WP3 - ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΕΡΓΑΛΕΙΟΘΗΚΗΣ POWERPACK

Συναισθηματική Ευεξία: Η ασφάλεια μου: Γνωρίζοντας τα όρια μου

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

1. Γενικές Πληροφορίες

Διάσταση ευεξίας: Συναισθηματική ευεξία
Ηλικιακή ομάδα-στόχος: **9-11** ετών (μεσαίες τάξεις δημοτικού)
Μορφή δραστηριότητας: Καθοδηγούμενη συζήτηση, σενάρια και ατομικός αναστοχασμός.
Διάρκεια: **40-45** λεπτά
Μέγεθος ομάδας: Ολόκληρη η τάξη χωρισμένη σε ζευγάρια ή μικρότερες ομάδες
Εγκάρσια προσέγγιση: Προσωπική Ανάπτυξη, Κοινωνική και Συναισθηματική Μάθηση

2. Μαθησιακοί Στόχοι

- Οι μαθητές θα κατανοήσουν τι είναι τα προσωπικά και συναισθηματικά όρια.
- Οι μαθητές θα αναγνωρίζουν καταστάσεις όπου τα όρια πρέπει να γίνονται σεβαστά και όπου αυτά παραβιάζονται.
- Οι μαθητές θα εξασκηθούν στην έκφραση των αναγκών τους και στον καθορισμό των ορίων τους με σεβασμό και δυναμισμό.

3. Απαιτούμενα υλικά

- Κάρτες σεναρίου
- Ένα ταμπλό για κάθε ζευγάρι/ομάδα
- **Δ**είκτες
- Αρχικά σημεία προτάσεων (όπως χρειάζομαι..., νιώθω..., κ.λπ.)

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

4. Βήματα για την υλοποίηση της Δραστηριότητας

Βήμα 1: Εισαγωγή - Τι είναι τα όρια;
Ο/Η εκπαιδευτικός εισάγει την έννοια των ορίων και εξηγεί οτι πρόκειται για προσωπικά όρια/χώρο που βοηθά τα άτομα να αισθάνονται άνετα και ασφαλή, χρησιμοποιώντας απλά παραδείγματα (όπως προσωπικός χώρος, συναισθήματα κ.λπ.).

Βήμα 2: Εντοπισμός των ορίων
Οι μαθητές ακούν τις κάρτες σεναρίων και αποφασίζουν αν ένα όριο έγινε σεβαστό ή όχι.

Βήμα 3: Πώς σας φαίνεται
Η τάξη συζητάει για το πώς νιώθει κανείς όταν κάποιος σέβεται τα όρια του ή τα αγνοεί. Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει έμφαση στην αναγνώριση συναισθημάτων όπως η άνεση, η δυσφορία, η σύγχυση κ.λπ.

Βήμα 4: Εξάσκηση στα Όρια
Οι μαθητές χωρίζονται σε ζευγάρια/ομάδες και εξασκούνται στο να δηλώνουν τα όρια τους με σεβασμό, χρησιμοποιώντας δηλώσεις όπως «Παρακαλώ σταμάτα», «Δεν μου αρέσει αυτό», «Θα ήθελα τον χώρο μου» κ.λπ. με την χρήση των καρτών έναρξης προτάσεων.

Βήμα 5: Θετικά Όρια στην Τάξη
Η τάξη ανασυντάσσεται και κάθε μαθητής κατονομάζει ένα όριο που θεωρεί σημαντικό να τηρείται σε ένα σχολικό περιβάλλον.

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

5. Σημειώσεις και συμβουλές για τους εκπαιδευτικούς

- Χρησιμοποιήστε καθημερινά παραδείγματα και αποφύγεται να θίξετε ευαίσθητα θέματα.
- Εξηγήστε ότι καθένας έχει το δικαίωμα να θέτει τα δικά του όρια και ότι οι άλλοι είναι υποχρεωμένοι να τα σέβονται.
- Ενθαρρύνετε την επικοινωνία με σεβασμό αντί για αντιπαράθεση.

6. Προτροπή για αναστοχασμό για τους μαθητές

- Γιατί είναι σημαντικά τα όρια;
- Πώς μπορείτε να καταλάβετε αν κάποιος αισθάνεται άβολα;
- Τι μπορείς να πεις όταν νιώθεις ότι κάποιος ξεπερνά τα όρια σου;

7. Συμβουλές για την προσαρμογή παιδιών με αναπηρίες

Ευκολότερη έκδοση (Πρωτοβάθμια εκπαίδευση / επιπλέον υποστήριξη):

- Εστιάστε σε φυσικά όρια, όπως ο προσωπικός χώρος και τα υπάρχοντα.
- Χρησιμοποιήστε περισσότερα οπτικά μέσα και εικόνες για να εξηγήσετε την ιδέα των ορίων.

Μεσαία Έκδοση (Πρωτοβάθμια εκπαίδευση / περισσότερη ανεξαρτησία):

- Ζητήστε από τους μαθητές να δώσουν τα δικά τους παραδείγματα ορίων.
- Εισάγεται στην έννοια των διαδικτυακών ορίων με απλά λόγια.

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

Προσαρμογές για μαθητές με αναπηρίες:

- Χρησιμοποιήστε σαφή οπτικά μέσα και διατηρήστε την δραστηριότητα απλή.
- Παρέχετε κάρτες υποδείξεων και προκαθορισμένες απαντήσεις, όπου είναι απαραίτητο.
- Δώστε στους μαθητές την επιλογή να μην συμμετέχουν στο παιχνίδι ρόλων.

8. Αναφορές {μεθοδολογική προσέγγιση}

Αυτή η δραστηριότητα επικεντρώνεται στην δημιουργία προσωπικών ορίων και στην ανάγκη σεβασμού και όχι παραβίασης τους, καλλιεργώντας τις δεξιότητες της αυτοπεποίθησης και της υπεράσπισης του εαυτού ως έναν τρόπο να μιλάμε ανοιχτά όταν χρειάζεται. Επιπλέον, εισάγεται και δίνεται έμφαση στην εκπαίδευση για την προσωπική ασφάλεια και την ευημερία.

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης

PowerPackProject

power.packproject

PowerPackProject

ΚΟΙΝΟΠΡΑΞΙΑ

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ

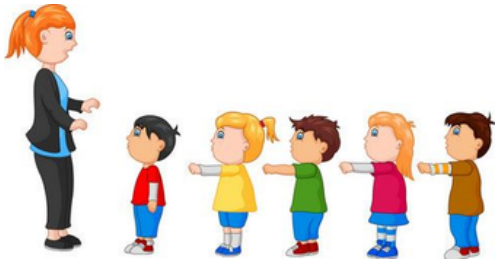
ΕΤΑΙΡΟΙ

CC BY NC SA

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

Σενάρια
ορίων



Κάρτες
απαντήσεων

«Σε παρακαλώ σταμάτα.»

«Δεν μου αρέσει αυτό.»

«Χρειάζομαι λίγο χώρο.»

«Παρακαλώ ρώτησε πριν πάρεις τα πράγματα μου.»

«Αυτό με κάνει να νιώθω άβολα.»

«Θα ήθελα πίσω το μολύβι μου.»

«Μπορείς να μετακινηθείς λίγο, σε παρακαλώ;»

«Δεν θέλω να παίζω έτσι.»

«Αυτό δεν είναι εντάξει για μένα.»

«Νιώθω αναστατωμένος όταν το κάνεις αυτό.»