

# ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΚΑΙ ΓΕΝΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

ΕΙΣΗΓΗΤΡΙΑ: ΒΑΛΛΑΚΗ ΣΤΕΡΓΙΟΥΛΑ  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ (ΠΕ30)  
ΚΕΣΥ ΦΛΩΡΙΝΑΣ



# ΟΦΕΛΗ ΒΙΩΜΑΤΙΚΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ

- ▶ Αφομοίωση γνώσεων
- ▶ Βελτίωση σχέσης δασκάλου-μαθητή
- ▶ Κοινωνικοποίηση
- ▶ Αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση
- ▶ Ενσυναίσθηση
- ▶ Φαντασία



# ΠΟΙΟΙ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΣΟΥΝ ΤΙΣ ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- ▶ Οι εκπαιδευτικοί
- ▶ Οι κοινωνικοί λειτουργοί ή οι ψυχολόγοι της σχολικής μονάδας
- ▶ Οι γονείς

# Η ΔΟΜΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

- ▶ Εισαγωγή
- ▶ Ανάπτυξη
- ▶ Κλείσιμο

# ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ



# Α. ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

# Η ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Ο εμπυχωτής- συντονιστής διευκολύνει το πέρασμα από την καθημερινή πραγματικότητα στη βιωματική εμπειρία της ομάδας μέσω των εισαγωγικών ασκήσεων. Αυτές οι ασκήσεις βοηθούν τα μέλη:
  - ❖ Να επικεντρωθούν στον εαυτό τους και στο «εδώ και τώρα».
  - ❖ Να έρθουν σε επαφή με το χώρο.
  - ❖ Να κινηθούν με το σώμα.
  - ❖ Να διακινηθούν συναισθηματικά.
  - ❖ Να επικοινωνήσουν με τους άλλους.
  - ❖ Να εκφράσουν επιθυμίες και θέματα.

# Α1. ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ: ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΟΝΟΜΑΤΩΝ

- ▶ ΣΤΟΧΟΙ: Γνωριμία μελών – Επικοινωνία
- ▶ 1<sup>ο</sup> Στάδιο: Χωριζόμαστε σε ζευγάρια. Ο καθένας θα μιλήσει για το μικρό του όνομα (για ποιον λόγο έχει αυτό το όνομα, αν του αρέσει, αν θα διάλεγε ο ίδιος κάποιο άλλο, αν υπάρχει υποκοριστικό).
- ▶ 2<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Μαζευόμαστε σε κύκλο και παρουσιάζουμε αυτά που ακούσαμε από το ζευγάρι μας. Ο άλλος θα ακούσει και μετά, αν θέλει, θα διορθώσει ή θα συμπληρώσει.





## A.2 ΚΑΝΕ Ο,ΤΙ ΚΑΝΩ!

- ▶ ΣΤΟΧΟΙ: Συγκέντρωση, παρατηρητικότητα, φαντασία, μη λεκτική επικοινωνία, συνεργασία, συντονισμός, αναγνώριση συναισθημάτων.
- ▶ 1<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Χωριζόμαστε σε ζευγάρια. Ο καθένας κάνει ό,τι κίνηση θέλει με το σώμα του και παίρνει ό,τι έκφραση θέλει με το πρόσωπό του. Ο άλλος προσπαθεί να τον μιμηθεί ακριβώς όπως ένας καθρέφτης. Στη συνέχεια οι ρόλοι αλλάζουν.
- ▶ 2<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Επιστρέφουμε στον κύκλο και συζητάμε.
  - ❖ Ήταν εύκολο να μιμηθούμε τον άλλο;
  - ❖ Ήταν εύκολο να αναγνωρίσουμε τις εκφράσεις και τα συναισθήματα;
  - ❖ Σε ποιο ρόλο νιώσαμε πιο άνετα.
  - ❖ Τέλος συζητάμε για τη μη λεκτική επικοινωνία.





# Β. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

# Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ

- Από τη στιγμή που τα μέλη έχουν μπει στο κλίμα της ομάδας, περνάμε στη φάση της ανάπτυξης, που είναι η πιο παραγωγική και δημιουργική για ατομική ή ομαδική δουλειά πάνω στο θέμα που έχει οριστεί. Οι προτάσεις-ασκήσεις του συντονιστή στη φάση της ανάπτυξης διευκολύνουν τα μέλη:
  - ❖ Να αναπτύξουν θετικούς τρόπους επικοινωνίας.
  - ❖ Να αυξήσουν τις αλληλεπιδράσεις τους.
  - ❖ Να αυξήσουν την αυτογνωσία και την αυτοεκτίμησή τους.
  - ❖ Να αναπτύξουν δεξιότητες.
  - ❖ Να δοκιμάσουν νέες συμπεριφορές.

# Β.1 ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

- ▶ ΣΤΟΧΟΙ: Αναγνώριση και έκφραση συναισθημάτων, σύνδεση γεγονότων της ζωής μας με το αντίστοιχο συναίσθημα
- ▶ 1<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Περπατάμε στο χώρο ακούγοντας μουσική. Ο συντονιστής λέει ένα συναίσθημα και τα μέλη πρέπει να συνεχίσουν να περπατούν αποτυπώνοντας αυτό το συναίσθημα στο πρόσωπο και στις κινήσεις τους.
- ▶ 2<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Ο συντονιστής δίνει ένα μεγάλο χάρτινο ζάρι. Κάθε πλευρά του έχει κολλημένη μια εικόνα με ένα συναίσθημα. Ένα- ένα παιδί ρίχνει το ζάρι, αναγνωρίζει το συναίσθημα και το μιμείται. Έπειτα όλη η ομάδα μαζί.
- ▶ 3<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Συζητάμε τι μας κάνει χαρούμενους, λυπημένους, θυμωμένους κτλ.
- ▶ 4<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Προτείνουμε καθένας να πει με μία λέξη ή μία σύντομη φράση πως νιώθει αυτή τη στιγμή



## Β.2 ΑΥΤΟ ΜΟΥ ΑΡΕΣΕΙ ΣΕ ΣΕΝΑ!

- ▶ ΣΤΟΧΟΙ: Ενίσχυση αυτοπεποίθησης, επικοινωνία, έκφραση, αυτοεκτίμηση, θετική σκέψη.
- ▶ 1<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Καθόμαστε σχηματίζοντας έναν κύκλο και ξεκινάμε λέγοντας τι μας αρέσει, ποια εσωτερικά αλλά και εξωτερικά χαρακτηριστικά είναι όμορφα και ιδιαίτερα στον κάθε έναν από την ομάδα.
- ▶ 2<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Συζητάμε με τα μέλη της ομάδας πως ένιωσαν ακούγοντας αυτά τα όμορφα σχόλια.
- ❖ Τα είχαν σκεφτεί οι ίδιοι για τον εαυτό τους;
- ❖ Περίμεναν να ακούσουν τόσο θετικά σχόλια από τους συμμαθητές τους;
- ❖ Πώς ένιωσαν οι ίδιοι μιλώντας με τόσο όμορφα λόγια για τους άλλους;



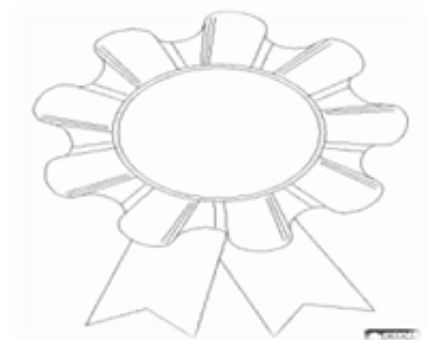
## Β.3 Ο ΚΥΚΛΟΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

- ▶ ΣΤΟΧΟΙ: Αυτογνωσία.
- ▶ 1<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Κάνουμε ένα κολλάζ. Κόβουμε από περιοδικά εικόνες που συμβολίζουν πράγματα και καταστάσεις της ζωής μας. Μετά φτιάχνουμε ένα μεγάλο κύκλο σε ένα χαρτόνι. Τοποθετούμε τις εικόνες μέσα σ' αυτόν από την περιφέρεια προς το κέντρο, ανάλογα με τη σπουδαιότητα που έχουν στη ζωή μας. Μπορούμε να προσθέσουμε λέξεις, φράσεις ή σχέδια.
- ▶ 2<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Εκθέτουμε το έργο μας ώστε να τα βλέπουμε όλοι και συζητάμε.
- ❖ Υπάρχει κάτι στη ζωή σας που θα θέλατε να βρίσκεται σε άλλη θέση ή κάτι που διαπιστώνετε ότι το ξεχάσατε;



## B.4 ΤΟ ΜΕΤΑΛΛΙΟ

- ▶ ΣΤΟΧΟΙ: Αυτογνωσία, αυτοεκτίμηση
- ▶ 1<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Κάθε μέλος της ομάδας παίρνει από μια φωτοτυπία του σχεδίου και φτιάχνει ένα μετάλλιο για τον εαυτό του για κάτι που πιστεύει ότι αξίζει πραγματικά.
- ▶ 2<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Κόβουμε το μετάλλιο και το κολλάμε πάνω μας, κινούμαστε στο χώρο και συναντούμε τους άλλους έναν- έναν.
- ▶ 3<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Επιστρέφουμε στον κύκλο και συζητάμε.
- ❖ Πως είναι για σας να επιβραβεύετε τον εαυτό σας και να το φανερώνετε στους άλλους;
- ❖ Σας έκανε κάτι εντύπωση στα μετάλλια των άλλων;



Γ. ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ



# ΤΟ ΚΛΕΙΣΙΜΟ

- Στο τέλος κάθε συνάντησης ο συντονιστής με τις προτάσεις του διευκολύνει τα μέλη:
- ❖ Να κάνουν απολογισμό των όσων βίωσαν στην ομάδα.
- ❖ Να αποχαιρετιστούν.
- ❖ Να επιστρέψουν στην καθημερινότητα.

# Γ.1 ΤΙ ΠΑΙΡΝΩ ΜΑΖΙ ΜΟΥ


- ΣΤΟΧΟΙ: Να κάνουν απολογισμό των όσων βίωσαν στην ομάδα. Να αποχαιρετιστούν.
- ▶ 1<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Στεκόμαστε όλοι στον κύκλο πιασμένοι από τα χέρια. Κλείνουμε τα μάτια και παίρνουμε μερικές βαθιές εισπνοές. Ξαναβλέπουμε με τη φαντασία μας τη σημερινή συνάντηση και όλα όσα συνέβησαν. Διαλέγουμε κάτι που ήταν σημαντικό για εμάς, κάτι που μάθαμε για τον εαυτό μας.
- ▶ 2<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Όποτε είμαστε έτοιμοι, μπορούμε να ανοίξουμε τα μάτια μας.

# Δ. ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΟΜΑΔΑΣ

## Δ.2 Η ΠΟΡΕΙΑ ΜΟΥ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ

- ▶ ΣΤΟΧΟΣ: Κλείσιμο της ομάδας.
- ▶ 1<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Ζωγραφίζουμε ένα μονοπάτι που θα συμβολίζει την πορεία μας στην ομάδα από την αρχή μέχρι σήμερα. Μπορούμε να προσθέσουμε σχέδια ή λόγια για τις σημαντικές στιγμές που ζήσαμε σε αυτή.
- ▶ 2<sup>ο</sup> ΣΤΑΔΙΟ: Εκθέτουμε τα έργα μας ώστε να μπορούμε να τα δούμε όλοι. Στη συνέχεια, καθένας θα μας παρουσιάσει το δικό του έργο και θα συζητήσουμε.





*«Η διδασκαλία είναι κάτι περισσότερο  
από το να διανέμεις τη γνώση,  
είναι να εμπνέεις την αλλαγή.  
Η μάθηση είναι κάτι περισσότερο  
από το να αποστηθίζεις δεδομένα,  
είναι να φτάνεις στην κατανόηση».*

WILLIAM ARTHUR WARD, ΑΜΕΡΙΚΑΝΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ

# ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- ▶ Αρχοντάκη Ζ., Φιλίππου Δ. (2003), *205 βιωματικές ασκήσεις για εμπύχωση ομάδων*. Εκδόσεις Καστανιώτη.

Ένα Μεγάλο  
Ευχαριστώ !

