



Erasmus+ KA229 project No: 2020-1-PL01-KA229-081947

“Creating inclusive learning environment for students with special needs”.

“Δημιουργία συμπεριληπτικού περιβάλλοντος μάθησης για παιδιά με ειδικές ανάγκες

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ (Mindfulness)

«ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΦΙΛΟΥΣ»

Ένα πρόγραμμα για την εκπαίδευση των παιδιών στις ατομικές διαφορές και την καλλιέργεια της ενσυναίσθησης

Οι πιο κάτω δραστηριότητες προέρχονται από το πρόγραμμα «Κατανοώντας τους φίλους» (understanding friends) της Catherine Faherty. Μετάφραση-Προσαρμογή στην Ελληνική γλώσσα: Βάγια Παπαγεωργίου – Ματίνα Παπαγεωργίου

Στην παρούσα δραστηριότητα θα χρησιμοποιηθεί ένα μέρος των δραστηριοτήτων από το γενικό πρόγραμμα.

Κέντρα Βιωματικών Δραστηριοτήτων: Εναλλαγή Ομάδων

Μοιράζουμε τους μαθητές σε 4 ομάδες των τεσσάρων ατόμων. Έχουμε 2 τραπέζια με τα υλικά των δραστηριοτήτων έτοιμα.

Κάνουμε μια σύντομη εισαγωγή για κάθε κέντρο, κρατώντας ψηλά τα υλικά του κάθε τραπέζιού. Π.χ. για τη δραστηριότητα σχετικά με τις δυσκολίες λεπτής κινητικότητας, λέμε: «Όταν θα πάτε σ' αυτό το τραπέζι, θα φορέσετε αυτά τα μεγάλα γάντια.... είναι πολύ μεγάλα σας, αλλά είναι εντάξει. Όταν θα τα φορέσετε, πρέπει να περάσετε στο κορδόνι αυτές τις χάντρες και να περάσετε το παξιμάδι στη βίδα φορώντας τα γάντια. Θα διαπιστώσετε πώς θα ήταν αν τα χέρια σας λειτουργούσαν διαφορετικά απ' ότι λειτουργούν τώρα»(λεπτή κινητικότητα). Διαβεβαιώνουμε τους μαθητές ότι επιτρέπεται να διασκεδάσουν με τη δραστηριότητα, αλλά παράλληλα να σκεφθούν τι πράγματα μπορεί να ήταν δύσκολο να κάνουν, αν οι δεξιότητες τους στη λεπτή κινητικότητα ήταν κάπως έτσι. Ρωτάμε τι μπορεί να ήταν διαφορετικό για τον καθένα. Πώς θα ήταν η δουλειά τους για τους άλλους; Θα είχαν ανάγκη από κάποια ειδική μορφή βοήθειας;

Χτυπάμε ένα κουδούνι όταν είναι η ώρα εναλλαγής των ομάδων, από το ένα κέντρο δραστηριοτήτων στο άλλο (περίπου γύρω στα 4-5 λεπτά σε κάθε κέντρο). Κάνουμε γρήγορα την αλλαγή, για να κρατήσουμε το ενδιαφέρον των παιδιών. Όταν όλες οι ομάδες έχουν περάσει από όλα τα κέντρα, γίνεται συζήτηση.

ΥΛΙΚΑ και ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Για ομάδα περίπου 16 μαθητών:

1. Δραστηριότητα Λεπτής Κινητικότητας

4 ζευγάρια μεγάλα υφασμάτινα γάντια κηπουρικής

4 ζευγάρια κορδόνια παπουτσιών και χάντρες. Τοποθετείστε τα σε 4 μικρά κουτιά

4 σετ βίδες

Τραπέζι με 4 καρέκλες

2. Οπτική Δραστηριότητα

4 ζευγάρια προστατευτικά γυαλιά καλυμμένα με μεμβράνη κουζίνας

4 μολύβια και 4 σελίδες χαρτιού με γραμμές

Βιβλία αντίστοιχα της τάξης

Τραπέζι με 4 καρέκλες

Κάθε παιδί φορά γυαλιά (δεν βλέπει καλά λόγω μεμβράνης). Προσπαθούν να γράψουν στο χαρτί, πάνω στις γραμμές και να διαβάσουν κάτι από κάποιο βιβλίο.

Προσοχή: δεν επιτρέπεται να βγάλουν τα γυαλιά πριν να τελειώσει η δραστηριότητα.

3. Αντιληπτική Δραστηριότητα

Αυτοκόλλητη ταινία και κιάλια: Κολλήστε στο πάτωμα ταινία σε μια γραμμή και ζητήστε από τα παιδιά να περπατήσουν με τη σειρά πάνω στη γραμμή αυτή, κοιτώντας μέσα από τα κιάλια, αλλά από την ανάποδη μεριά. Αυτό παραποιεί την αντίληψη της γραμμής.

4. Οπτική και λεκτική δραστηριότητα

2 μαντήλια για δέσουμε τα μάτια των μαθητών.

Καρέκλες, μεγάλα κουτιά ή τραπεζάκια ή τσάντα ή στιδήποτε μπορεί να τοποθετηθεί για εμπόδιο.

Η δραστηριότητα αυτή γίνεται ανά ζεύγη. Δένουμε τα μάτια του ενός μαθητή και δίνουμε την οδηγία στον δεύτερο μαθητή να καθοδηγήσει τον μαθητή με τα δεμένα μάτια στο χώρο, χωρίς όμως να μιλά. Μόλις δέσουμε τα μάτια του μαθητή τοποθετούμε εμπόδια στο χώρο (δεν τα βάζουμε από την αρχή για να μην το γνωρίζει). Στα δύο λεπτά οι μαθητές αλλάζουν ρόλο.

Στο τέλος των δραστηριοτήτων συζητάμε με τους μαθητές, σχετικά με το πως ένιωσαν, τι τους δυσκόλεψε, τι θα τους δυσκόλευε στην καθημερινότητα τους, τι θα ήταν δύσκολο να κάνουν, αν θα χρειάζονταν κάποιας μορφής βοήθεια κλπ.

Εξηγούμε ότι όλοι είμαστε διαφορετικοί και ότι οι δραστηριότητες αυτές έγιναν για να αναπτύξουμε την ενσυναίσθηση (empathy = η ικανότητα κατανόησης της συμπεριφοράς, των συναισθημάτων και των κινήτρων ενός άλλου ατόμου, χωρίς να υπάρχει πλήρης συναισθηματική ταύτιση των δύο ατόμων).

Ιωάννα Κωνσταντινίδη

Ψυχολόγος ΕΔΥ



Erasmus+

