|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| cali | | |  |  | |
| «Ο πυξιδούλης και η πυξιδούλα στο νηπιαγωγείο» /  ΠΥΞΙΔΑ - ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ ΕΞΑΡΤΗΣΗΣ ΑΠΟ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ | | |  | Θεματική:Ζω καλύτερα - Ευ ζην  Υποθεματική: Αυτομέριμνα και πρόληψη, Πρόληψη εξαρτήσεων, Ψυχική υγεία  Απευθύνεται σε μαθητές/μαθήτριες:Νηπιαγωγείου  Διάρκεια στο τετράμηνο:10 εργαστήρια/ κυμαινόμενη διάρκεια | |
|  | | |  |  | |
| **Περιγραφή (50-100 λέξεις)** Ο «Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα στο*νηπιαγωγείο» είναιέναπρόγραμμαπρόληψης και αγωγήςυγείας που σχεδιάστηκε από το Κέντρο Πρόληψης .Πυξίδα με στόχο την εφαρμογήπρογραμμάτωνπρόληψης στην προσχολικήηλικία σύμφωνα με την ελληνικήπραγματικότητα. Ηνηπιακήηλικίααποτελεί μια κατάλληλη και γόνιμηπερίοδο για την ανάπτυξηπαρεμβάσεωνπρόληψης. Πρόκειται για έναδομημένουλικό, με σαφείςστόχους και μεθοδολογία, που προσφέρειστους/στιςνηπιαγωγούςτρόπουςανάπτυξηςσυγκεκριμένωνθεμάτων, που αφορούν στην καλλιέργειασυναισθηματικών και κοινωνικώνδεξιοτήτων των παιδιών (επικοινωνία, αναγνώριση και έκφρασησυναισθημάτων, ενίσχυση της αυτοεκτίμησης)και στη διαχείρισηθεμάτωνψυχικήςυγείας στη νηπιακήηλικία. Διαπραγματεύεται 4 θεματικέςενότητες, που αναπτύσσονται σε 10 συναντήσεις: ομαδικότητα, υγιείς συνήθειες, αυτοεκτίμηση, συναισθήματα.* Απευθύνεται τόσο στους εκπαιδευτικούς όσο και στους γονείς, δηλαδή τους σημαντικούς ενηλίκους που περιβάλλουν τα παιδιά και έχουν τον κύριο λόγο σε θέματα διαπαιδαγώγησης τους. Στόχος μας είναι η υποστήριξή τους στην εφαρμογή προγραμμάτων πρόληψης και αγωγής υγείας στα παιδιά **Στοχευόμενες δεξιότητες** **Δεξιότητες Μάθησης**  Κριτική σκέψη (Critical thinking)  Επικοινωνία (Communication)  Συνεργασία (Collaboration) Δημιουργικότητα (Creativity **Δεξιότητες Ζωής**  Aυτομέριμνα  Κοινωνικές Δεξιότητες  Ενσυναίσθηση και ευαισθησία  **ΜΙΤ: Δεξιότητες της τεχνολογίας και της επιστήμης**  Ψηφιακός γραμματισμός (digital literacy)  **Δεξιότητες του Νου**  Κατασκευές **Δραστηριότητες** **1ο εργαστήριο: Βασική ενότητα:**  **«Ο ΠΥΞΙΔΟΥΛΗΣ, Η ΠΥΞΙΔΟΥΛΑ ΚΑΙ Ο ΜΑΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ»1η Κάρτα**  **Στόχοι**  \_Γνωριμία με τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλη  \_Εισαγωγή του μαγικού κύκλου  \_Να οριστούν οι βασικοί κανόνες λειτουργίας της ομάδας.  **Υλικά που θα χρειαστείτε**  \_Δύο κούκλες (θα μπορούσαν να είναι ζωάκια) που θα παίζουν τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα  \_Ένα μαγικό αντικείμενο (π.χ. μπαλάκι, κογχύλι, ραβδί κ.λ.π.)  \_Μία μεγάλη κόλλα χαρτί  \_Μαρκαδόρους  **Δραστηριότητα**  Εισάγοντας το πρόγραμμα παρουσιάζετε μ’ ένα θεατρικό τρόπο στα παιδιά τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα (π.χ. σα να μιλάνε οι κούκλες μόνες τους) και αφηγείστε την ιστορία τους. (Βλ. ιστορία στον οδηγό).  Στη συνέχεια μέσα από την ιστορία ορίζετε τους κανόνες του προγράμματος (π.χ. θα καθόμαστε όλοι σε έναν κύκλο που είναι μαγικός, θα μιλάει μόνο αυτός που κρατάει το μαγικό αντικείμενο, θα ακούμε και θα σεβόμαστε ο ένας τον άλλον και θα συζητάμε διάφορα πράγματα, θα παίζουμε κ.λ.π.).  Έπειτα, δίνετε με τη σειρά στα παιδιά το μαγικό αντικείμενο και όποιος το κρατάει, μπορεί να πει, τι άλλο επιθυμεί να έχει αυτός ο μαγικός κύκλος και πώς να συμπεριφερόμαστε μεταξύ μας, έτσι ώστε να περνάμε όλοι καλά. Τέλος, καταγράφετε όλες τις απαντήσεις των παιδιών στη μεγάλη κόλλα του χαρτιού και τις ονομάζετε **«οι χρυσοί κανόνες της ομάδας μας»** (ή όπως αλλιώς επιθυμείτε). Φροντίζετε να τους υπενθυμίζετε ότι μ’ αυτούς τους κανόνες θα λειτουργούμε πάντα όταν κάνουμε το μαγικό κύκλο και θα προσπαθούμε όλοι για την τήρησή τους. Ο Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα αποχαιρετούν τα παιδιά για σήμερα και δίνουν ραντεβού  για την επόμενη συνάντηση, όπως αυτή έχει οριστεί από τη δασκάλα (π.χ. την επόμενη Παρασκευή)  **2ο εργαστήριο: Εγώ +Εσύ= Ομάδα μας**  **«Η ΜΑΓΙΚΗ ΚΟΥΒΕΡΤΑ» 2η Κάρτα**  **Στόχοι**  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.  **Υλικά που θα χρειαστείτε**  \_Ένα μαλακό μεγάλο ύφασμα (μία  κουβέρτα ή ένα μεγάλο πανί)  **Δραστηριότητες**  *Εισαγωγική δραστηριότητα:* Η βροχή: Μπείτε σε κύκλο και παίξτε το παιχνίδι της βροχής.(βλ. οδηγίες για τη βροχή στον οδηγό)  *Κύρια δραστηριότητα:*  Είναι σημαντικό να εξηγήσετε στα παιδιά ακριβώς τι θα κάνετε, ώστε να γνωρίζουν τι θα ακολουθήσει. Αυτό θα βοηθήσει στο να αποφευχθούν πιθανοί φόβοι από το γεγονός ότι θα τα καλύψετε με την κουβέρτα. Μπορείτε να δείξετε πως θα γίνει αναπαριστώντας κι εσείς τη  διαδικασία και δείχνοντας τι θα κάνουν.  Στη συνέχεια και αφού είστε σίγουρος /η ότι τα παιδιά δε φοβούνται μπορείτε να πείτε: «Λοιπόν σήμερα θα παίξουμε ένα παιχνίδι με μαγικά».  Ζητείστε από τα παιδιά να χωριστούν σε ομαδούλες (τρεις ή τέσσερις ανάλογα με τον αριθμό) ή χωρίστε τα εσείς και δώστε σε κάθε ομάδα ένα όνομα (από χρώμα, από λουλούδια κτλ.). Στη συνέχει πείτε στη μία ομάδα να καθίσει στο κέντρο της αίθουσας στο πάτωμα, το ένα παιδί κοντά στο άλλο. Βάλτε την κουβέρτα από πάνω τους και δώστε την οδηγία: «Όταν θα βγάλω την κουβέρτα θα είστε …(ονομάστε ένα ζώο π.χ. σκυλάκια, ελέφαντες, μαϊμούδες, άλογα, λιοντάρια, κτλ.).» Όταν σηκώσετε την κουβέρτα μπορείτε να πείτε και κάποια μαγικά λόγια, ώστε να εισάγετε το φανταστικό. Σηκώστε την κουβέρτα και αφήστε τα παιδιά να αναπαραστήσουν τα ζωάκια που τους είπατε με ήχους και κινήσεις για  15-20 δευτερόλεπτα περίπου. Στη συνέχεια κάνετε το ίδιο και με τις υπόλοιπες ομάδες. Οι ομάδες που δε συμμετέχουν κάθονται γύρω - γύρω και παρατηρούν. Αφού περάσουν όλες οι ομάδες, καλείτε όλα τα παιδιά  μαζί να μπουν κάτω από τη μαγική κουβέρτα και τότε εσείς λέτε : «Τώρα το κάθε παιδί μπορεί να γίνει ότι ζώο θέλει» λέγοντας και τα μαγικά που λέγατε και πριν. Βγάζετε την κουβέρτα και το κάθε παιδί αναπαριστά αυτό που έχει επιλέξει. Τέλος, κάνοντας έτσι τη μεγάλη οικογένεια των ζώων, ξαναμπαίνουν από κάτω και εσείς κάνετε μαγικά να ξαναγίνουν παιδιά, όπως πρινΓια να ολοκληρώσετε το παιχνίδι, καθισμένοι σε ένα κύκλο, ρωτήστε τα παιδιά για τις εντυπώσεις τους, όταν έκαναν τα ζώα που τους λέγατε εσείς αλλά και πιο ζώο επέλεξαν μόνα τους και γιατί. Πώς ήταν να είναι όλοι μαζί παρέα κάτω από την κουβέρτα; Πώς ήταν που έπαιζαν σε ομάδες; Πώς ήταν που ο καθένας ήταν ένα διαφορετικό ζώο; Μπορείτε να κάνετε μια μικρή συζήτηση για τα χαρακτηριστικά των  ζώων που αναφέρονται και τις επιλογές τους.  **Ο χορός της βροχής(οδηγίες)**  Είναι ένας απλός ομαδικός «χορός» που βοηθά την ομάδα ναεπικεντρωθεί σε αυτό που θα ακολουθήσει και λειτουργεί και εμψυχωτικά «Θα χορέψουμε ένα χορό που χορεύουν οι Ινδιάνοι όταν θέλουν να προκαλέσουν βροχή. Στεκόμαστε όρθιοι στον κύκλο». Ο \η συντονιστής/στρια ξεκινάει μια κίνηση, η οποία μεταδίδεται σταδιακά από τον έναν στον άλλο πάντα προς την ίδια φορά. Ο καθένας«παίρνει» την κίνηση από το διπλανό του και συνεχίζει με την ίδια κίνησηώσπου ο διπλανός να του δείξει τη νέα κίνηση. Π.χ. τρίβει τα χέρια τουμέχρι ο διπλανός του, από την ίδια πλευρά πάντα, να του δείξει ότιπρέπει να χτυπήσει τα δάχτυλα.Οι κινήσεις δίνονται με την εξής σειρά: α) οι παλάμες ανοιχτές τρίβονται κυκλικά η μία πάνω στην άλλη β) χτυπάμε τα δάχτυλα, όπως όταν γλεντάμε γ) χτυπάμε τη γλώσσα στον ουρανίσκο δ) παλαμάκια ε)χτυπάμε με τα χέρια τους μηρούς στ) χτυπάμε τα πόδια στο πάτωμαΜπορείτε να επαναλάβετε τη σειρά των κινήσεων όσες φορές θέλετε,ώστε να δώσετε και το χρόνο στα μέλη της ομάδας να συντονιστούνκαλύτερα. Ο ένας γύρος περιλαμβάνει τις κινήσεις από α) έως στ) και έως α).  **3ο εργαστήριο: Εγώ +Εσύ= Η Ομάδα μας**  **«ΕΝΑΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΚΑΙ ΟΛΟΙ ΓΙΑ ΕΝΑΝ» 3η Κάρτα**  **Στόχοι:**  \_Να καταλάβουν τα παιδιά ότι όλοι έχουν κοινά χαρακτηριστικά που τους  κάνουν να μοιάζουν.  \_Να εξοικειωθούν με τη λειτουργία της ομάδας.  \_Να αισθανθούν σημαντικά μέλη της ομάδας.  **Υλικά που θα χρειαστείτε**  \_Μόνο κέφι για τη σημερινή συνάντηση!  **Δραστηριότητες**  **Εισαγωγική δραστηριότητα**:  Το σπασμένο τηλέφωνο: κάθεστε σε κύκλο και λέτε στα παιδιά μια λέξη που τη μεταφέρει το ένα στο άλλο και ο τελευταίος πρέπει να τη φωνάξει.  **Κύρια δραστηριότητα:**  Ο κύκλος με τα κοινά: κάθεστε σε κύκλο με μία καρέκλα λιγότερη και ένας μένει όρθιος στη μέση (ξεκινήστε εσείς). Λέτε στα παιδιά διάφορα πράγματα όπως:  «Να σηκωθούν όσοι έχουν καστανά μαλλιά»,  «Να σηκωθούν όσοι αγαπούν τις τηγανητές πατάτες».  Όσα παιδιά πιστεύουν ότι τους αφορά αυτό που λέγεται, θα πρέπει να αλλάξουν θέση μεταξύ τους. Ένα θα μείνει και πάλι όρθιο. Αυτό το παιδί είναι, που θα δώσει την επόμενη εντολή. Όταν ολοκληρώσετε το παιχνίδι (καλό είναι να σηκωθούν όλα τα παιδιά από μία φορά) συζητήστε με τα παιδιά πως τους φάνηκε. Αναφερθείτε στα κοινά που μπορεί να είχαν τα παιδιά μεταξύ τους και αν έμαθαν κάποια πράγματα για κάποιους άλλους. Είναι σημαντικό να μείνετε στην ιδέα ότι όλοι μπορεί να έχουμε  κάποια κοινά με τους άλλους, να μοιραζόμαστε πράγματα με τους άλλους και να μαθαίνουμε για τους άλλους.  **4ο εργαστήριο: Υγιείς Συνήθειες**  «ΦΡΟΝΤΙΖΩ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ» Κάρτα 4η  **Στόχοι**  \_Να μάθουν τα παιδιά να αξιολογούν και να κρίνουν  αυτό που είναι καλό από αυτό που είναι κακό.  \_Ενίσχυση της κριτικής τους σκέψης.  \_Εκμάθηση υγιών συνηθειών.  **Υλικά**  \_«Λιμνούλα ψαρέματος» (μεγάλο πλαστικό μπολ ή λεκάνη, που τα παιδιά γεμίζουν με φανταστικό νερό)  \_Αρκετά καλάμια ψαρέματος (βέργες, στις οποίες δένουμε σκοινί ή πετονιά και στην άκρη κάθε σκοινιού τυλίγουμε ένα μαγνητάκι)  \_«Ψαράκια». Κομμένες εικόνες από καταλόγους και  περιοδικά από 15 ασφαλή και υγιή πράγματα που κάνουμε και 8 μη ασφαλή και μη υγιή πράγματα που κάνουμε. Οι εικόνες μπορεί να διαφέρουν: από παιδιά που κάνουν σπορ ή διαβάζουν ως ενήλικες που  καπνίζουν τσιγάρα. Μπορείτε, αν θέλετε, να κόψετε τις φωτογραφίες σε σχήμα ψαριού και να τις κολλήσετε σε χαρτόνια επίσης κομμένα σε σχήμα ψαριού.  \_Συνδετήρες σε κάθε «ψαράκι»  **Δραστηριότητα**  Κανόνες παιχνιδιού:  \_Τα παιδιά δουλεύουν σε ζευγάρια, αλλάζοντας σειρά.  \_Ένα παιδί ρίχνει το μαγνήτη μέσα στη λιμνούλα και πιάνει ένα ψαράκι. Αν είναι ένα «υγιές ψάρι», ο ψαράς το κρατάει. Αν είναι ένα «μη υγιές ψάρι», το ρίχνει πίσω στη λιμνούλα και ο ψαράς συνεχίζει μέχρι να πιαστεί ένα καλό ψάρι.  \_Το άλλο παιδί παίζει με τη σειρά του.  \_Τα παιδιά συνεχίζουν να παίζουν μέχρι να πιάσουν το όριο της ημέρας (το οποίο ανακοινώνεται στην αρχή του παιχνιδιού, π.χ. «πέντε ψαράκια»). Κλείνοντας με τη βοήθεια του Πυξιδούλη και της Πυξιδούλας συζητήστε με τα παιδιά τι μάθανε με το σημερινό ψάρεμα. Ποια ψαράκια τους έμαθαν τι πρέπει να κάνουν και ποια τι πρέπει να αποφεύγουν.  **Εναλλακτικές δραστηριότητες**  Μπορείτε να κάνετε και άλλα σετ ψαριών, π.χ. «Άνθρωποι που εμπιστεύομαι»,  «Ασφαλή μέρη για να παίζω» κλπ.  Ένα παιδί μπορεί και να παίζει και μόνο του, αν θέλει, μέχρι να πιάσει το «όριο».  **5ο εργαστήριο:Υγιείς συνήθειες**  **«ΖΩ ΜΕ ΥΓΕΙΑ» 5η Κάρτα**  **Υλικά**  Μια λίστα από ιδέες - γρίφους που δραματοποιούν υγιείς και ασφαλείς  Δραστηριότητες (βλ. οδηγό εκπαιδευτικού)  **Δραστηριότητα**  Βάλτε τα παιδιά να καθίσουν άνετα στο πάτωμα, στα καρεκλάκια τους ή σε μαξιλαράκια σε κύκλο. Εξηγήστε ότι θα κάνετε κάτι με παντομίμα και τα παιδιά θα προσπαθήσουν να μαντέψουν τι είναι αυτό. Σιγουρευτείτε ότι όλα καταλαβαίνουν πως θα πρέπει απλά να παρατηρήσουν προσεκτικά και να σκεφτούν χωρίς να μιλήσουν. Πείτε στους μαθητές: «Όταν πιστεύετε ότι έχετε την απάντηση, σηκώστε το χέρι σας. Μετά περιμένετε να σας φωνάξω». Αφού έχετε δείξει δυο –τρεις γρίφους και τα παιδιά έχουν καταλάβει πώς παίζεται το παιχνίδι, αφήστε το επόμενο άτομο που μαντεύει σωστά να έχει την ευκαιρία να είναι στη «σκηνή». Εξηγήστε τη διαδικασία στα παιδιά:  \_Το άτομο που σηκώνεται επάνω λέγεται ηθοποιός.  \_Αυτό το παιδί (ο /η ηθοποιός) δεν πρέπει να μιλάει καθόλου.  \_Αυτό το παιδί (ο /η ηθοποιός) θα προσπαθήσει να προσποιηθεί ότι κάνει κάτι χωρίς ναμιλάει καθόλου, μόνο με το σώμα του. Αυτό το λέμε παντομίμα.Μπορείτε, αν θέλετε, να γράψετε τις ιδέες γρίφους σε χαρτάκια για τα παιδιά ή να φτιάξετεεικόνες και να τις βάλετε μέσα σε ένα καπέλο. Μπορείτε να τα βοηθήσετε να διαβάσουν την κάρτα τους ψιθυρίζοντας στο αυτί τους το γρίφο ή απλώς να τους δείξετε τη εικόνα, πουτους έτυχε. Θυμίστε στα υπόλοιπα παιδιά: «Όταν πιστεύετε ότι καταλάβατε τι κάνει ο /ηθοποιός, σηκώστε το χέρι σας. Μη φωνάξετε την απάντηση μέχρι να σας πω εγώ».Αν τα παιδιά έχουν δυσκολία να μαντέψουν την πράξη που παίζεται με παντομίμα, δώστεπροφορικές οδηγίες κατά τη διάρκεια που ο /η ηθοποιός την παίζει ξανά. (Για παράδειγμα,αν η πράξη είναι «παίζω πιάνο», δώστε ιδέες όπως: «Τα χέρια του κινούνται, ενώ ταδάχτυλα του κάνουν κάτι», «Μπορεί κάποιος ν’ ακούσει κάτι απ’ αυτό που κάνει κ.λ.π.). Προσπαθήστε να δώσετε αρκετό χρόνο για να αφήνετε τα παιδιά να σκεφτούν, πριν νααπαντήσουν λεκτικά. Μπορεί να χρειάζεται να δώσετε σαφείς οδηγίες και στους ηθοποιούςεπίσης.Είναι σημαντικό μετά από κάθε παντομίμα να γίνει μια κουβέντα με τα παιδιάγια το τι πιστεύουν γι’ αυτό που έδειξε ο συμμαθητής τους. Είναι κάτι πουβοηθά ή κάτι που βλάπτει;  **6ο εργαστήριο:Αυτοεκτίμηση**  **«ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ ΜΟΥ» Κάρτα 6η**  **Στόχοι**  \_Να γνωρίσουν τα παιδιά καλύτερα τον εαυτό τους (αυτογνωσία) και τους άλλους.  \_Να μάθουν να παρουσιάζουν τον εαυτό τους στους άλλους.  \_Να μάθουν να ακούνε προσεκτικά.  **Υλικά**  \_Κόλλες χαρτί με θέματα (βλ. ιδέες στον οδηγό) γραμμένα στη βάση του χαρτιού  \_Χαρτιά κανσόν / διάφορα χαρτιά χειροτεχνίας  \_Περιοδικά  \_Ψαλίδια, κόλλες, συνδετήρες, τρυπητήρι και κορδέλες  **Δραστηριότητα**  Αυτήν την εβδομάδα τα παιδιά θα φτιάξουν ένα βιβλίο για τον εαυτό τους! Μπορείτε να διαλέξετε θέματα από τον παρακάτω κατάλογο ή να φτιάξετε τις δικές σας κατηγορίες. Διαλέξτε και γράψτε μια πρόταση στη βάση μιας κόλλας χαρτιού. Μετά κάντε αρκετά αντίτυπα από αυτήν τη σελίδα για κάθε παιδί. Ξεκινήστε συζητώντας την πρόταση με τα παιδιά. Μπορείτε να δουλέψετε αυτήν τη συγκεκριμένη κάρτα για δύο ή τρεις μέρες, αν επιθυμείτε να δώσετε περισσότερο χρόνο και να καλύψετε περισσότερα θέματα  **Θέματα που μπορείτε να βάλετε στις λευκές σελίδες**  Τι μου αρέσει να κάνω / τρώω / πίνω  Τι σπορ ή παιχνίδια μ’ αρέσει να παίζω ή να παρακολουθώ  Τι θέλω να μάθω / εξερευνήσω / βρω / κάνω / λύσω  Για ποιο πράγμα είμαι περίεργος /η  Πώς είναι οι φίλοι μου, η Πυξιδούλα και ο Πυξιδούλης  Πώς είναι η οικογένειά μου / Πώς είμαι εγώ  Τι με κάνει να χαίρομαι/ να λυπάμαι / να φοβάμαι  Μια εκπομπή στην τηλεόραση που με βοηθάει ή μου μαθαίνει πράγματα  Δώστε στα παιδιά να δούνε περιοδικά και να κόψουνε φωτογραφίες που να λένε για τον εαυτό τους. Για παράδειγμα, αν το θέμα είναι «Τι μου αρέσει να τρώω» οι μαθητές θα κόψουν φωτογραφίες από τα αγαπημένα τους φαγητά και θα τις κολλήσουν στο χαρτί με τη δραστηριότητα. Κρατήστε τα χαρτιά μέχρι να ολοκληρωθούν όσες σελίδες έχετε επιλέξει να κάνετε. (Βεβαιωθείτε ότι κάθε σελίδα έχει επάνω το όνομα του παιδιού.) Μετά αφήστε τους να διαλέξουν δύο σελίδες από χρωματιστό χαρτόνι για εξώφυλλα και να ζωγραφίσουν μια εικόνα του εαυτού τους από μπροστά. Βοηθήστε τα κάνοντας βιβλιοδεσία ή βάζοντας κορδέλα στο πλάι σε τρύπες που θα έχετε ανοίξει με το τρυπητήρι. Μετά αρχίζει το μοίρασμα! Κάθε παιδί παρουσιάζει το βιβλίο του και τα υπόλοιπα προσπαθούν να το ακούνε προσεκτικά. Αφού τελειώσουν όλοι οι μαθητές, μπορούν να κάνουν ερωτήσεις μεταξύ τους ή να συζητήσετε όλοι μαζί τυχόν ομοιότητες ή διαφορές που παρατηρήσανε.  **Εναλλακτικές δραστηριότητες**  Μπορείτε, αν θέλετε, να κόψετε εσείς φωτογραφίες από περιοδικά ή  μπορείτε ν’ αφήσετε να παιδιά να ζωγραφίσουν τις δικές τους εικόνες  αντί να κόψουν και να κολλήσουν φωτογραφίες. Μπορείτε ακόμη να  προτείνετε και τα δύο αν βολεύει κάποια παιδιά.  **7ο εργαστήριο: Αυτοεκτίμηση**  **«ΠΙΣΤΕΥΩ ΣΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ»**  **Υλικά**  Χρωματιστά χαρτάκια που κολλάνε,  πάνω στα οποία η δασκάλα έχει γράψει  τουλάχιστον μια λέξη ή μια φράση για να  περιγράψει ένα θετικό χαρακτηριστικό  κάθε μαθητή /μαθήτριας  **Δραστηριότητα**  Μιλήστε με τα παιδιά για το πόσο ξεχωριστοί και σημαντικοί άνθρωποι είναι. Ζητήστεαπό το καθένα να μοιραστεί με την ομάδα ένα πράγμα που θεωρούν ότι είναι καλό στονεαυτό τους ή κάτι που τους αρέσει στον εαυτό τους. Αν έχουν δυσκολία, βοηθήστε τα μεπροτάσεις όπως:  \_«Η Μαρία χαμογελάει πολύ»  \_«Ο Πάνος χτίζει πολύ ωραία κτίρια με τα τουβλάκια»  \_«Η Ελένη είναι πολύ χαρούμενη όταν ζωγραφίζει»  \_« Ο Γιώργος μοιράζεται τις μπογιές του και με τα άλλα παιδιά»  Μετά διαλέξτε μία λέξη ή φράση που αποδίδει ένα θετικό χαρακτηριστικό για κάθε παιδίκαι γράψτε την σ’ ένα χαρτάκι. Χρησιμοποιήστε λέξεις που περιγράφουν θετικάχαρακτηριστικά των μαθητών σας. Λέξεις όπως «ενθουσιώδης», «γελαστός / η»,«ευγενικός /η», «βοηθάει τους άλλους», «μοιράζεται με τους άλλους», «ακούειπροσεκτικά τους άλλους», «γελάει», «φιλικός /η» είναι θετικές και αληθινές για πολλάπαιδιά. Όσο μιλάτε για το ξεχωριστό, θετικό πράγμα που το κάθε παιδί κάνει ή είναι, ταυπόλοιπα παιδιά στην τάξη μπορούν να σκεφτούν να πουν και άλλα θετικά που βλέπουν. Ζητήστε από το κάθε παιδί να σηκωθεί, διαβάστε τη λέξη ή τη φράση στο χαρτάκι καικολλήστε το πάνω στο παιδί για να το φοράει και να το πάρει μαζί του στο σπίτι γιανα το δουν οι γονείς του και να το θαυμάσουν.  **Εναλλακτικές δραστηριότητες**  Εάν δεν έχετε χαρτάκια που κολλάνε, το ίδιο αποτέλεσμα μπορεί να επιτευχθείκόβοντας διάφορα σχήματα (ή ακόμη φτιάχνοντας χαρούμενα προσωπάκια ήχρωματιστά χαρτάκια χειροτεχνίας) και δένοντας τα με ταινία ή μια καρφιτσούλα ασφαλείας στο παιδί.  Μια άλλη εναλλαγή είναι να διαλέξετε «το παιδί της εβδομάδας». Κάθε  εβδομάδα η δασκάλα διαλέγει ένα/μια διαφορετικό/η μαθητή/τρια για να είναι τοπαιδί της εβδομάδας. Το παιδί ξαπλώνει κάτω και ζωγραφίζετε το περίγραμματου κορμιού του σε μια μεγάλη κόλλα χαρτιού. Μετά κάθε παιδί της τάξης λέειένα θετικό χαρακτηριστικό για το παιδί της εβδομάδας. Η δασκάλα γράφει κάθεπρόταση κάπου στο ζωγραφισμένο σώμα. Γράφετε το όνομα του παιδιού στηνκορυφή και κρεμάτε τη ζωγραφιά στην τάξη για να το βλέπουν όλοι μέχρι να  επιλέξετε το επόμενο παιδί. Κλείνοντας αξιοποιείστε τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα για να μάθετε πωςήταν για τα παιδιά να ακούνε όλα αυτά τα όμορφα λόγια για τους εαυτούς τους,αλλά και το να λένε όμορφα λόγια στους άλλους.  **8ο εργαστήριο: Συναισθήματα**  **«ΤΟ ΚΟΛΑΖ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ»**  **Στόχοι**  \_Να ενθαρρυνθούν τα  παιδιά να μιλήσουν για τα  συναισθήματα.  \_Να αναγνωρίσουν, πώς  εκφράζονται κάποια βασικά  συναισθήματα.  **Υλικά που θα χρειαστείτε**  \_Περιοδικά  \_Κόλλες  \_Ψαλίδια  \_Χαρτόνια χρωματιστά  \_Άλλα υλικά για κολάζ  \_Ένα καπέλο ή ένα κουβαδάκι  \_Ένα μικρό καθρέφτη  **Δραστηριότητες**  Εισαγωγική δραστηριότητα: Βάλτε ένα καθρεφτάκι μέσα στο καπέλο χωρίς να σας δουντα παιδιά. Καθίστε σε κύκλο και κρατήστε πρώτα εσείς το καπέλο. Κοιτάξτε μέσα (όπουβρίσκεται το καθρεφτάκι) και δείτε την εικόνα χωρίς να μιλήσετε. Στη συνέχεια περάστετο καπέλο από όλα τα παιδιά.Συζητήστε λίγο πως ήταν.Δραστηριότητα: χωρίζετε τα παιδιά σε τέσσερις (4) ομάδες. Στη συνέχεια τους ζητάτενα διαλέξουν από μία γωνία στην αίθουσα. Τους δίνετε ένα από τα εξής τέσσερασυναισθήματα: **ΧΑΡΑ, ΘΥΜΟΣ, ΦΟΒΟΣ, ΑΓΑΠΗ** και αν θέλετε προσθέτετε καικάποιο ακόμη. Τους ζητάτε να κάνουν ένα κολάζ για το συναίσθημα που έχουν. Ταπαιδιά μπορούν να δουλεύουν για 20 λεπτά περίπου. Στη συνέχεια βάζετε τα κολλάζ στημέση και η κάθε ομάδα παρουσιάζει το δικό της. Κάνετε μια συζήτηση για τασυναισθήματα και τις εικόνες που δημιούργησαν τα παιδιά. Μπορείτε να τους ρωτήσετε,αν νοιώθουν αυτά τα συναισθήματα σε κάποιες περιπτώσεις, αν πιστεύουν ότι τανοιώθουν και οι γονείς, οι δάσκαλοι, τα αδέλφια τους. Ο Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα μπορούν να τους διαβεβαιώσουν /ότι αυτοί που έχουν τη μαγική ικανότητα να ακούνε τις καρδιές όλων, ξέρουν πολύ καλά ότι όλοι νοιώθουμε έτσι κάποιες φορές.  **Εναλλακτικές δραστηριότητες**  Τα παιδιά μπορούν να ζωγραφίσουν το συναίσθημα αντί να το κάνουν κολλάζ.  **9ο εργαστήριο: Συναισθήματα**  **«Η ΜΑΣΚΑ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ»**  **Στόχοι**  \_Να μάθουν τα παιδιά να  αναγνωρίζουν τα συναισθήματα  των άλλων.  \_Να μάθουν να εκφράζουν τα  δικά τους προσωπικά  συναισθήματα.  **Υλικά**  \_Χάρτη συναισθημάτων (βλ. παρακάτω)  \_Πλαστικά πιάτα  \_Μαρκαδόρους  \_Καλαμάκια (βάση για το πιατάκι)  \_Κόλλες  **Δραστηριότητες**  **1η Δραστηριότητα:**  Ρωτήστε τα παιδιά πως αισθάνονται όταν ξεκινάτε (χαρούμενα, άνετα, λυπημένα,φοβισμένα κτλ.). Ρωτήστε τα παιδιά πως είναι τα πρόσωπα των ατόμων γύρω τους (γονείς, φίλοι, αδέρφια) όταν νιώθουν κάποια συναισθήματα όπως χαρά, λύπη, φόβο,απογοήτευση κλπ. Τα παιδιά μπορούν και να κάνουν γκριμάτσες που να δείχνουν αυτόπου νομίζουν.  Χρησιμοποιείστε το χάρτη των συναισθημάτων και καλέστε τα παιδιά να παίξουνπαντομίμα. Κάθε ένα παιδί διαλέγει ένα συναίσθημα από αυτά που απεικονίζονται καιπροσπαθεί να το αναπαραστήσει στα υπόλοιπα παιδιά της τάξης χωρίς να μιλήσει. Οιυπόλοιποι πρέπει να μαντέψουν ποιο συναίσθημα κάνει. Συζητήστε με τα παιδιά πως ήταν και αν μπορούσαν να αναγνωρίσουν τα συναισθήματαέτσι όπως τα έβλεπαν από τους άλλους.  **2η Δραστηριότητα:**  Μοιράστε στο κάθε παιδί ένα πλαστικό πιάτο και ζητήστε να ζωγραφίσουν ένα συναίσθημαπου τους αρέσει ή πώς αισθάνονται εκείνη τη στιγμή. Πείτε τους ότι είναι η «Μάσκα τωνσυναισθημάτων» τους και θα την πάρουν μαζί τους. Δώστε 10-15 λεπτά περίπου. Δώστετην ευκαιρία στα παιδιά να μοιραστούν με τους υπόλοιπους τις μάσκες που έφτιαξαν καινα μιλήσουν λίγο γι’ αυτές και το συναίσθημα που εκφράζουν. Συζητήστε πως νιώσανεόταν τις ζωγραφίζανε και ρωτήστε τους αν αυτό το συναίσθημα υπάρχει και την ώρα πουφεύγουν.  **Εναλλακτικές δραστηριότητες**  Μοιράστε στα παιδιά περιοδικά και ζητήστε τους να διαλέξουν εικόνες που τα κάνουννα αισθάνονται χαρούμενα , λυπημένα , φοβισμένα κτλ. Στη συνέχεια μπορούν νακολλήσουν όλα μαζί σε ένα μεγάλο χαρτί με τα χαρούμενα πρόσωπα στη μιαμεριά και τα λυπημένα στην άλλη. Μπορείτε να το εκθέσετε στην τάξηκαι να διαβάζετε κάθε μέρα από μια ιστορία για το κάθε συναίσθημα.  **10ο εργαστήριο: Κλείσιμο**  **«Κλείνω την ομάδα και αποχαιρετώ τον Πυξιδούλη και την Πυξιδούλα»**  **Στόχοι**  -Αποχαιρετισμόςτης ομάδας  -Αξιολόγηση των συναντήσεων  -Γενικές εντυπώσειςαπό το πρόγραμμα  **Υλικά που θα χρειαστείτε**  -Κόλλες ζωγραφικής  -Μαρκαδόρους, μπογιές  **Δραστηριότητα**  Με μια «μαγική» κλήρωση (π.χ. Βάζει κάθε παιδί σε ένα σάκο ένα προσωπικόαντικείμενο. Στη συνέχεια το κάθε παιδί τραβάει τυχαία ένα από τα αντικείμενα καιόλοι μαζί βλέπουν σε ποιον ανήκει. Κάθε παιδί τυχαίνει κάποιο άλλο παιδί, για τοοποίο θα κάνει μια ζωγραφιά που θα του χαρίσει στη συνέχεια.). Μπορεί ναζωγραφίσει κάτι που του έμεινε από το πρόγραμμα ή ότι άλλο θα ήθελε να κάνει σαδώρο στο άλλο παιδί.  Μιλήστε στα παιδιά για το κλείσιμο του προγράμματος και για την ομάδα στο σύνολότης. Αναφερθείτε στις συναντήσεις και σε εντυπώσεις που έμειναν από τις δραστηριότητες και τις συζητήσεις. Τα παιδιά μπορούν να αναφερθούν σε ότι τους έμεινε από όλο το πρόγραμμα και να πουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους,τις ιδέες τους. Μπορείτε να μείνετε σε αυτό όση ώρα χρειάζεται και καλό είναι ναμιλήσουν όλα τα παιδάκια. Αναφέρεται και τις δικές σας εντυπώσεις από τοπρόγραμμα και την εμπειρία που είχατε μαζί με τα παιδιά (χωρίς να αναφερθείτεατομικά στα παιδιά).Τέλος, τους λέτε ότι ο Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα χρειάζεται να φύγουν και θαπρέπει να τους αποχαιρετίσουν. Μπορεί το κάθε παιδί να τους πει από μία ευχήή μια λέξη και να τους αποχαιρετίσει με μια κίνηση. **Προσαρμογές για εμποδιζόμενους μαθητές** Δε γίνεται αναφορά σε προσαρμογές **Επέκταση** Παρέχεται η δυνατότητα επέκτασης του προγράμματος στο πλαίσιο συνεργασίας των νηπιαγωγών με τους γονείς **Αξιολόγηση** Δεν έχει υποβληθεί σχετικό υλικό αξιολόγησης |  | | | **Σύνδεση με το Π.Σ:** Το πρόγραμμα συμβάλει στην εκπαίδευση των παιδιών σε δεξιότητες επικοινωνίας, στην ένταξής τους στην ομάδα της τάξης, στην απόκτηση υγιών συνηθειών. Επιπρόσθετα στοχεύει στην καλλιέργεια της αυτογνωσίας και της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών (αναγνώριση, έκφραση και διαχείριση συναισθημάτων) **Εκτυπώσιμο Υλικό** - **Απαραίτητοι Σύνδεσμοι****Οπτικοακουστικό υλικό****Διαδραστικό υλικό****Υποστήριξη εκπαιδευτικού:** α)επιμόρφωση και β) Οδηγός Εκπαιδευτικού «Ο Πυξιδούλης και η Πυξιδούλα στο νηπιαγωγείο» εφαρμόζεται από τους νηπιαγωγούς, εφόσον έχουν ήδη συμμετάσχει στο σχετικό σεμινάριο του Κέντρου Πρόληψη «Πυξίδα» κι έχουν την υποστήριξη του καθ’ όλη την εφαρμογή. Η «Πυξίδα» έχει μια συγκεκριμένη περιοχή εμβέλειας (δήμοι Νεάπολης-Συκεών, Λαγκαδά & Βόλβης). Ωστόσο για την εφαρμογή του προγράμματος στην υπόλοιπη χώρα οι εκπαιδευτικοί που θέλουν να το υλοποιήσουν μπορούν να απευθύνονται στο Κέντρο Πρόληψης της περιοχής τους. Την εκπαίδευση των εκπαιδευτικών αναλαμβάνουν αποκλειστικά οι πιστοποιημένοι εκπαιδευτές των Κέντρων Πρόληψης (βλ. πίνακα Κέντρων Πρόληψης-www.okana.gr), ώστε να πάρουν την κατάλληλη εκπαίδευση και υποστήριξη. |