

«Όταν τα συναισθήματα παίρνουν ζωή!»

Φύλλα δραστηριοτήτων για Δ', Ε' & Στ' Δημοτικού

Το Πρόσωπο των Συναισθημάτων

Από ένα σάκο με χαρτάκια που γράφουν συναισθήματα τα παιδιά διαλέγουν από ένα και προσπαθούν καθισμένα σε κύκλο, ο καθένας με τη σειρά του, να το αναπαραστήσει με το πρόσωπό του. (πχ χαρά, λύπη, φόβος, συγκίνηση, αγωνία, κλπ). Οι υπόλοιποι προσπαθούν να μαντέψουν ποιο συναίσθημα βλέπουν.

Ο Καθρέφτης των Συναισθημάτων

Οι μαθητές χωρίζονται σε δυάδες. Το ένα παιδί με το πρόσωπό του και μόνο θα πρέπει να εκφράσει ένα συναίσθημα και το ζευγάρι του να τον μιμηθεί σα να κοιτά σε καθρέφτη. Μετά από κάμποσες εκφράσεις, οι ρόλοι αντιστρέφονται.

Πλάτη με Πλάτη

Οι μαθητές χωρίζονται σε δυάδες. Τα ζευγάρια κάθονται ακουμπισμένοι πλάτη με πλάτη. Το ένα παιδί πρέπει να εκφράσει ένα συναίσθημα μόνο με τη χρήση της πλάτης του. Εναλλάξ ο ένας με τον άλλο συνεχίζουν να εκφράζουν τα συναισθήματα καθαυτόν τον τρόπο.

Οι Τρεις Κύκλοι Λυ-Θυ-Φο

Σε ένα χαρτί A4 που είναι σχηματισμένοι τρεις κύκλοι, ο δάσκαλος/α ζητά από τα παιδιά να καταγράψουν πράγματα ή καταστάσεις που τους προκαλούν λύπη, θυμό και φόβο. Στην πίσω σελίδα τα παιδιά προσπαθούν να σκεφτούν και να καταγράψουν διάφορους τρόπους αντιμετώπισης των τριών δυσφορικών συναισθημάτων και στη συνέχεια να τους συζητήσουν σε ομάδες.

«Όταν τα συναισθήματα παίρνουν ζωή!»

Φύλλα δραστηριοτήτων για Δ', Ε' & Στ' Δημοτικού

Πες το χωρίς να το πεις

Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο. Ξεκινάει ο δάσκαλος πετώντας ένα μπαλάκι σε έναν μαθητή. Ο μαθητής προσπαθεί με διάφορους τρόπους να δείξει ένα συναίσθημα αλλά χωρίς να το ονοματίσει. Πχ μπορεί να κάνει ένα μορφασμό με το πρόσωπό του ή μία κίνηση με το σώμα του. Όποιος από τους άλλους μαθητές βρει πρώτος την απάντηση, τότε παίρνει το μπαλάκι και είναι η σειρά του. Σκοπός του παιχνιδιού είναι να ειπωθούν διαφορετικά συναισθήματα και όχι τα ίδια ώστε τα παιδιά να καταλάβουν ότι υπάρχουν πολλά και διαφορετικά συναισθήματα (φόβος, ανακούφιση, μοναξιά, θυμός, ενθουσιασμός, χαρά, ευχαρίστηση, περηφάνια, ανησυχία, ευγνωμοσύνη, νευρικότητα, άγχος, κλπ.)

Το Αλφαβητάρι των Συναισθημάτων

Με το κάθε γράμμα της αλφαβήτου τα παιδιά προσπαθούν να βρουν και από ένα συναίσθημα. Το καταγράφει ο καθένας σε ένα χαρτί Α4.

Παραδείγματα:

Αγάπη

Βαρεμάρα

Γοητεία

Δειλία

Ενθουσιασμό

Ζήλια

«Όταν τα συναισθήματα παίρνουν ζωή!»

Φύλλα δραστηριοτήτων για Δ', Ε' & Στ' Δημοτικού

Τα κρυμμένα συναισθήματα

Τα παιδιά προσπαθούν να βρουν αποκρυπτογραφώντας τα μπερδεμένα γράμματα, διάφορα συναισθήματα.

Παραδείγματα:

ΣΟΕΘΙΝΟΣΑΜΣΥ (ενθουσιασμός) ΗΠΓΟΤΕΣΥΑΗ (απογοήτευση)

Βρες το άλλο σου μισό

Ο δάσκαλος/α μοιράζει στα παιδιά χαρτάκια/κάρτες με μια ημιτελή φράση. Αυτή η φράση πρέπει να βρει το άλλο της μισό για να βγάλει νόημα. Έτσι τα παιδιά κινούμενα στο χώρο θα πρέπει να βρουν το ταίρι τους λέγοντας ο ένας στον άλλο τι γράφει η δική τους κάρτα. Στο τέλος αφού έχουν σχηματιστεί τα ζευγάρια, γίνεται η επαλήθευση των γνωμικών/παροιμιών που είναι σχετικά με τα συναισθήματα και συζητιέται η χρήση τους στην καθημερινότητα με παραδείγματα.

Παραδείγματα:

Φόβος:

Ο φόβος..... φυλάει τα έρμα

Ο βρεγμένος... τη βροχή δεν τη φοβάται

Καθαρός ουρανός... αστραπές δε φοβάται

Θυμός:

Άστραψε... και βρόντηξε

Έκπληξη:

Παρουσιάστηκε... σαν τον φάντη μπαστούνι

Τον έπιασε... στα πράσα

Έμεινε... στήλη άλατος



Έπεσε... από τα σύννεφα

Αγάπη

Αγάπα τον πλησίον σου... όσο τον εαυτό σου

Κακία

Το γινάτι... βγάζει μάτι

Όποιος σκάβει το λάκκο του άλλου... πέφτει ο ίδιος μέσα

Άσπρισε... από το κακό του

Κοκκίνισε... από ντροπή

Πρασίνισε... από τη ζήλια του

Κιτρίνισε... από το φόβο του



«Όταν τα συναισθήματα παίρνουν ζωή!»

Φύλλα δραστηριοτήτων για Δ', Ε' & Στ' Δημοτικού

Το κρυπτόλεξο των συναισθημάτων

Κρυμμένες λέξεις: Αγάπη, δισταγμός, συγκίνηση, μίσος, φόβος, τόλμη, αισιοδοξία, πένθος, ελπίδα, χαρά, στοργή, ευτυχία, ζήλια, θυμός, οίκτος, λύπη, απόγνωση, λατρεία, τρόμος, θαυμασμός, ικανοποίηση, δέος, απορία, μανία, θάρρος, συμπόνια, υποψία.

Τ	Σ	Α	Ι	Χ	Τ	Ο	Λ	Μ	Η	Β	Ε	Ρ	Α	Δ	Ι
Ρ	Α	Ι	Σ	Ι	Ο	Δ	Ο	Ξ	Ι	Α	Τ	Ε	Σ	Ι	Κ
Υ	Φ	Π	Τ	Θ	Α	Ρ	Ρ	Ο	Σ	Σ	Ι	Χ	Υ	Σ	Α
Π	Ε	Κ	Ο	Ι	Κ	Τ	Ο	Σ	Ε	Τ	Ο	Υ	Μ	Τ	Ν
Ο	Υ	Τ	Ρ	Γ	Ι	Ε	Ψ	Υ	Γ	Ι	Α	Σ	Π	Α	Ο
Ψ	Τ	Ε	Γ	Α	Ν	Ι	Λ	Ε	Λ	Θ	Η	Π	Ο	Γ	Π
Ι	Υ	Ν	Η	Κ	Λ	Ω	Ο	Π	Ρ	Α	Ν	Ε	Ν	Μ	Ο
Α	Χ	Α	Ρ	Α	Ι	Τ	Σ	Ο	Ι	Ζ	Τ	Σ	Ι	Ο	Ι
Π	Ι	Ζ	Ε	Ξ	Γ	Ο	Ν	Η	Σ	Δ	Ε	Ρ	Α	Σ	Η
Ε	Α	Π	Ο	Ρ	Ι	Α	Υ	Δ	Τ	Ο	Α	Ζ	Ε	Τ	Σ
Ν	Ζ	Η	Λ	Ι	Α	Ρ	Π	Ι	Υ	Δ	Ε	Ο	Σ	Ι	Η
Θ	Υ	Μ	Ο	Σ	Τ	Υ	Ζ	Η	Λ	Υ	Π	Η	Υ	Ζ	Α
Ο	Φ	Ο	Β	Ο	Σ	Ε	Θ	Α	Υ	Μ	Α	Σ	Μ	Ο	Σ
Σ	Υ	Γ	Κ	Ι	Ν	Η	Σ	Η	Ξ	Ε	Μ	Α	Ν	Ι	Α

«Όταν τα συναισθήματα παίρνουν ζωή!»

Φύλλα δραστηριοτήτων για Δ', Ε' & Στ' Δημοτικού

Η παρεξήγηση

Ο Γιώργος και ο Κώστας είναι αχώριστοι φίλοι! Όμως σήμερα δε μιλάνε καθόλου στο σχολείο... Όλη την ώρα θέλουν να τσακωθούν αλλά είναι και οι δύο πολύ λυπημένοι... Σκέψου τι μπορεί να έχει συμβεί και πως μπορούν να τα ξαναβρούν:

Η παρεξήγηση:

.....

.....

.....

.....

.....

Η λύση:

.....

.....

.....

.....

«Όταν τα συναισθήματα παίρνουν ζωή!»

Φύλλα δραστηριοτήτων για Δ', Ε' & Στ' Δημοτικού

Ζωγραφίζουμε το συναίσθημά μας

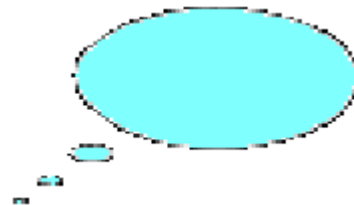
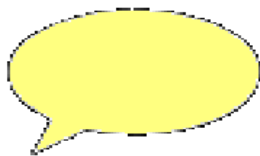
Κάνουμε μια γκριμάτσα που να δείχνει ένα συναίσθημα. Προσπαθούμε να μας φανταστούμε και να ζωγραφίσουμε το πρόσωπό μας σε χαρτί. Κοιτάμε μετά στον καθρέφτη και βλέπουμε αν υπάρχουν διαφορές.

Ζωγραφίζουμε αυτό που μας φοβίζει

Βάζουμε τα παιδιά να σκεφτούν κάτι που τους φοβίζει και να το ζωγραφίσουν σε χαρτί.

Συζητάμε μετά όλοι μαζί τις αντιδράσεις που έχουμε όταν φοβόμαστε και τι θα μπορούσαμε να κάνουμε για να νιώσουμε καλύτερα.

Τι είναι αυτό που σε φοβίζει;



Φτιάχνουμε το συναίσθημα του συμμαθητή μας!

Χωρίζουμε τα παιδιά σε ζευγάρια και το ένα παιδί φτιάχνει τον απέναντί του σαν γλυπτό που δείχνει ένα συναίσθημα και μία κατάσταση. Για παράδειγμα, του βάζει τα χέρια σε γροθιές, του φτιάχνει την γκριμάτσα του θυμού, το ένα πόδι λυγισμένο κλπ.