

Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα



«Οι καλύτεροί μου οδηγοί...
ο εαυτός μου και τα συναισθήματά μου»

Οδηγός Υλοποίησης



ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

2

Γνωστικό Αντικείμενο: Αγωγή Υγείας – Συναισθηματική Αγωγή - Γλώσσα

Σύνδεση με το Πρόγραμμα Σπουδών:

Συναισθηματική αγωγή στο πλαίσιο της Ευέλικτης Ζώνης και της Αγωγής Υγείας

Διδακτική Προσέγγιση:

Η διδακτική προσέγγιση είναι η βιωματική.

Τάξη: Δ'-Ε'-ΣΤ' Δημοτικού

Χρονική Διάρκεια: 45 ΛΕΠΤΑ

Χώρος: Εργαστήριο πληροφορικής

Υλικά & Μέσα: Ηλεκτρονικοί υπολογιστές, προτζέκτορας, δραστηριότητες, φύλλα εργασίας.

Εκπαιδευτικό Πρόβλημα:

Η επίγνωση του εαυτού, τα συναισθήματα μου και τα προτερήματά μου...

Στόχοι:

Οι μαθητές να:

- ο Εξοικειωθούν με τα συναισθήματα
- ο Αναγνωρίζουν τις περιστάσεις που τους κάνουν να αισθάνονται θυμό
- ο Αντιληφθούν τις δεξιότητές τους και τα προτερήματά τους
- ο Κατανοήσουν τις αδυναμίες τους και ότι μπορούν να τις διαχειριστούν με τρόπο θετικό για αυτούς.

Προσδοκώμενα Μαθησιακά Αποτελέσματα:

Οι μαθητές με το πέρας των δραστηριοτήτων εκτός των στόχων που αναφέρονται παραπάνω, θα μπορούν να χρησιμοποιούν ικανοποιητικά εφαρμογές στον Η/Υ, θα εξασκηθούν στην ενεργή ακρόαση και συζήτηση, καθώς και θα μπορούν να προβλέπουν τις συνέπειες των πράξεων τους.

Συνοπτική Περιγραφή Περιεχομένου:

Η αναγνώριση των συναισθημάτων και η αυτοεκτίμηση.



ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Δραστηριότητα 1η:

Ποιο είναι το όνομά μου;

Για τη δραστηριότητα αυτή ο εκπαιδευτικός θα έχει ζητήσει από τα παιδιά να κάνουν μια μικρή έρευνα από την προηγούμενη ημέρα.

- Από πού πήραν το όνομά τους, και
- Τι σημαίνει το όνομά τους.

Στο **Φύλλο Εργασίας 1: το όνομά μου** συμπληρώνουν τις απαντήσεις τους και στη συνέχεια ένας άλλος συμμαθητής τους αναλαμβάνει να παρουσιάσει τις απαντήσεις τους στην ολομέλεια.

Φύλλο Εργασίας 1: το όνομά μου

Δραστηριότητα 2η:

Τα χρώματα των συναισθημάτων

Ο εκπαιδευτικός σε ολομέλεια εξηγεί ότι τα συναισθήματα έχουν χρώματα και μάλιστα ο κάθε άνθρωπος έχει διαφορετικά χρώματα για τα συναισθήματα, για παράδειγμα το κόκκινο χρώμα για κάποιον μπορεί να συμβολίζει την αγάπη, για άλλον το θυμό και για άλλον το πάθος.

Με τη δραστηριότητα αυτή οι μαθητές θα δώσουν χρώματα στα συναισθήματα.

Αφού παίξουν το drag and drop on picture της δραστηριότητας, σε ολομέλεια συζητούν ποια χρώματα αντιστοίχησαν με ποιο συναίσθημα.

Ποια χρώματα θα ήθελαν να έχει η τάξη τους;

Drag and Drop: τα χρώματα των συναισθημάτων

Δραστηριότητα 3η:

Τι είναι αυτό που με θυμώνει;

Σε ολομέλεια ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά ότι ο θυμός είναι ένα πολύ ισχυρό συναίσθημα που αν δεν ξέρουμε πώς να το χειριστούμε μπορεί να έχει πολύ άσχημες συνέπειες για εμάς και τους γύρω μας. Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να σκεφτούν την τελευταία φορά που θύμωσαν και με ποιον τρόπο αντέδρασαν. Αφού μοιραστούν μερικές εμπειρίες, τότε οι μαθητές ατομικά συμπληρώνουν την έρευνα.

Στη συνέχεια σε ολομέλεια συζητούν γιατί τους θυμώνουν οι συγκεκριμένες περιστάσεις, ενώ κάποιες άλλες δεν τους θυμώνουν. Συζητούν τρόπους αντίδρασης και σκέφτονται τις συνέπειες κάθε αντίδρασης.

Έρευνα: «Τι είναι αυτό που με θυμώνει;»



Δραστηριότητα 4η:

Σχετικά με εμένα:

Σε ολομέλεια ο εκπαιδευτικός εξηγεί ότι θα εστιάσουν στα θετικά γνωρίσματα τους και θα σκεφτούν τομείς αδυναμίας που χρήζουν βοήθειας. Για παράδειγμα είμαι πολύ καλός στο ποδόσφαιρο ή μου αρέσει να βοηθάω τους άλλους, όταν θυμώνω βρίζω πολύ άσχημα κ.α. Οι μαθητές στη συνέχεια συμπληρώνουν τα λουλούδια τους, αφού επιλέξουν και κατεβάσουν το αρχείο που θέλουν. Διαλέγουν ένα χρώμα που τους αρέσει για τα δυνατά σημεία τους και ένα άλλο για αυτά που χρειάζονται να δουλέψουν. Αναρτούν τις εργασίες τους.

Σχετικά με εμένα – Ανάθεση εργασίας

Δραστηριότητα 5η:

Η ασπίδα μου

Κάθε μαθητής σχεδιάζει την ασπίδα του που χωρίζεται σε 4 μέρη:

- ο Ποια είναι τα ταλέντα του και οι δεξιότητές του
- ο Ανθρώπους που είναι σημαντικοί για αυτόν
- ο Το αγαπημένο του μέρος
- ο Ένα γεγονός στη ζωή του που τον έκανε να αισθανθεί ιδιαίτερα περήφανος.

Σε ολομέλεια παρουσιάζουν τις ασπίδες τους. Συζητούν για τις ομοιότητες και τις διαφορές των ασπίδων τους. Πόσο εύκολο ήταν να σκεφτούν θετικά για τον εαυτό τους και να τα τοποθετήσουν πάνω στις ασπίδες τους;

Η ασπίδα μου- Ανάθεση εργασίας

ΕΠΕΚΤΑΣΕΙΣ

Εγώ και τα συναισθήματά μου

Οι μαθητές σημειώνουν στο **Φύλλο Εργασίας 2: τα συναισθήματά μου** και στη συνέχεια συζητούν σε ολομέλεια. Εδώ να τονιστεί ότι οι μαθητές απαντούν όσες ερωτήσεις θέλουν και μοιράζονται ό,τι θέλουν.

Φύλλο Εργασίας 2: τα συναισθήματά μου - Ερωτηματολόγιο



ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Πώς αξιολογώ τον εαυτό μου;

Οι μαθητές με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού απαντούν το **Φύλλο Εργασίας 3: πώς αξιολογώ τον εαυτό μου;**. Αν υπάρχει χρόνος οι μαθητές παρουσιάζουν σε ολομέλεια.

Φύλλο Εργασίας 3: πώς αξιολογώ τον εαυτό μου; - Ερωτηματολόγιο

5

ΠΗΓΕΣ

Βιβλιογραφία

Σίμου, Β., (2012), *Αξίζω*, Καλέντης

Plummer, D. (2009), *Παιχνίδια αυτοεκτίμησης για παιδιά*, Πατάκης

Rogers, V., (2012), *Παιχνίδια συναισθηματικής αγωγής για παιδιά: συμπεριφορά, αυτοπεποίθηση, φιλία συνεργασία*, Πατάκης

Πίνακας βασικών συναισθημάτων

[https://docs.google.com/file/d/0B1D_8Mc85jb4QWo0RXRYRm9CLUE/edit]