

Δραστηριότητα Φιλαναγνωσίας:

«Η Χελώνα στην Κρυψώνα »

A. Περιεχόμενο Διδασκαλίας

Η δραστηριότητα μας περιέχει μια μικρή ιστορία με θέμα τη διαχείριση του θυμού.

Μέθοδος Διδασκαλίας

Οι μέθοδοι διδασκαλίας που εφαρμόζονται στην εκτέλεση της δραστηριότητας είναι η συζήτηση , η μίμηση και η βιωματική μάθηση.

Μέσα – Υλικά Διδασκαλίας

Τα υλικά που θα χρειαστούμε στην δραστηριότητα μας είναι:

- Εικόνες που απεικονίζουν διάφορα συναισθήματα
- Η ιστορία της χελώνας
- Χάρτινο κουτί μικρό ή μεγάλο (προαιρετικά)

Περιγραφή / Διαδικασία εκτέλεσης δραστηριότητας

Αρχικά δείχνουμε στα παιδιά εικόνες που απεικονίζουν διάφορες εκφράσεις συναισθημάτων και κάνουμε μια συζήτηση με τα παιδιά. Ζητάμε δηλαδή να προσπαθήσουν να μαντέψουν ποιο συναίσθημα πιστεύουν ότι νιώθει το πρόσωπο που τους δείχνουμε κάθε φορά.





ΧΑΡΟΥΜΕΝΟΣ



ΦΟΒΟΣ
ΦΟΒΙΣΜΕΝΟΣ



ΟΡΓΙΣΜΕΝΟΣ



ΜΟΝΟΣ
ΜΟΝΑΞΙΑ



ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ



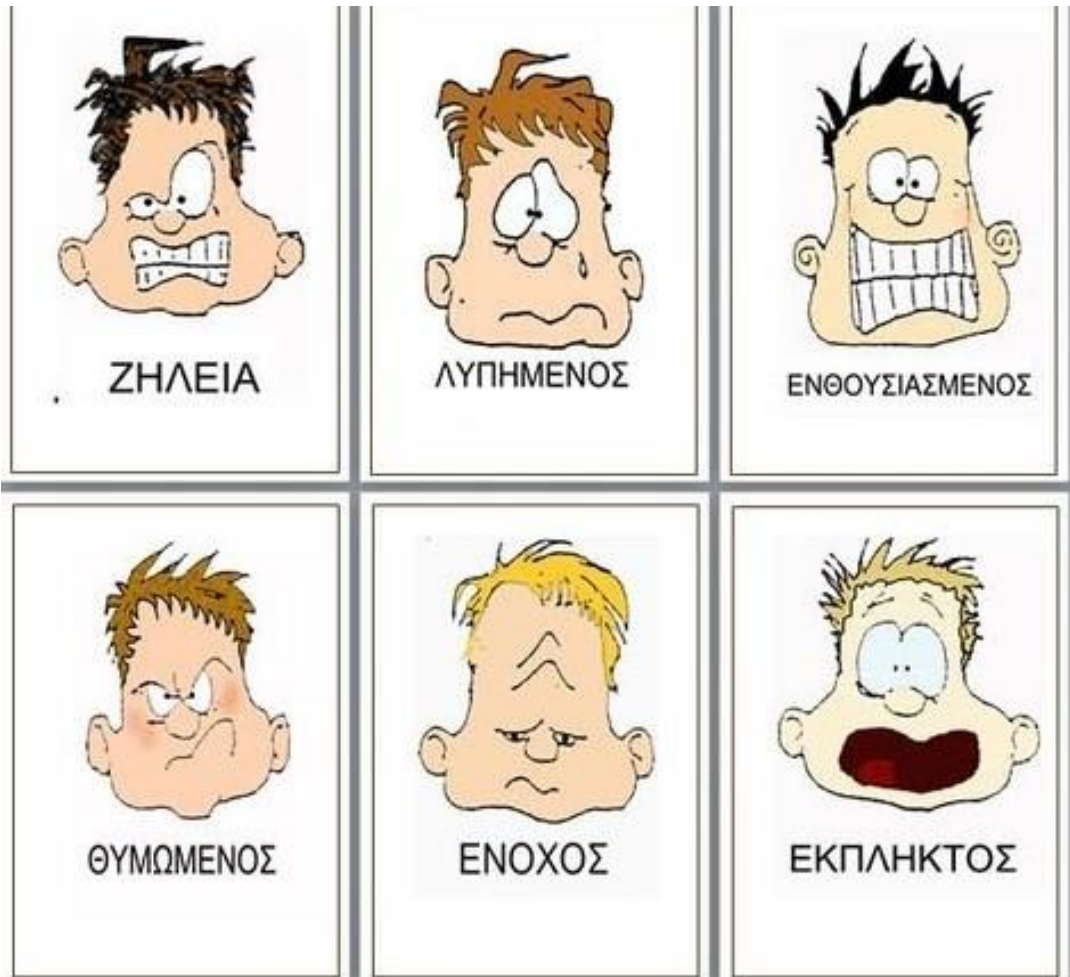
ΑΜΗΧΑΝΟΣ



ΑΙΣΙΟΔΟΞΟΣ



ΑΓΑΠΗ



Στη συνέχεια διαβάζουμε την ιστορία της χελωνίτσας.

Η Χελώνα στην κρυψώνα (κείμενο της ΦΡΟΣΩ ΧΑΤΟΓΛΟΥ)



Ζούσε κάποτε μια Χελωνίτσα όμορφη και παιχνιδιάρικη. Είχε φίλους καλούς, την Πάπια, τον Κροκόδειλο, τη Χήνα και το Βατραχάκι και έπαιζε μαζί τους όλη μέρα κοντά στη λίμνη.

Όμως η Χελωνίτσα είχε ένα ελάττωμα: ήταν πολύ ευέξαπτη, δηλαδή, θύμωνε εύκολα, τσακωνόταν, νευρίαζε με το παραμικρό, γινόταν έξαλλη! Αγαπούσε το παιχνίδι, αγαπούσε και τους φίλους της, αλλά όταν την έπιαναν τα νεύρα της, κοκκίνιζε, φούντωνε, γούρλωνε τα μάτια της και έβγαζε κάτι φωνές που ξεσήκωναν τις κοιμισμένες λιβελούλες της λίμνης, και τα φλαμίγκος και, φυσικά, έφερνε τους φίλους της σε πολύ δύσκολη θέση. Μα κι η ίδια υπόφερε: πονούσε το κεφάλι της, ανακατευόταν το στομάχι της και η καρδιά της κόντευε να σπάσει!

Μια μέρα το παράκανε! Έπαιζαν βόλεϋ με ένα βελανίδι. Το πετούσε ο ένας στον άλλο και έκαναν γέλια και χαρές, ώσπου κάποια στιγμή ο Κροκόδειλος πέταξε πολύ ψηλά το βελανίδι και πέρασε από την άλλη μεριά της λίμνης. Η Χελώνα έχασε – δεν της άρεσε καθόλου να χάνει – και έγινε έξω φρενών! Άρχισε να φωνάζει και να μιλά πολύ άσχημα στον Κροκόδειλο και όταν οι άλλοι φίλοι προσπάθησαν να την ηρεμήσουν άρχισε να φωνάζει και σ'αυτούς. Είχε σηκωθεί όρθια, στα δυο της πόδια και ήταν έτοιμη να ορμήσει πάνω στον Κροκόδειλο και να τον γδάρει με τα νύχια της. Όσπου ξαφνικά κατάλαβε ότι ... ο Κροκόδειλος δεν υπήρχε, ούτε αυτός ούτε κανείς άλλος από τους φίλους της. Είχαν όλοι εξαφανιστεί. Ήταν μόνη της.

Ήταν μόνη της και την άλλη μέρα. Και την επόμενη. Και τη μεθεπόμενη. Οι φίλοι της δεν ξανάρθαν να παίξουν μαζί της. Αυτή έφταιγε. Αυτή, με

τα ξεσπάσματα του θυμού της έχασε τους φίλους της. Καθισμένη στην άκρη της λίμνης θυμόταν τότε που ο Κροκόδειλος είχε βρει ένα ωραίο φύλλο μπανανιάς κι αυτή το ήθελε για δικό της και του το άρπαξε τόσο άγρια που το φύλλο σχίστηκε. Κι ακόμα θυμόταν τότε που όλοι ήθελαν να παίξουν με το βαλανίδι, ενώ αυτή ήθελε να παίξουν με την άμμο και νευρίασε τόσο επειδή δεν γινόταν το δικό της, που πέταξε άμμο στο πρόσωπο της Πάπιας. Ω, είχε φερθεί πολύ άσχημα...

Ξάφνου άκουσε ένα θόρυβο. Γύρισε με χαρά, νομίζοντας πως θα είναι κάποιος φίλος της, αλλά, μπα, ήταν ο γερο- Σκατζόχοιρος.

- Γειά σου Χελωνίτσα, πώς κι έτσι μόνη σου; Πού είναι οι φίλοι σου; τη ρώτησε

- Δεν έχω πια φίλους. Τους έχασα γιατί είμαι πολύ ευέξαπτη, θυμώνω και τσακώνομαι με το παραμικρό. Δεν μπορώ να κρατήσω τα νεύρα μου, φουντώνω και φέρομαι απαίσια, είπε θλιμμένη η Χελωνίτσα

- Α, μη στενοχωριέσαι, υπάρχει τρόπος να συγκρατήσεις το θυμό σου. Δεν είναι εύκολο,

χρειάζεται πολλή προσπάθεια, αλλά, αν θες να έχεις πάλι τους φίλους σου, αξίζει, έτσι δεν είναι;

- Θα κάνω ό,τι μου πεις γερο- Σκατζόχοιρε, είπε η Χελώνα με αποφασιστικότητα.

Εκείνη την ώρα ξέσπασε μια τρομερή μπόρα. Κεραυνοί, αστραπές και δυνατή βροχή. Ο Σκατζόχοιρος και η Χελωνίτσα αμέσως χώθηκαν στις ...κρυψώνες τους. Ο Σκατζόχοιρος έγινε ένα αγκάθινο μπαλάκι και η Χελωνίτσα μπήκε μέσα στο καβούκι της.

Όταν η μπόρα πέρασε, βγήκαν και οι δυο έξω και τίναξαν τη βροχή από πάνω τους.

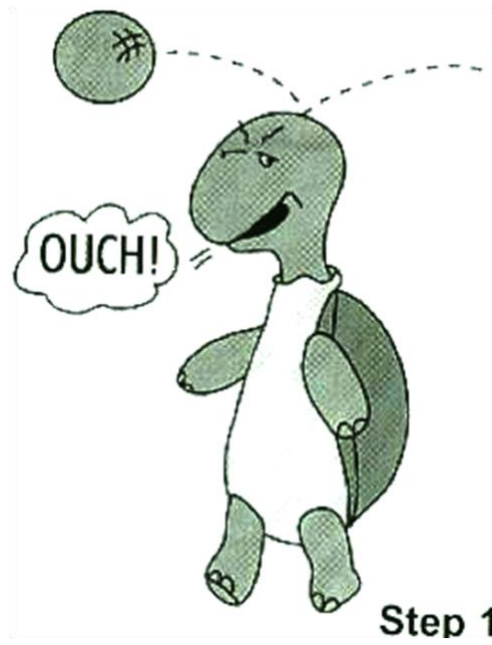
- Αυτό ακριβώς θα κάνεις και με το θυμό Χελωνίτσα! είπε ο γερο-Σκατζόχοιρος. Αυτό που κάναμε τώρα με τη μπόρα! Όταν νιώθεις να έρχεται ο θυμός, θα λες: «Έρχεται η ΜΠΟΡΑ!» Θα χώνεσαι μέσα στην κρυψώνα σου. Θα παίρνεις τρεις βαθιές ανάσες. Θα σκέφτεσαι μια λογική λύση και θα βγαίνεις έξω όταν πια η μπόρα έχει περάσει!

-Τέλειο κόλπο, αυτό θα κάνω! Ευχαριστώ γερο-Σκατζόχοιρε, πάω να βρω τους φίλους μου, είπε ενθουσιασμένη η μικρή Χελώνα.

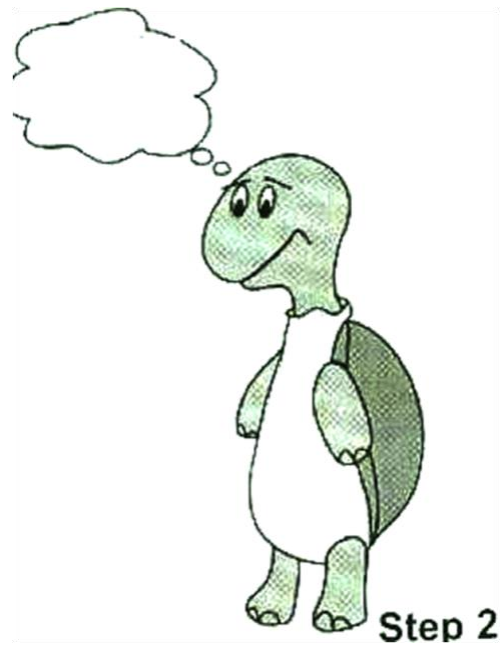
- Στάσου, πού πας; , τη σταμάτησε ο Σκατζόχοιρος. Δεν είναι τόσο απλό. Χρειάζεσαι προπόνηση. Υπομονή και επιμονή. Εγώ θα σου κάνω πράγματα που σε νευριάζουν για να εξασκηθείς. Κι όταν είσαι έτοιμη, τότε να πας στους φίλους σου. Λοιπόν, αρχίζουμε;

Έχουμε και λέμε:

1. Νιώθεις τη μπόρα του θυμού νάρχεται



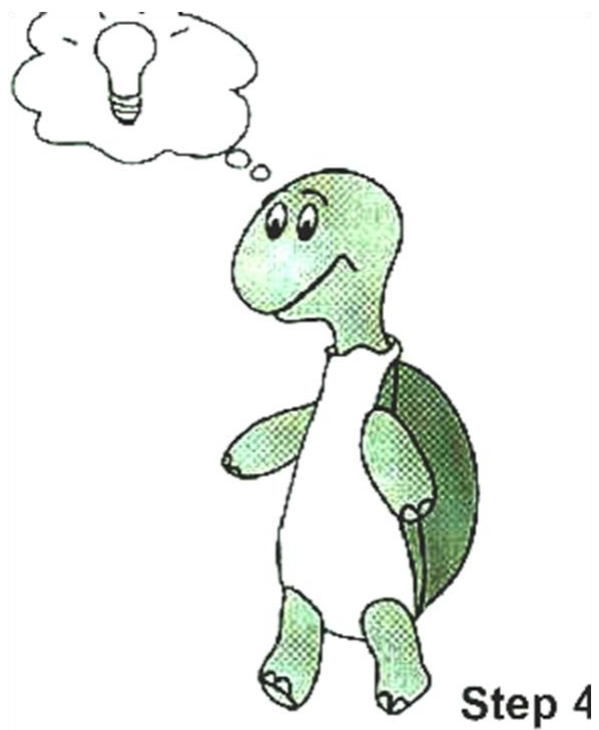
2. Δε μιλάς, χώνεσαι μέσα



3. Παίρνεις 3 βαθιές ανάσες



4. *Βγαίνεις έξω όταν ο θυμός έχει περάσει, κι έχεις μια λογική λύση*



Πραγματικά, δεν ήταν καθόλου απλό. Χρειάστηκαν πολλές μέρες, πολλές προσπάθειες, πολλά μαθήματα για να συνηθίσει η Χελώνα να περιμένει τη μπόρα του θυμού της να περάσει. Μα κάθε φορά σκεφτόταν τους φίλους της. Θα έκανε τα πάντα για να τους έχει πάλι κοντά της.

Κι έτσι, τελικά, τα κατάφερε!

Όταν πια πήγε και βρήκε τους φίλους της, δε χρειάστηκε να τους πει τίποτα. Το κατάλαβαν αμέσως μόλις την είδαν. Είχε αλλάξει! Ήταν πιο όμορφη, τα μάτια της ήταν λαμπερά και χαρούμενα, το πρόσωπό της ήρεμο και η φωνή της τρυφερή!

Οι μικροί φίλοι αγκαλιάστηκαν και άρχισαν χαρούμενοι να παίζουν . Τίποτε δε θα σταματούσε πια το παιχνίδι τους στη μικρή λίμνη. Ήταν ευτυχισμένοι και αγαπημένοι!

Μετά την αφήγηση αρχικά κάνουμε διάφορες ερωτήσεις βασισμένες πάνω στο κείμενο που διαβάσαμε για να δούμε κατά πόσο το έχουν κατανοήσει. Στη συνέχεια κάνουμε ερωτήσεις κάνοντας τα παιδιά να μπουν στη θέση της χελώνας και να μας πουν τι θα έκαναν αν τους συνέβαινε το ίδιο πράγμα. Ζητάμε να μας δώσουν παρόμοια παραδείγματα που έχουν βιώσει καθώς και να τον τρόπο με τον οποίο το διαχειρίστηκαν. Μέσα από την συζήτηση καταλήγουμε ότι ο θυμός είναι ένα συχνό συναίσθημα που νιώθουμε όλοι μας αλλά αν κάθε φορά δίνουμε την ευκαιρία στη σκέψη μπορούμε να μετριάσουμε το θυμό μας να βρούμε λύση και να αισθανθούμε καλύτερα.

Στο τέλος μπορούμε να φτιάξουμε μια αυτοσχέδια μικρή κρυψώνα (είτε με πανιά γύρω από ένα γραφείο ή τραπέζι είτε με μια μεγάλη κούτα) το οποίο στην ουσία θα λειτουργεί σαν το καβούκι της χελώνας. Κάθε φορά που το παιδί θα νιώθει θυμό θα κρύβεται εκεί και θα βγαίνει όταν νιώθει ήρεμο. Μέσα στην κρυψώνα μπορεί να επιλέξετε και να βάλετε πράγματα που ηρεμούν το παιδί (κάποιο αγαπημένο κουκλάκι ή υλικά για ζωγραφική).

Ενώ μια άλλη επιλογή είναι να φτιάξουμε το κουτί του θυμού (ένα μικρό κουτί ή κάποιο βαζάκι το οποίο το διακοσμεί το παιδί όπως θέλει. Κάθε φορά που νιώθει θυμό για κάτι μπορεί να το ζωγραφίσει και να το βάλει μέσα στο κουτί και μόνο όταν ο θυμός έχει περάσει βγάζουμε το χαρτί από το κουτί και το πετάμε!