



## Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις

### Εισαγωγή στην ενότητα

Οι σχέσεις αναφέρονται στις διάφορες αλληλεπιδράσεις που έχουν τα άτομα με τους άλλους. Οι **θετικές σχέσεις** ορίζονται ως η ικανότητα του παιδιού να δημιουργεί και να διατηρεί ισχυρές σχέσεις με τον εαυτό του και τους άλλους (συνομηλίκους, φίλους, μέλη της οικογένειας, φροντιστές, εκπαιδευτικούς, ενήλικες κ.λπ.) (Norrish, Robinson & Williams, 2011). Όσον αφορά το μοντέλο PERMA, οι θετικές σχέσεις αποτελούν τον τρίτο βασικό πυλώνα της ευημερίας (Seligman, 2011). Οι θετικές σχέσεις προωθούνται μέσω της ανάπτυξης δυνάμεων όπως, η καλοσύνη, η ενσυναίσθηση, η συγχώρεση και η κοινωνική νοημοσύνη- έννοιες που συνιστούν την αρετή της ανθρωπιάς (Peterson & Seligman 2004).

Ερευνητικά επιστημονικά δεδομένα έχουν αναφέρει τη σημασία της οικοδόμησης θετικών σχέσεων για την ευημερία των παιδιών (π.χ. Rose-Krasnor et al., 1996- Wartner et al., 1994). Μέσω των σχέσεων, τα παιδιά μαθαίνουν πώς να σκέφτονται, να κατανοούν, να επικοινωνούν, να συμπεριφέρονται, να εκφράζουν συναισθήματα και να αναπτύσσουν κοινωνικές δεξιότητες. Με την προώθηση θετικών αλληλεπιδράσεων στο νηπιαγωγείο τα παιδιά μαθαίνουν πώς να συνδέονται θετικά μεταξύ τους (συμμαθητές, δάσκαλοι, μέλη της οικογένειας), πώς να συνεργάζονται με άλλα άτομα και πώς να αναπτύσσουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες (National Research Council, National Academies, 2001).

Στόχος της παρούσας ενότητας "Θετικές σχέσεις" είναι να προσφέρει στους παιδαγωγούς προσχολικής ηλικίας διάφορες δραστηριότητες που μπορούν να συμπεριληφθούν στο εκπαιδευτικό πρόγραμμά τους, προκειμένου να τους βοηθήσουν να προωθήσουν θετικές σχέσεις στο σχολείο. Η παρούσα ενότητα περιλαμβάνει συνολικά δέκα δραστηριότητες, οι οποίες είναι οργανωμένες σε σχέδια μαθήματος. Κάθε μάθημα περιλαμβάνει μία, δύο ή τρεις δραστηριότητες. Οι δραστηριότητες μπορούν να εφαρμοστούν ως ολιστική προσέγγιση, μεμονωμένα ή σε οποιονδήποτε άλλο συνδυασμό μεταξύ τους.

Το περιεχόμενο του κεφαλαίου της Ενότητας 4 "Θετικές σχέσεις" διαρθρώνεται ως εξής:

#### **ΜΑΘΗΜΑ 1: ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΩΝ ΘΕΤΙΚΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ**

Δραστηριότητα 1: Φίλοι στο ποτάμι

Δραστηριότητα 2: Η αρκούδα και ο κάστορας



## **ΜΑΘΗΜΑ 2: ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ**

Δραστηριότητα 1: Φύλλα στο δάσος

Δραστηριότητα 2: Παίζω μόνος μου - Παίζω με έναν φίλο - Παίζω με την ομάδα μου

Δραστηριότητα 3: Στη θάλασσα

## **ΜΑΘΗΜΑ 3: ΠΡΟΩΘΗΣΗ ΥΓΙΩΝ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ**

Δραστηριότητα 1: Ζωγραφίζοντας έναν φίλο

Δραστηριότητα 2: ΣΤΟΠ! Βγάλτε μια φωτογραφία!

## **ΜΑΘΗΜΑ 4: ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΤΗΣ ΚΑΛΟΣΥΝΗΣ**

Δραστηριότητα 1: Γλυκές λέξεις

Δραστηριότητα 2: Χαμογελάστε, παρακαλώ!

## **ΜΑΘΗΜΑ 5: ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΓΧΩΡΕΣΗΣ**

Δραστηριότητα 1: Λυπάμαι - Σε συγχωρώ

Με την ανάληψη αυτής της ενότητας αναμένεται από τους συμμετέχοντες να:

- Κατανοήσουν τη σημασία της συνδεσιμότητας και της προώθησης θετικών σχέσεων με τους άλλους.
- Χτίσουν υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις.
- Μάθουν πώς να αλληλεπιδρούν θετικά με τους άλλους.
- Αποκτήσουν εμπειρία θετικών αλληλεπιδράσεων στο σχολικό πλαίσιο.
- Μάθουν πώς να αναπτύξουν συγχώρεση, ευγένεια και συμπόνια προς τους άλλους.



## Μάθημα 1: Κατανόηση των θετικών σχέσεων

### Επισκόπηση μαθήματος:

Αυτό το μάθημα περιλαμβάνει δύο δραστηριότητες που αποσκοπούν στο να ευαισθητοποιήσουν τα παιδιά προσχολικής ηλικίας σχετικά με τη σημασία των θετικών σχέσεων στη ζωή τους. Στην πρώτη δραστηριότητα τα παιδιά θα κληθούν να σκεφτούν και να προβληματιστούν τόσο για τα καλά όσο και για τα κακά σημεία μιας κατάστασης. Αυτό έχει σκοπό να τους δείξει τη σημασία της συνεργασίας και της θετικής αλληλεπίδρασης με τους άλλους. Στη δεύτερη δραστηριότητα τα παιδιά θα βιώσουν άμεσα πώς να εργάζονται σε μια ομάδα, να συνεργάζονται και να αλληλεπιδρούν θετικά με τους άλλους για την επίτευξη ενός κοινού στόχου.

### Στόχοι

Στο τέλος του μαθήματος τα παιδιά θα είναι σε θέση να:

- Εντοπίζουν σε μια δύσκολη κατάσταση τις θετικές και τις αρνητικές επιλογές
- Σκέφτονται και να σχολιάζουν τη σημασία της ύπαρξης θετικών σχέσεων
- Βιώσουν τις θετικές αλληλεπιδράσεις με τους συμμαθητές τους
- Συνεργαστούν για έναν κοινό στόχο
- Κατανοούν και να εκτιμούν τη σημασία των θετικών αλληλεπιδράσεων

### Δραστηριότητα "Προθέρμανση"

Το μάθημα αφορά τη φιλία, τη συνεργασία, καθώς και τα ζώα και το περιβάλλον. Ως εκ τούτου, οι δραστηριότητες θα μπορούσαν να χρησιμεύσουν ως εισαγωγή σε συζητήσεις σχετικά με αυτά τα θέματα, σε ένα σχετικό πρόγραμμα ή ακόμη και μετά από απροσδόκητες συγκρούσεις ή διαφωνίες μεταξύ συμμαθητών που μπορεί να παρατηρήσει ο δάσκαλος στο σχολείο.





<b>Δραστηριότητα 1: Φίλοι στο ποτάμι</b>	
<i>Ρύθμιση</i>	Στην τάξη, κύκλος ολόκληρης ομάδας
<i>Κατάλογος ελέγχου υλικών</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Βιβλίο "Up the creek" του Nicholas Oldland</li><li>• Διατίθεται επίσης σε: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=8LEMGFncv5I&amp;t=14s">https://www.youtube.com/watch?v=8LEMGFncv5I&amp;t=14s</a></li></ul> 
<i>Παιδαγωγικές στρατηγικές</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Αφήγηση ιστοριών</li><li>• Ομαδική συζήτηση</li><li>• Αυτοαναστοχασμός</li></ul>
<i>Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS</i>	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
<i>Διάρκεια</i>	20'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 5 λεπτά)</b>	Ο δάσκαλος παρουσιάζει το βιβλίο στα παιδιά, δείχνει το εξώφυλλο, διαβάζει τον τίτλο και δίνει λίγο χρόνο στα παιδιά να σκεφτούν και να προβληματιστούν σχετικά με το θέμα του βιβλίου. Τα παιδιά εκφράζουν τις ιδέες τους. Στη συνέχεια, ο δάσκαλος εξηγεί: "Θα διαβάσουμε αυτό το βιβλίο που μιλάει για τρεις φίλους, οι οποίοι αν και ήταν κολλητοί φίλοι διαφωνούσαν και έτσι είχαν περιπέτειες στο δάσος. Θα γυρίσω τις σελίδες και θα διαβάσω. Μόλις τελειώσουμε κάθε μέρος, σηκώνετε το χέρι σας για να μου πείτε για τις περιπέτειες των φίλων". Ο δάσκαλος υπενθυμίζει στα παιδιά τους κανόνες: Τα παιδιά πρέπει να σηκώνουν το χέρι τους για να μιλήσουν, να ακούν το ένα το άλλο, να είναι ευγενικά και να περιμένουν τη σειρά τους για να απαντήσουν.
<b>Δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 10 λεπτά)</b>	Ο δάσκαλος διαβάζει το βιβλίο και δείχνει τις εικόνες στα παιδιά. Αφού διαβάσει ένα μέρος, κάνει ερωτήσεις στα παιδιά. Πιθανές ερωτήσεις που σχετίζονται με την ιστορία: <ul style="list-style-type: none"><li>– Ποιοι είναι οι φίλοι της ιστορίας;</li><li>– Ποιο ήταν το πρώτο/δεύτερο/ τρίτο πρόβλημα/περιπέτεια τους; Τι τους συνέβη;</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>– Ποια λύση βρήκαν για να λύσουν το πρώτο/δεύτερο/τρίτο πρόβλημά τους;</li><li>– Γιατί διαφωνούσαν;</li><li>– Τι αποφάσισαν να κάνουν για να επιστρέψουν στο σπίτι τους με ασφάλεια;</li><li>– Πώς συνεργάστηκαν;</li><li>– Τι είπαν ο ένας στον άλλον πριν από το γεύμα τους;</li><li>– Πιστεύετε ότι η θετική σχέση μεταξύ των τριών φίλων τους βοήθησε να λύσουν τα προβλήματά τους;</li><li>– Γιατί είναι σημαντικό να έχουμε θετικές σχέσεις;</li></ul>
<p><b>Συμπέρασμα</b> <b>(Διάρκεια: 5 λεπτά)</b></p>	<p>Μέσα από μια ομαδική συζήτηση τα παιδιά θα προβληματιστούν και θα φέρουν παραδείγματα για το πώς είναι μια θετική σχέση: να είστε φίλοι, να συγχωρείτε ο ένας τον άλλον, να μιλάτε μεταξύ σας, να αστειεύεστε μεταξύ σας, να παίζετε μεταξύ σας, να βοηθάτε ο ένας τον άλλον, να ακούτε ο ένας τον άλλον.</p>



## Δραστηριότητα 2: Η αρκούδα και ο κάστορας

<i>Ρύθμιση</i>	Εξωτερικός / Εσωτερικός χώρος σε δωμάτιο με αρκετό χώρο για κίνηση
<i>Κατάλογος ελέγχου υλικών</i>	Ρυθμική μουσική (προαιρετικά)
<i>Παιδαγωγικές στρατηγικές</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Ομαδική δραστηριότητα</li><li>● Σωματική δραστηριότητα</li></ul>
<i>Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS</i>	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
<i>Διάρκεια</i>	10'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 3 λεπτά)</b>	<p>Ο δάσκαλος υπενθυμίζει στα παιδιά πώς οι τρεις φίλοι συνεργάστηκαν θετικά στην ιστορία για να επιτύχουν έναν κοινό στόχο, δηλαδή να επιστρέψουν στο σπίτι τους με ασφάλεια. Στη συνέχεια, ο δάσκαλος ενθαρρύνει τα παιδιά να παίξουν ένα παιχνίδι στο οποίο πρέπει να συνεργαστούν ως ομάδα για να επιτύχουν επίσης έναν κοινό στόχο, δηλαδή να βοηθήσουν τον κάστορα να ξεφύγει από την αρκούδα.</p> <p>Τα παιδιά φτιάχνουν μια "φωλιά" με το να στέκονται όρθια σε κύκλο, να αγκαλιάζονται μεταξύ τους και να είναι κοντά ο ένας στον άλλο. Μέσα στον κύκλο υπάρχει ένα παιδί ο "κάστορας" και έξω από τον κύκλο υπάρχει ένα άλλο παιδί η "αρκούδα".</p>
<b>Δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 7 λεπτά)</b>	<p>Με το σήμα του δασκάλου (ή την έναρξη της μουσικής) ο "κάστορας" περπατά μέσα, έξω και γύρω από τη "φωλιά". Η "αρκούδα" περπατά μέσα, έξω και γύρω από τη "φωλιά" προσπαθώντας να πιάσει τον κάστορα. Τα παιδιά στον κύκλο (τη "φωλιά") βοηθούν τις κινήσεις του κάστορα σηκώνοντας τα χέρια που κρατούν και ανοίγοντας μεγαλύτερους χώρους στον κύκλο, ενώ εμποδίζουν και δυσκολεύουν την αρκούδα να πιάσει τον κάστορα χαμηλώνοντας τα χέρια που κρατούν και πλησιάζοντας ο ένας τον άλλον.</p> <p>Ο κάστορας χτυπάει την αρκούδα στον ώμο και πρέπει να επιστρέψει στη φωλιά πριν η αρκούδα τον πιάσει.</p>
<b>Συμπέρασμα</b>	Ο δάσκαλος πρέπει να ενθαρρύνει τα παιδιά να δίνουν προσοχή στις κινήσεις του κάστορα και της αρκούδας, να συνεργάζονται, να επικοινωνούν και να συνεργάζονται για να σώσουν τον κάστορα.



<p><b>Υλικό για ασκήσεις στο σπίτι</b></p>	<p>Τα παιδιά συζητούν στο σπίτι με τους γονείς τους για το τι κάνει την οικογενειακή τους σχέση θετική και πώς μπορούν να συνεργαστούν θετικά για την επίτευξη ενός κοινού στόχου. Τα παιδιά μπορούν να βοηθήσουν τους γονείς με το πότισμα των φυτών, να τακτοποιήσουν τα παιχνίδια τους ή να στρώσουν το τραπέζι για το μεσημεριανό γεύμα.</p>
<p><b>Μεθοδολογία αξιολόγησης</b></p>	<p>Ως δραστηριότητα αξιολόγησης του παιδιού θα μπορούσε να εφαρμοστεί το παιχνίδι "βρες το ζώο". Σε αυτή τη δραστηριότητα τα παιδιά κάθονται στον κύκλο όλης της ομάδας. Ένα παιδί κρατάει απόσταση από την ομάδα, η ομάδα επιλέγει ένα ζώο. Όταν το παιδί πλησιάσει την ομάδα ζητά πληροφορίες για το επιλεγμένο ζώο (π.χ. ζει στο νερό; Πετάει; Είναι μεγάλο;) και προσπαθεί να μαντέψει ποιο ζώο είναι. Οι απαντήσεις πρέπει να είναι αυστηρά "ναι" - "όχι". Ο δάσκαλος ενθαρρύνει την ομάδα να είναι ειλικρινής.</p> <p>Κατά τη διάρκεια της εφαρμογής των δραστηριοτήτων, ο εκπαιδευτικός παρατηρεί και καταγράφει σημειώσεις σχετικά με:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– πόσο καλά τα παιδιά κατανόησαν την έννοια της θετικής σχέσης και την ιδέα της συνεργασίας μεταξύ τους</li><li>– πόσο καλά τα παιδιά κατάφεραν να συμμετέχουν στην ομάδα και να συνεργάζονται μεταξύ τους</li></ul>



## Μάθημα 2: Σύνδεση με τους άλλους

### Επισκόπηση μαθήματος:

Αυτό το μάθημα περιλαμβάνει τρεις δραστηριότητες με παιχνίδι και κίνηση που στοχεύουν στη σύνδεση των παιδιών με τους συμμαθητές τους και στην προώθηση θετικών αλληλεπιδράσεων στην τάξη. Μέσα από αυτό το μάθημα τα παιδιά θα βιώσουν σταδιακά πώς να παίζουν ατομικά, σε ζευγάρια και τελικά σε ομάδα.

### Στόχοι

Στο τέλος του μαθήματος τα παιδιά θα είναι σε θέση να:

- Παίζουν ατομικά με σεβασμό προς τους άλλους
- Συνδεθούν μεταξύ τους
- Συνεργάζονται μεταξύ τους
- Έχουν θετικές αλληλεπιδράσεις στην τάξη
- Προωθήσουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες







<b>Δραστηριότητα 1: Φύλλα στο δάσος</b>	
<i>Ρύθμιση</i>	Σε εσωτερικό χώρο με αρκετό χώρο για κίνηση ή σε εξωτερικό χώρο.
<i>Κατάλογος ελέγχου υλικών</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Κομμάτια χαρτιών ή εφημερίδων</li><li>• Χορευτική μουσική</li></ul>
<i>Παιδαγωγικές στρατηγικές</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Παιχνιδιάρικη δραστηριότητα</li><li>• Μουσική</li><li>• Δραστηριότητα χορού και κίνησης</li><li>• Ατομική δραστηριότητα</li></ul>
<i>Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS</i>	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
<i>Διάρκεια</i>	10'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 5 λεπτά)</b>	Σε όλο το δωμάτιο, στο πάτωμα υπάρχουν διάσπαρτα τόσα χαρτιά όσα και τα παιδιά. Ο δάσκαλος ενθαρρύνει τα παιδιά να σκεφτούν την ιστορία που διάβασαν στο προηγούμενο μάθημα (μάθημα 1) (π.χ. ποιοι ήταν οι ήρωες, πού ζούσαν κ.λπ.) και να φανταστούν ότι βρίσκονται κι αυτοί σε ένα δάσος. Συγκεκριμένα, πρέπει να φανταστούν ότι περπατούν βαθιά μέσα σε ένα δάσος, όπου υπάρχουν πολλά πεσμένα φύλλα γύρω τους. Ο δάσκαλος μοντελοποιεί την κίνηση περπατώντας ή χορεύοντας γύρω από τα φύλλα. Ο δάσκαλος εξηγεί ότι όσο παίζει η μουσική, δεν πρέπει να πατήσουν κανένα πεσμένο φύλλο. Κάθε φορά που σταματάει η μουσική, πρέπει να βρουν ένα άδειο φύλλο και να σταθούν σε αυτό.
<b>Δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 5 λεπτά)</b>	Ο δάσκαλος ξεκινά τη μουσική. Τα παιδιά περπατούν ή χορεύουν γύρω από τα φύλλα. Ο δάσκαλος σταματά ξαφνικά τη μουσική και τα παιδιά τρέχουν να βρουν ένα άδειο φύλλο και πατούν πάνω του (σαν "φωλιά"). Στη συνέχεια, η μουσική ξεκινά ξανά και τα παιδιά συνεχίζουν να κινούνται γύρω από τα φύλλα. Κάθε φορά που σταματά η μουσική, ο δάσκαλος αφαιρεί ένα φύλλο από το πάτωμα. Καθώς μειώνονται τα φύλλα στην αίθουσα, η ομάδα πρέπει να φωνάξει το όνομα του παιδιού που δεν βρήκε άδεια φύλλο-φωλιά.
<b>Συμπέρασμα</b>	Το παιδί που δεν βρήκε άδεια φωλιά φύλλων συνέχισε να χορεύει με τη δασκάλα. Η δραστηριότητα τελειώνει όταν το τελευταίο παιδί μείνει χωρίς φωλιά.



<b>Δραστηριότητα 2: Παίζω μόνος μου - Παίζω με έναν φίλο - Παίζω με την ομάδα μου</b>	
<i>Ρύθμιση</i>	Σε εσωτερικό χώρο με αρκετό χώρο για κίνηση ή σε εξωτερικό χώρο.
<i>Κατάλογος ελέγχου υλικών</i>	Ρυθμική μουσική
<i>Παιδαγωγικές στρατηγικές</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Παιχνιδιάρικη δραστηριότητα</li><li>● Μουσική, χορός και κινητική δραστηριότητα</li><li>● Ατομική δραστηριότητα</li><li>● Δραστηριότητα σε ζευγάρια/ομάδα</li></ul>
<i>Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS</i>	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
<i>Διάρκεια</i>	20'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 10 λεπτά)</b>	Ο δάσκαλος ξεκινά τη μουσική. Τα παιδιά χορεύουν στην αίθουσα. Ο δάσκαλος σταματάει ξαφνικά τη μουσική. Τα παιδιά παγώνουν και στέκονται ακίνητα. Στο πρώτο επίπεδο αυτής της δραστηριότητας, κάθε φορά που σταματά η μουσική, ο δάσκαλος καλεί τα παιδιά να κάνουν μεμονωμένες κινήσεις π.χ. "αγγίξτε τον τοίχο με το δάχτυλό σας", "κοιτάξτε προς το ταβάνι", "σηκώστε το πόδι σας", "κρυφτείτε παντού στην τάξη".
<b>Δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 10 λεπτά)</b>	Η δραστηριότητα συνεχίστηκε. Στο δεύτερο επίπεδο αυτής της δραστηριότητας ο δάσκαλος καλεί τα παιδιά να βρουν έναν φίλο, να γίνουν ζευγάρι και να κάνουν κινήσεις μαζί χρησιμοποιώντας τα χέρια, τα πόδια ή ολόκληρο το σώμα τους, π.χ. "βρείτε ένα ζευγάρι και γίνετε βάρκα", "βρείτε ένα ζευγάρι και φτιάξτε μια καρδιά", "βρείτε ένα ζευγάρι και γίνετε μια κούνια". Σταδιακά, ο δάσκαλος θα μπορούσε να καλέσει τρία παιδιά (π.χ. "βρείτε ένα τρίτο παιδί και σχηματίστε ένα τρίγωνο"), τέσσερα παιδιά ("τέσσερα παιδιά φτιάχνουν μια λίμνη") κ.λπ.
<b>Συμπέρασμα</b>	Τέλος, ο δάσκαλος ενθαρρύνει όλη την ομάδα να σχηματίσουν γιγαντιαία σχήματα με το σώμα τους (π.χ. ένα γιγαντιαίο πορτοκάλι/μήλο). Στην ομαδική συζήτηση τα παιδιά αντανακλούν τις ιδέες τους και τα συναισθήματά τους σχετικά με τη συνεργασία τους κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.





<b>Δραστηριότητα 3: Στη θάλασσα</b>	
<i>Ρύθμιση</i>	Σε εσωτερικό χώρο με αρκετό χώρο για κίνηση ή σε εξωτερικό χώρο.
<i>Κατάλογος ελέγχου υλικών</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ένα μεγάλο μπλε κομμάτι ύφασμα (3x3 μέτρα)</li><li>• Μπάλα με καμπάνα ή μπαλόνι με καμπάνα</li><li>• Μουσική (π.χ., Τέσσερις εποχές του Βιβάλντι)</li></ul>
<i>Παιδαγωγικές στρατηγικές</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Παιχνιδιάρικη δραστηριότητα</li><li>• Μουσική</li><li>• Δραστηριότητα χορού και κίνησης</li><li>• Ατομική δραστηριότητα</li></ul>
<i>Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS</i>	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
<i>Διάρκεια</i>	10'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 2 λεπτά)</b>	Μετά την προηγούμενη δραστηριότητα με όλη την ομάδα συγκεντρωμένη, ο δάσκαλος φέρνει στην ομάδα ένα μεγάλο μπλε κομμάτι ύφασμα, "τη θάλασσα". Κάθε παιδί πρέπει να πιάσει το ύφασμα και όλοι να σταθούν γύρω από τη "θάλασσα". Στο κέντρο του υφάσματος-θάλασσας υπάρχει μια μπάλα με κουδούνι, η "βάρκα". Τα παιδιά μετακινούν το ύφασμα πάνω και κάτω. Οι κινήσεις τους είναι τα "κύματα".
<b>Δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 5 λεπτά)</b>	Τα παιδιά πρέπει να συνεργαστούν και να συγχρονίσουν τις κινήσεις-κύματα τους, ώστε η βάρκα να πλέει στη θάλασσα. Τα "κύματα" μπορεί να είναι μικρά και σταδιακά να γίνονται μεγαλύτερα. Πρέπει να είναι προσεκτικά και να μην αφήσουν τη βάρκα-μπάλα να πέσει από το ύφασμα "να φτάσει στην ακτή".
<b>Συμπέρασμα</b> <b>(Διάρκεια: 3 λεπτά)</b>	Στο τέλος η ομάδα έφερε αργά τη βάρκα στην ακτή και άφησε το ύφασμα κάτω. Όλοι κάθονται σε έναν κύκλο, κρατιούνται από τα χέρια και περνούν ένα χαμόγελο στον κύκλο. Ξεκινούν με ένα παιδί και το βάζουν να "περάσει" ένα χαμόγελο στο επόμενο άτομο, κάνοντας το γύρο του κύκλου. Το χαμόγελο πρέπει να επιστρέψει στο άτομο που ξεκίνησε. Αν ο χρόνος το επιτρέπει, μπορούν να μοιραστούν ξανά ένα χαμόγελο προς την άλλη κατεύθυνση γύρω από τον κύκλο.
<b>Υλικό για ασκήσεις στο σπίτι</b>	Τα παιδιά μπορούν να χαρίσουν χαμόγελα σε μέλη της οικογένειας στο σπίτι ή σε φίλους ή δασκάλους στο σχολείο, ή ακόμη και σε ανθρώπους που δεν γνωρίζουν καλά. Οι γονείς και τα παιδιά μπορούν να συζητήσουν στο σπίτι για μια στιγμή που θα μπορούσαν να νιώσουν



	<p>ευτυχισμένοι και να μοιραστούν ένα χαμόγελο. Μπορούν να σκεφτούν και να συζητήσουν αν είναι ωραίο να χαρίζουν ένα χαμόγελο σε κάποιον.</p>
<p><b>Μεθοδολογία αξιολόγησης</b></p>	<p>Κατά τη διάρκεια της εφαρμογής των δραστηριοτήτων, ο εκπαιδευτικός παρατηρεί αν ένα παιδί</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– θα μπορούσε να βρει ένα ζευγάρι</li><li>– μπορούσε να επικοινωνεί με άλλους</li><li>– αισθάνθηκε άνετα να αλληλεπιδρά με άλλους</li></ul> <p>Ο δάσκαλος μπορεί επίσης να βγάλει φωτογραφίες των παιδιών ατομικά, σε ζευγάρια, σε ομάδες και να τους βγάλει αντίγραφα, ώστε να τα κρατήσουν στο χαρτοφυλάκιό τους για να θυμούνται τις εμπειρίες τους.</p>



### Μάθημα 3: Προώθηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

#### Επισκόπηση μαθήματος:

Αυτό το μάθημα περιλαμβάνει δύο δραστηριότητες που αποσκοπούν στην προώθηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων στην τάξη. Μέσα από αυτές τις δραστηριότητες το παιδί θα μάθει πώς να αποδέχεται τη διαφορετικότητα, να μοιράζεται και να συνεργάζεται με τους άλλους προκειμένου να οικοδομεί και να διατηρεί υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις.

#### Στόχοι

Στο τέλος του μαθήματος τα παιδιά θα είναι σε θέση να:

- Συμμετέχουν ενεργά σε ομαδικές δραστηριότητες
- Δημιουργήσουν διαπροσωπικές σχέσεις
- Προσδιορίζουν τα χαρακτηριστικά των συμμαθητών τους
- Παίζουν σε ζευγάρια
- Διατηρούν υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις

#### Δραστηριότητα "Προθέρμανση"

Ο δάσκαλος εισάγει τα παιδιά σε αυτό το μάθημα με ένα παιχνίδι με τίτλο "Ο γλύπτης και το γλυπτό". Σε αυτή τη δραστηριότητα όλοι κάθονται στον κύκλο όλης της ομάδας. Ο δάσκαλος καλεί δύο παιδιά, το ένα θα είναι ο γλύπτης και το άλλο το γλυπτό. Η ομάδα αποφασίζει για το θέμα των γλυπτών (π.χ., δουλειές). Το γλυπτό είναι ακίνητο και ο γλύπτης θα πρέπει να φτιάξει το σχήμα του γλυπτού (κεφάλι, χέρια, πόδια, εκφράσεις στο πρόσωπο και να φτιάξει έναν τροχονόμο, έναν χορευτή, έναν ψαρά, έναν ξυλοκόπο, έναν ποδοσφαιριστή ή έναν ήρωα). Τα μέλη της ομάδας φαντάζονται και συζητούν τι είναι το γλυπτό.



**Δραστηριότητα 1: Ζωγραφίζοντας έναν φίλο**

<i>Ρύθμιση</i>	Τραπέζια εργασίας
<i>Κατάλογος ελέγχου υλικών</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Κομμάτια χαρτιού με χρωματιστά πλαίσια σε ζεύγη (π.χ. δύο κόκκινα, δύο κίτρινα κ.λπ.)</li><li>• Μαρκαδόροι, κραγιόνια</li><li>• Κόλλα</li><li>• Αργή μουσική</li></ul>
<i>Παιδαγωγικές στρατηγικές</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Δραστηριότητα σε ζευγάρια</li><li>• Σχέδια</li><li>• Ομαδική συζήτηση</li></ul>
<i>Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS</i>	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
<i>Διάρκεια</i>	20'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα (Διάρκεια: 5 λεπτά)</b>	Ο δάσκαλος μοιράζει σε κάθε παιδί ένα κομμάτι χαρτί με ένα χρωματιστό πλαίσιο. Τα πλαίσια σε ζευγάρια έχουν το ίδιο χρώμα. Όσο παίζει η μουσική, κάθε παιδί αναζητά το ζευγάρι του με βάση το χρωματικό του πλαίσιο. Όταν κάθε παιδί βρει το ζευγάρι του/της, χορεύουν μαζί. Όταν η μουσική σταματήσει, κάθονται στα τραπέζια εργασίας.
<b>Δραστηριότητα (Διάρκεια: 15 λεπτά)</b>	Ο δάσκαλος ενθαρρύνει τα παιδιά να παρατηρούν το ζευγάρι του/της. Κάθε ζευγάρι παρουσιάζεται στην τάξη. Για παράδειγμα, <i>έχει ένα στόμα με κόκκινα/ροζ χείλη, μια μικρή μύτη, δύο μπλε μάτια, μαύρα μαλλιά</i> κ.λπ. Στη συνέχεια, κάθε παιδί ζωγραφίζει το ζευγάρι του στο χρωματιστό πλαίσιο.
<b>Συμπέρασμα (Διάρκεια: 5 λεπτά)</b>	Τα σχέδια συλλέγονται και συντίθενται σε μια αφίσα/κολάζ. Ο δάσκαλος και τα παιδιά συζητούν για τον τίτλο του έργου τους και τον τρόπο στον οποίο θα εγκατασταθεί.





<b>Δραστηριότητα 2: ΣΤΟΠ! Βγάλτε μια φωτογραφία!</b>	
<i>Ρύθμιση</i>	Κύκλος ολόκληρης ομάδας
<i>Κατάλογος ελέγχου υλικών</i>	Προαιρετική κάμερα
<i>Παιδαγωγικές στρατηγικές</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Δράμα</li><li>• Δραστηριότητα σε ζευγάρια/ομάδα</li></ul>
<i>Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS</i>	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
<i>Διάρκεια</i>	20'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 5 λεπτά)</b>	Όλοι κάθονται στον κύκλο όλης της ομάδας. Ο δάσκαλος ζητά από τα παιδιά να κάνουν εκφράσεις με τα πρόσωπά τους, π.χ. ένα χαρούμενο πρόσωπο, ένα θυμωμένο πρόσωπο, ένα λυπημένο πρόσωπο κ.λπ.
<b>Δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 15 λεπτά)</b>	Ο δάσκαλος καλεί ένα παιδί και του ζητά να παρουσιάσει με το σώμα του μια κίνηση (π.χ. να προσποιηθεί ότι πίνει ένα φανταστικό ποτήρι νερό). Στη συνέχεια, παραμένει ακίνητο. Ένα άλλο παιδί έρχεται στον κύκλο και πρέπει να ολοκληρώσει την κίνηση (π.χ. να προσποιηθεί ότι είναι σερβιτόρα με ευγενικό χαμόγελο που προσφέρει το φανταστικό ποτήρι νερό στο προηγούμενο παιδί). Όταν τα δύο παιδιά ολοκληρώσουν τη φανταστική εικόνα, παραμένουν ακίνητα. Τότε οι υπόλοιποι της ομάδας φωνάζουν "ΣΤΟΠ! Βγάλτε μια φωτογραφία" και προσποιούνται ότι φωτογραφίζουν τα παιδιά-"αγάλματα". Τα ζευγάρια αλλάζουν. Σταδιακά, ο δάσκαλος μπορεί να καλέσει ένα τρίτο ή ένα τέταρτο παιδί να συνεχίσει την εικόνα ή ακόμη και ολόκληρη την τάξη να βγάλει μια ομαδική φωτογραφία.
<b>Συμπέρασμα</b>	Ο δάσκαλος μπορεί να τραβήξει πραγματικές φωτογραφίες των παιδιών, να συζητήσει και να μοιραστεί τα συναισθήματα και τα συναισθήματά τους. Ο δάσκαλος μπορεί επίσης να τους κάνει αντίγραφα, ώστε να τα κρατήσουν στο χαρτοφυλάκιό τους για να θυμούνται τις εμπειρίες τους.
<b>Υλικό για ασκήσεις στο σπίτι</b>	Ως άσκηση για το σπίτι τα παιδιά μπορούν να διαβάσουν με τους γονείς τους το βιβλίο "Big Friends" της Linda Sarah & Benji Davies (διαθέσιμο επίσης στο <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NVCoi57qkOw&amp;t=64s">https://www.youtube.com/watch?v=NVCoi57qkOw&amp;t=64s</a> )





	<p>και να συζητήσουν για τη σημασία του να έχεις υγιείς σχέσεις, να συμπεριλαμβάνεις και να κάνεις νέους φίλους.</p> 
<p><b>Μεθοδολογία αξιολόγησης</b></p>	<p>Κατά τη διάρκεια της εφαρμογής των δραστηριοτήτων, ο δάσκαλος παρατηρεί και κρατά σημειώσεις σχετικά με το βαθμό που κάθε παιδί μπορούσε να επικοινωνήσει αποτελεσματικά και να συνεργαστεί στην ομάδα. Επιπλέον, ο εκπαιδευτικός μπορεί να παρατηρήσει αν τα παιδιά διατηρούν τη σχέση τους μετά την εφαρμογή των δραστηριοτήτων.</p>





## Μάθημα 4: Εξάσκηση της καλοσύνης

### Επισκόπηση μαθήματος:

Οι θετικές σχέσεις προωθούνται μέσω της ανάπτυξης της δύναμης της καλοσύνης. Αυτό το μάθημα περιλαμβάνει δύο δραστηριότητες που στοχεύουν να ευαισθητοποιήσουν τα παιδιά σχετικά με το τι είναι η καλοσύνη. Τα παιδιά θα συμμετάσχουν σε δραστηριότητες που θα τα βοηθήσουν να αναγνωρίσουν τα ευγενικά λόγια που χρησιμοποιεί κάποιος, κάποιες πιθανές πράξεις ευγένειας και τέλος να εξασκήσουν την ευγένεια με τους άλλους.

### Στόχοι

Στο τέλος του μαθήματος τα παιδιά θα είναι σε θέση να:

- Γνωρίζουν τι είναι η καλοσύνη
- Αναγνωρίζουν τα ευγενικά λόγια κάποιου και να τα χρησιμοποιούν
- Χρησιμοποιούν το χαμόγελο ως θετική λεκτική συμπεριφορά στις σχέσεις με τους άλλους
- Εξασκηθούν σε καλές και ευγενικές πράξεις και να απολαμβάνουν τις πράξεις αυτές

### Δραστηριότητα "Προθέρμανση"

Στον κύκλο όλης της ομάδας ο δάσκαλος ενθαρρύνει τα παιδιά να κάνουν τη δραστηριότητα του μοιράσματος χαμόγελων (ενότητα 4, μάθημα 2, δραστηριότητα 3). Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να πουν αν θυμήθηκαν να χαμογελάσουν σε φίλους ή σε κάποιον από την οικογένειά τους, αν κάποιος μοιράστηκε ένα χαμόγελο μαζί τους και πώς ένιωσαν. Το χαμόγελο ενθαρρύνει την "ευτυχία για όλους τους ανθρώπους".





<b>Δραστηριότητα 1: Γλυκές λέξεις</b>	
<i>Ρύθμιση</i>	Κύκλος ολόκληρης ομάδας
<i>Κατάλογος ελέγχου υλικών</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Κομμάτια χαρτιών</li><li>● Μαρκαδόροι, κραγιόνια</li><li>● Κόλλα</li><li>● Χαρτόνι</li></ul>
<i>Παιδαγωγικές στρατηγικές</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Ομαδική συζήτηση</li><li>● Καταιγισμός ιδεών</li><li>● Αντικείμενα</li><li>● Ομαδική δραστηριότητα</li></ul>
<i>Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS</i>	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
<i>Διάρκεια</i>	30'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 10 λεπτά)</b>	Στον κύκλο όλης της ομάδας ο δάσκαλος και τα παιδιά συζητούν για τη σημασία του να είναι κανείς ευγενικός και ευγενικός με τους άλλους. Ο δάσκαλος ενθαρρύνει τα παιδιά να σκεφτούν, πώς μπορούμε να ζητήσουμε κάτι ευγενικά, τι είδους λέξεις μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε, ποια θα ήταν η κατάλληλη ευγενική στάση. "Υπάρχουν πάντα ωραίοι και ευγενικοί τρόποι για να μιλήσουμε σε κάποιον/α ακόμα και αν μας εκνευρίζει".
<b>Δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 10 λεπτά)</b>	Μέσα από τον καταιγισμό ιδεών τα παιδιά αναφέρονται σε ευγενικές λέξεις που μπορεί να χρησιμοποιήσει κάποιος. Όλες οι ευγενικές λέξεις γράφονται σε χάρτινες καρταμέλες και τοποθετούνται σε ένα χάρτινο βάζο "το βάζο με τις γλυκές και ευγενικές λέξεις". Σχεδιάζεται μια αφίσα με το χάρτινο βάζο που περιλαμβάνει τις χάρτινες καρταμέλες. Πιθανές ευγενικές λέξεις για τις καρταμέλες: "Λυπάμαι", "Ευχαριστώ", "Παρακαλώ", "Θα ήθελες να γίνουμε φίλοι;", "Σ' αγαπώ", "Σε συγχωρώ", "Μπορώ να...;", "Θα ήθελα...", "Μπορείς να μου φέρεις ..., σε παρακαλώ;", "Ορίστε" κ.λπ.
<b>Συμπέρασμα</b> <b>(Διάρκεια: 10 λεπτά)</b>	Κάθε παιδί παίρνει ένα γλυκό με μια καλή λέξη από το βάζο και προσπαθεί να γράψει τη γλυκιά λέξη στον πίνακα. Ή εξαρτάται από το επιλεγμένο γλυκό από το βάζο κάθε παιδί εξασκείται στο να κάνει προφορικές προτάσεις γλυκών. Για παράδειγμα, αντί να πει "Θέλω τη μπάλα μου αμέσως!", μπορεί να πει "Μπορείς σε παρακαλώ να μου δώσεις τη μπάλα; Ή:





	"Γεια σου! Τι ώρα είναι;": Σε παρακαλώ, μπορείς να μου πεις την ώρα; "Νεεερόσο!": Μπορείτε να μου δώσετε λίγο νερό, παρακαλώ;
--	--

## Δραστηριότητα 2: Χαμογελάστε, παρακαλώ!

Ρύθμιση	Κύκλος ολόκληρης ομάδας
Κατάλογος ελέγχου υλικών	<ul style="list-style-type: none"><li>• Διάφοροι στόχοι, π.χ. παιχνίδια, βιβλία με παραμύθια, μαρκαδόροι κ.λπ.</li></ul>
Παιδαγωγικές στρατηγικές	<ul style="list-style-type: none"><li>• Παιχνίδι ρόλων</li><li>• Ομαδική συζήτηση</li></ul>
Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
Διάρκεια	20'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 5 λεπτά)</b>	Μετά την προηγούμενη δραστηριότητα, ο δάσκαλος ενθαρρύνει τα παιδιά να παίξουν ένα παιχνίδι προκειμένου να εξασκηθούν στο να είναι ευγενικά μεταξύ τους.
<b>Δραστηριότητα</b> <b>(Διάρκεια: 15 λεπτά)</b>	Κάθε παιδί θα πρέπει να ολοκληρώσει ένα "φιλικό αίτημα" ολοκληρώνοντας μια σειρά από εργασίες: να ζητάει πράγματα ευγενικά και με χαμόγελο, να στρέφει το βλέμμα του ενός στο άλλο, να υιοθετεί την κατάλληλη στάση του σώματος και να ευχαριστεί. Όλα τα παιδιά θα έχουν ένα αντικείμενο (ένα παιχνίδι, ένα βιβλίο...) εκτός από ένα. Αυτό το παιδί θα πρέπει να ζητήσει από έναν συμμαθητή του με ένα φιλικό και ευγενικό αίτημα. Ο συμμαθητής θα δώσει το αντικείμενο στο παιδί μόνο αν το αίτημα έχει πραγματοποιηθεί με ευγένεια και χαμόγελο. Αν αυτό δεν γίνει, τα παιδιά χωρίς αντικείμενο πρέπει να ξεκινήσουν από την αρχή, ζητώντας αυτή τη φορά από έναν διαφορετικό συμμαθητή. Μόλις το παιδί αποκτήσει το επιθυμητό αντικείμενο, το άτομο που έχει παραδώσει το αντικείμενό του πρέπει με τη σειρά του να κάνει την ίδια ερώτηση σε άλλον συμμαθητή του, ενώ παράλληλα πρέπει να συμμορφώνεται με το "φιλικό αίτημα" προκειμένου να αποκτήσει το επιθυμητό αντικείμενο. Κάθε φορά που εκτελείται ένα αίτημα που



	ακολουθεί τους κανόνες, το συγκεκριμένο παιδί θα χειροκροτείται από όλους τους συμμαθητές του.
<b>Συμπέρασμα</b>	Το παιχνίδι θα τελειώσει όταν όλα τα παιδιά έχουν ολοκληρώσει την αποστολή.
<b>Υλικό για ασκήσεις στο σπίτι</b>	<p>Οι γονείς μπορούν να φτιάξουν ένα "οικογενειακό βάζο καλοσύνης" στο σπίτι. Το βάζο καλοσύνης μπορεί να περιέχει πράξεις καλοσύνης που μπορεί να κάνει ο καθένας. Τα μέλη της οικογένειας μπορούν να συζητήσουν τι μπορούν να κάνουν για τους άλλους και να ενθαρρύνουν τα παιδιά να αρχίσουν να σκέφτονται τρόπους με τους οποίους μπορούν να δείξουν καλοσύνη στους άλλους. Πιθανές απλές πράξεις καλοσύνης θα μπορούσαν να είναι οι εξής:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Στείλτε σε έναν γείτονα ένα ευχαριστήριο σημείωμα</li><li>● Δώστε σε κάποιον μια αγκαλιά</li><li>● Φέρτε λουλούδια στο δάσκαλό σας</li><li>● Συλλέξτε βιβλία για τη βιβλιοθήκη</li><li>● Δωρίστε τρόφιμα στο καταφύγιο αστεγών</li><li>● Χαμογελάστε σε κάποιον</li><li>● Κρατήστε την πόρτα για κάποιον</li><li>● Δωρίστε ένα παιχνίδι σε μια εκστρατεία παιχνιδιών</li><li>● Ταΐστε τα πουλιά</li><li>● Ψήστε επιδόρπιο για έναν γείτονα</li><li>● Πείτε σε κάποιον πόσο τον αγαπάτε</li><li>● Πείτε ευχαριστώ στον ταμιά στο σούπερ μάρκετ</li></ul>
<b>Μεθοδολογία αξιολόγησης</b>	Μετά την εφαρμογή των δραστηριοτήτων, ο δάσκαλος πρέπει να διασφαλίσει ότι σε καθημερινή βάση τα παιδιά συνηθίζουν να ζητούν πράγματα ευγενικά, να είναι ευγενικά, να ευχαριστούν μετά και να τους εφιστούν την προσοχή όταν ξεχνούν να το κάνουν. Πώς το ζητάτε; ("Παρακαλώ"), Τι λες τώρα; ("Ευχαριστώ").



## Μάθημα 5: Κατανόηση της συγχώρεσης

### Επισκόπηση μαθήματος:

Η συγχώρεση συμβάλλει στην αποκατάσταση των σχέσεων, προωθώντας έτσι τη συνεργασία. Αυτό το μάθημα περιλαμβάνει μια δραστηριότητα που αποσκοπεί στο να ευαισθητοποιήσει τα παιδιά σχετικά με το τι είναι η συγχώρεση και τη σημασία της για την προώθηση θετικών σχέσεων.

### Στόχοι

Στο τέλος του μαθήματος τα παιδιά θα είναι σε θέση να:

- Γνωρίζουν και να κατανοούν τη σημασία του να ζητώ συγχώρεση και να συγχωρώ

### Δραστηριότητα "Προθέρμανση"

Ως δραστηριότητα προθέρμανσης ο δάσκαλος διαβάζει μια ιστορία για τη συγχώρεση- πώς και γιατί να ζητάμε συγγνώμη. Για παράδειγμα, πιθανά βιβλία με σχετικό περιεχόμενο θα μπορούσαν να είναι τα ακόλουθα:

Λυπάμαι! του Barry Timm

Συγγνώμη! από Landa Norbert

(<https://www.youtube.com/watch?v=cRiprMov4gk>)

**Δραστηριότητα 1: Λυπάμαι - Σε συγχωρώ**

Ρύθμιση

Κύκλος ολόκληρης ομάδας

- Κάρτες που δείχνουν διάφορες καταστάσεις

Κατάλογος ελέγχου  
υλικώνΟι εικόνες ανακτήθηκαν από: <https://www.istockphoto.com>Παιδαγωγικές  
στρατηγικές

- Ομαδική συζήτηση
- Μελέτες περιπτώσεων - σενάρια



Επέκταση του αναλυτικού προγράμματος του RESILIENT PRESCHOOLS	Ενότητα 4. Θετικές σχέσεις
Διάρκεια	20'
<b>Εισαγωγή στη δραστηριότητα</b> (Διάρκεια: 5 λεπτά)	Διαβάζοντας μια ιστορία για τη συγχώρεση, τα παιδιά συνειδητοποιούν ότι μερικές φορές τόσο τα παιδιά όσο και οι ενήλικες κάνουν κάτι λάθος ή υποφέρουν από τα λάθη των άλλων. Όταν συμβαίνει αυτό είναι καλύτερο να ζητάμε συγγνώμη και να ζητάμε συγχώρεση ή να αποδεχόμαστε και να συγχωρούμε αυτούς που μας αδίκησαν. "Το να ζητάμε συγχώρεση και να συγχωρούμε βοηθά στη δημιουργία και διατήρηση θετικών σχέσεων με τους άλλους".
<b>Δραστηριότητα</b> (Διάρκεια: 15 λεπτά)	<p>Στα παιδιά παρουσιάζονται κάρτες που περιέχουν διαφορετικές καταστάσεις:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ένα κορίτσι πετάει άμμο σε άλλους συμμαθητές του.</li><li>• Ένα αγόρι έβαλε τρικλοποδιά σε ένα άλλο που έπεσε στο έδαφος.</li><li>• Ένα κορίτσι καταστρέφει ό,τι έχτισαν άλλα παιδιά.</li><li>• Ένα αγόρι αισθάνεται άσχημα επειδή κάποιος του πήρε τα χαρτιά.</li><li>• Μια κοπέλα αισθάνεται πληγωμένη επειδή η φίλη της της φώναξε.</li></ul> <p>Αφού οι μαθητές δουν και αναγνωρίσουν τις σκηνές στις κάρτες, πρέπει να σχολιάσουν, να αναλύσουν και να αξιολογήσουν σε μικρές ομάδες τη συγκεκριμένη κάρτα και να διατυπώσουν τι πρέπει να γίνει σε κάθε περίπτωση: "να συγχωρήσει" ή "να ζητήσει συγχώρεση", και να εκφράσουν ποιος θα ήταν ο καταλληλότερος τρόπος δράσης. Στη συνέχεια, όταν καταλήξουν σε συμφωνία, ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να σκεφτούν παρόμοιες καταστάσεις που έχουν βιώσει στη ζωή τους.</p>
<b>Υλικό για ασκήσεις στο σπίτι</b>	Κάθε οικογένεια διαβάζει μια ιστορία για τη συγχώρεση και αναπαριστά αυτά που έμαθε με διάφορους τρόπους, για παράδειγμα σχεδιάζοντας μια αφίσα, φτιάχνοντας μια ζωγραφιά, γράφοντας μια προσωπική επιστολή κ.λπ. Κάθε παιδί φέρνει το βιβλίο στην τάξη και παρουσιάζει στους συμμαθητές του τι έχει κάνει με την οικογένειά του στο σπίτι. Όλα τα υλικά που παρήγαγαν τα παιδιά και οι γονείς τους συγκεντρώνονται και συντάσσεται ένα βιβλίο για τη συγχώρεση.
<b>Μεθοδολογία αξιολόγησης</b>	Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να εκμεταλλεύεται τις καταστάσεις που παρουσιάζονται στην καθημερινή σχολική ζωή, προκειμένου να αντιμετωπίσει και να επεξεργαστεί αυτές τις προβληματικές καταστάσεις στην τάξη. Στόχος είναι να κάνει τα παιδιά να



συνειδητοποιήσουν ότι το πιο σημαντικό είναι η ανάληψη ευθύνης για τις πράξεις τους ή το όφελος του εαυτού τους και των άλλων.

### Κατάλογος αναφοράς

- Arguis R., Bolsas A., Hernandez S., Salvador M. (2010). *Το πρόγραμμα "Ευτυχισμένες τάξεις": Θετική Ψυχολογία Εφαρμοσμένη στην Εκπαίδευση*. Ανακτήθηκε από:  
<http://educaposit.blogspot.com.es/p/free-programme-download.html>
- Big Friends από τους Linda Sarah & Benji Davies. Ανακτήθηκε από:  
<https://www.youtube.com/watch?v=NVCoi57qkOw&t=64s>
- Center for Healthy Minds & Healthy Minds Innovations, Inc., (2017). Ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα βασισμένο στην ευγένεια της ενσυνειδητότητας για παιδιά προσχολικής ηλικίας. Ανακτήθηκε από:  
<http://www.mindfulmomentsinedu.com/uploads/1/8/8/1/18811022/kindnesscurriculum.pdf>
- Gana, G., Zisopoulou, E., Theodoridis, N. et al., (2004), *The school - workshop of art and creation*. Θεσσαλονίκη: ΑΠΘ, Ίδρυμα Μανόλη Τριανταφυλλίδη.
- Landa, N. (2009). *Συγγνώμη!* Little Tiger Press
- Εθνικό Συμβούλιο Έρευνας, Εθνικές Ακαδημίες. (2001). *Ανάπτυξη και μάθηση στην πρώιμη παιδική ηλικία: Νέες γνώσεις για την πολιτική*. Ουάσιγκτον, DC: National Academy Press.
- Norrish, J., Robinson, J. & Williams, P. (2011). *Θετικές σχέσεις*. Corio: Geelong Grammar School.
- Oldland, N. (2013). *Up the creek*. Kids Can Press
- Peterson, C., & Seligman, M.E.P. (2004). *Δυνάμεις και αρετές του χαρακτήρα: Ένα εγχειρίδιο και ταξινόμηση*. Νέα Υόρκη, Ουάσιγκτον, DC: Oxford University Press, American Psychological Association. Ανακτήθηκε από:  
[http://www.ldysinger.stjohnsem.edu/@books1/Peterson\\_Character\\_Strengths/character-strengths-and-virtues.pdf](http://www.ldysinger.stjohnsem.edu/@books1/Peterson_Character_Strengths/character-strengths-and-virtues.pdf)
- Rose-Krasnor, L., Rubin, K. H., Booth, C. L. & Coplan, R. (1996). Η σχέση της μητρικής αμεσότητας και της ασφάλειας προσκόλλησης του παιδιού με την κοινωνική επάρκεια σε παιδιά προσχολικής ηλικίας. *International Journal of Behavioral Development*, 19, 309-325.
- Sanders, S. (1992). *Σχεδιασμός κινητικών προγραμμάτων προσχολικής ηλικίας*. Human Kinetics, IL: Champaign
- Sarah, L. & Davies, B. (2016). *Big Friends*. Henry Holt and Co.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: Μια οραματική νέα κατανόηση της ευτυχίας και της ευημερίας*. Νέα Υόρκη, Νέα Υόρκη, ΗΠΑ: Free Press.
- Timms, B. (2020). *I'm Sorry!* Tiger Tales
- Zachopoulou E., Tsagaridou N., Pickup I., Liukkonen J. & Grammatikopoulos, V. (2007) (Eds). *Early Steps: Προώθηση του υγιεινού τρόπου ζωής και της κοινωνικής αλληλεπίδρασης μέσω δραστηριοτήτων φυσικής αγωγής κατά την προσχολική ηλικία*. Θεσσαλονίκη: Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.





Wartner, U. G., Grossmann, K., Fremmer-Bombik, E. & Suess, G. (1994). Μοντέλα προσκόλλησης στην ηλικία των έξι ετών στη Νότια Γερμανία: Προβλεψιμότητα από τη βρεφική ηλικία και επιπτώσεις στην προσχολική συμπεριφορά. *Child Development*, 65, 1014-1027.

