

Τα συναισθήματα!



Περιεχόμενο Διδασκαλίας:

Η συγκεκριμένη διδασκαλία αφορά τα συναισθήματα και περιλαμβάνει δραστηριότητες έκφρασης και κατανόησης αυτών.

Μέθοδοι Διδασκαλίας:

Οι μέθοδοι διδασκαλίας που χρησιμοποιούνται είναι η βιωματική μάθηση, η ομαδοσυνεργατική μάθηση και το παιχνίδι.

Συναισθηματική αγωγή:

Η συναισθηματική αγωγή παίζει μεγάλο ρόλο στην συνολική υγεία των παιδιών. Όποια και αν είναι η ηλικία τους, από βρέφη έως έφηβοι, τα παιδιά πρέπει να γνωρίζουν τα συναισθήματα τους, να μπορούν να τα εκφράσουν κερδίζοντας έτσι σημαντικές κοινωνικές αλλά και συναισθηματικές δεξιότητες.

Παρακάτω προτείνουμε μερικές δραστηριότητες με τις τα παιδιά θα εξασκηθούν στην έκφραση και κατανόηση των συναισθημάτων.

Προτεινόμενες δραστηριότητες:

Δραστηριότητα 1: Κάρτες συναισθημάτων

α' τρόπος

Για την δραστηριότητα αυτή χωρίζομαστε σε δύο ομάδες (τουλάχιστον δύο ατόμων). Ένας παίκτης τραβάει μία καρτέλα, στην οποία είναι γραμμένο ένα συναίσθημα, και προσπαθεί να κάνει ανάλογες γκριμάτσες για να μαντέψει ο συμπαίκτης του τη λέξη που τράβηξε. Η ομάδα που θα βρει τα περισσότερα συναισθήματα σε 30 δευτερόλεπτα κερδίζει έναν πόντο.

β' τρόπος

Οι παίκτες είναι χωρισμένοι σε δύο ομάδες (τουλάχιστον δύο ατόμων). Ένας παίκτης τραβάει μία καρτέλα, στην οποία είναι γραμμένη ένα συναίσθημα, και προσπαθεί να περιγράψει μία στιγμή που ένιωσε ανάλογα με στόχο να μαντέψει ο συμπαίκτης του σε 30 δευτερόλεπτα. Η ομάδα που θα φτάσει στους πέντε πόντους κερδίζει.



Δραστηριότητα 2: Ζωγραφιά συναισθημάτων με μουσική

Στο συγκεκριμένο παιχνίδι συναισθημάτων τα παιδιά ακούν 4 τραγούδια και κάνουν μια ζωγραφιά για το καθένα. Για παράδειγμα, κατά τη διάρκεια του

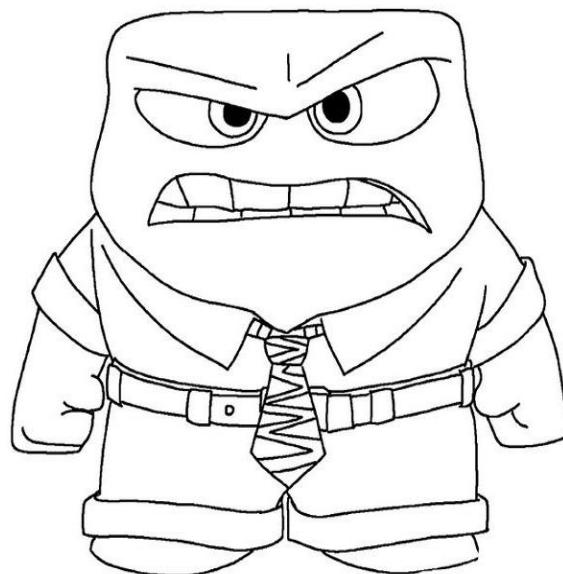
τραγουδιού για τη χαρά ζωγραφίζουν ανάλογα τα αισθήματα που τους προκάλεσε αυτό.

Χαρά: <https://www.youtube.com/watch?v=MOWDb2TBYDg>

Λύπη: <https://www.youtube.com/watch?v=aWIE0PX1uXk>

Θυμός: <https://www.youtube.com/watch?v=Dn4F42bG9Dg>

Ενθουσιασμός: https://www.youtube.com/watch?v=mGx_FATyasQ



Δραστηριότητα 3: Παιχνίδι συναισθημάτων με θέατρο

Στο συγκεκριμένο παιχνίδι τα παιδιά θα μιμηθούν έναν αγαπημένο τους ήρωα και πως αυτός θα ένιωθε σε συγκεκριμένες καταστάσεις της ζωής του. Θα περιγράψουν δηλαδή μια στιγμή και θα την κάνουν σε μορφή παντομίμας.

Παράδειγμα: Ο Πασχάλης, έφαγε και η κοιλιά του χόρτασε. Αφού έφυγε η γιαγιά του οι φίλοι του τον επισκέφτηκαν με αστεία και παιχνίδια. Η χαρά του ήταν μεγάλη!



Δραστηριότητα 4: Το βιβλίο των συναισθημάτων

α' τρόπος

Στη δραστηριότητα αυτή τα παιδιά φτιάχνουν ένα χειροποίητο βιβλίο χρησιμοποιώντας χαρτί και μπογιές ή μαρκαδόρους. Μια ιδέα είναι να φτιάξουν ένα βιβλίο για ένα συναίσθημα όπου θα συμπληρώνουν τις σελίδες του με πράγματα που τους κάνουν να νιώθει έτσι. Για παράδειγμα, ένα «βιβλίο χαράς» θα έχει εικόνες με πράγματα που τους κάνουν να νιώθει χαρά, όπως εικόνες από περιοδικά, φωτογραφίες από φίλους και συγγενείς.

β' τρόπος

Ένας άλλος τρόπος είναι να φτιάξουν ένα βιβλίο, το οποίο δεν θα αφορά μόνο ένα συναίσθημα. Με άλλα λόγια, η κάθε σελίδα θα είναι αφιερωμένη σε

ένα συναίσθημα και θα περιέχει ανάλογες εικόνες πραγμάτων ή προσώπων που τους κάνουν να αισθάνονται έτσι.



Άλλες πηγές:

<https://oneirovates.com/paidi-kai-synaisthimata/>

<https://psychagogein.gr/%CF%80%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%BF%CF%88%CF%85%CF%87%CE%BF%CE%BB%CE%BF%CE%B3%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CF%85%CF%80%CE%BF%CF%83%CF%84%CE%AE%CF%81%CE%B9%CE%BE%CE%B7/%CF%80%CE%B1%CE%B9%CF%87%CE%BD%CE%B9%CE%B4%CE%B9%CE%B1-%CE%BC%CE%B5-%CF%84%CE%B1-%CF%83%CF%85%CE%BD%CE%B1%CE%B9%CF%83%CE%B8%CE%B7%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%B1/>