε αυτά αναφορά στη θετική σκέψη</i></li> <li>3. <i>Βιβλίο Φυσικής Αγωγής Ε΄,ΣΤ΄τάξης</i></li> <li>4. <i>Η ιστορία του αλυσοδεμένου ελέφαντα από το Jorge Bucay.</i></li> </ol>