



Κάθε αλλαγή
μια φωτεινή αρχή

Μικρές ηλιοχτίδες
ενδυνάμωσης και φροντίδας
μέσα από το ... παράθυρο!

Ιωάννα Μενδρινού





Δυο λόγια.....

Το πρόγραμμα «**Κάθε αλλαγή μία φωτεινή αρχή!**» αποτελεί μία δομημένη εκπαιδευτική παρέμβαση επτά τρίωρων εργαστηρίων δεξιοτήτων που εκπονήθηκε από την υπογράφουσα στο πλαίσιο των Εργαστηρίων καλλιέργειας Δεξιοτήτων, για την κοινωνικο-συναισθηματική υποστήριξη και ενδυνάμωση μαθητών Νηπιαγωγείου-Α΄ Δημοτικού σε περιόδους αλλαγών.

Ειδικότερα, επικεντρώνεται στο ζήτημα της μετάβασης, της υποδοχής και των διεργασιών ομαλής προσαρμογής των μαθητών/-τριών στο Νηπιαγωγείο και στην Α΄ Δημοτικού. Σε δύο σημαντικές επομένως, στιγμές στη ζωή τους, καθοριστικές για την ψυχοκοινωνική εξέλιξη και τη σχολική τους πορεία και πρόοδο.

Στοχεύει στην καλλιέργεια δεξιοτήτων για την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας, τη διαχείριση, ομαλή μετάβαση και προσαρμογή στις αλλαγές που επιφέρει η πρώτη φοίτηση ή η φοίτηση σε νέο σχολείο (αλλαγή εκπαιδευτικής βαθμίδας).

Συστήνεται η υλοποίησή του στην εκκίνηση της σχολικής χρονιάς και η επέκτασή του με διάχυση σε όλο το σχολικό πρόγραμμα.

Βρίσκεται αναρτημένο στην πλατφόρμα επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών για τα Εργαστήρια Δεξιοτήτων του ΙΕΠ στη θεματική ενότητα ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ-ΕΥ ΖΗΝ

Το ταξίδι μας ξεκίνησε με ένα γράμμα.

Το γράμμα του Ήλιου

Καλημέρα παιδιά,

Καλώς σας βρήκα! Καλό φθινόπωρο με γέλια και παιχνίδια!



Το ξέρω ότι θα σας λείπει το καλοκαίρι!

Και σε μένα το ίδιο

Περισσότερο θα μου λείψουν η ξεγνοιασιά και οι ατέλειωτες ποδηλατοβόλτες ψηλά στο μονοπάτι του ουρανού. Η πρωινή ησυχία και οι μεσημεριανές κουβέντες με τον τζιτζικα τον φίλο μου. Τα παιχνιδίσματα με το φως πάνω στην ήρεμη θάλασσα και η μεγααααάλλη δροσερή βουτιά λίγο πριν κρυφτώ στη δύση. Α, μην το ξεχάσω... Και τα παγωτά θα μου λείψουν, και τα καρπούζια ...

Όμως δεν στεναχωριέμαι που τέλειωσε το καλοκαίρι...

Γιατί και το φθινόπωρο, έχει τη χάρη του.

Εγώ το αγαπώ το φθινόπωρο. Είναι η εποχή που μπορώ να παίξω κρυφτό με τα φιλαράκια μου τα σύννεφα.

Είναι η εποχή που ζυπνά το αεράκι με δροσιές και όρεξη για αταξίες και ζαβολιές! Πόσο διασκεδαστικό είναι όταν κάνουμε αγώνες δύναμης! Και φυσά, και φυσά, και ξεφυσά ... Πότε φανερά και πότε κρυφά, μα δεν τα καταφέρνει να βγάλει τις ζακέτες των ανθρώπων. Γιατί όσο φυσά, εκείνοι τις σφίγγουν περισσότερο πάνω τους για να μην κρυώσουν. Και τότε εκνευρίζεται και σκορπιά τα φύλλα από τα δέντρα. Ανακατεύει τα μαλλιά των κοριτσιών και ρίχνει τη μπουγάδα με τα καθαρά ρούχα από το σκονί.

Αυτό που μου αρέσει όμως πιο πολύ στο φθινόπωρο, είναι ότι ανοίγουν τα σχολεία! Κι αυτό είναι το καλύτερο από όλα!

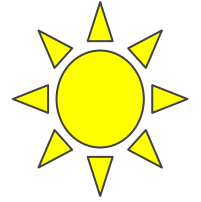
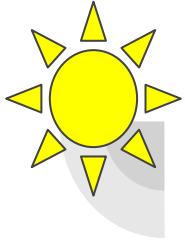
Κάθε πρωί παιδιά, θα ζυπνάμε μαζί. Μαζί θα πηγαίνουμε στο σχολείο και το μεσημέρι πάλι πίσω στο σπίτι.

Κι αν κάποιο παιδάκι είναι νυσταγμένο θα του χαϊδεύω ζεστά το μάγουλο και την πλατούλα.

Κι αν κάποιο παιδάκι πάει πρώτη φορά σχολείο, θα στείλω τις ηλιαχτίδες μου να πλέξουν μια φωτεινή ακτινοκορδέλα, που θα συνδέσει το σπίτι με το σχολείο, για να μη χάνει ποτέ τον δρόμο. Οι μικρές ηλιαχτίδες θα το υποδεχτούν γλιστρώντας μέσα από τα ανοιχτά παράθυρα της τάξης. Και θα σκαρώνουν παιχνίδια και χορούς για να περνά καλά και να μαθαίνει, και να μεγαλώνει παρέα με τους καινούργιους του φίλους.

Κάθε μέρα θα ακούω το μελισσένιο βουητό και τα γέλια σας στο διάλειμμα. Κι ένα μεγάλο χαμόγελο θα σχηματίζεται στα χείλη μου.

Καλή αρχή λοιπόν,
Ο φίλος σας ο Ήλιος

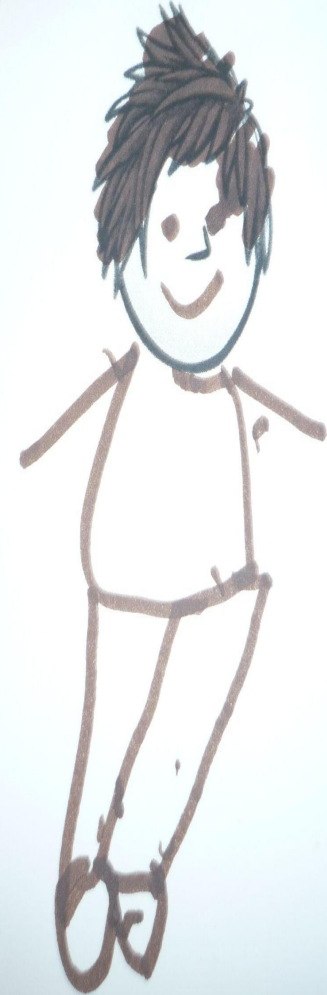


Οι πρώτες ηλιαχτίδες έφτασαν παρέα με τον ήλιο στην τάξη και εμείς τους δώσαμε μορφή στις ζωγραφιές μας.

Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο



Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο





Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο ...



Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο ...



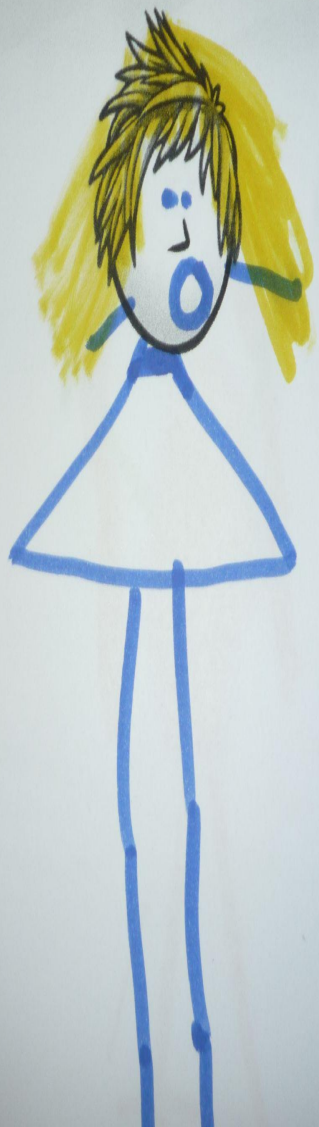
Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο ...

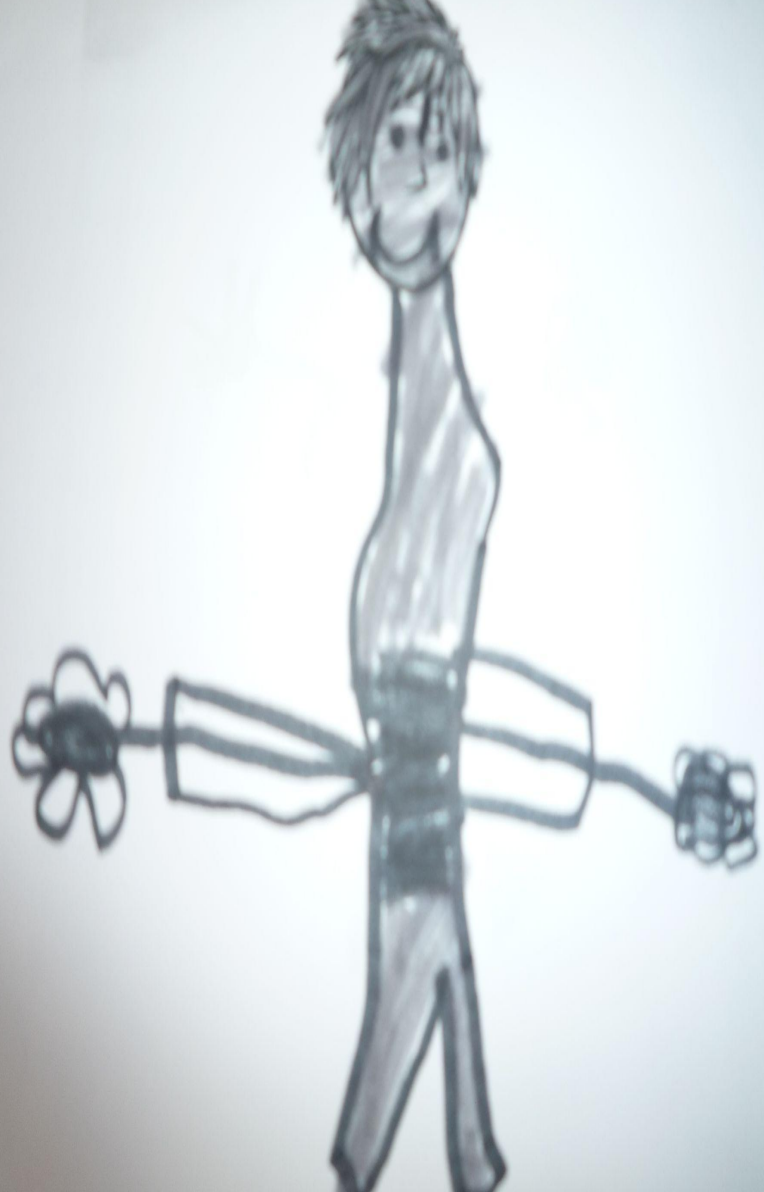


Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο ...



Η μικρή ηλιαχτίδα Συμπληρώνω το σχέδιο





Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο ...



Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο ...



Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο ...

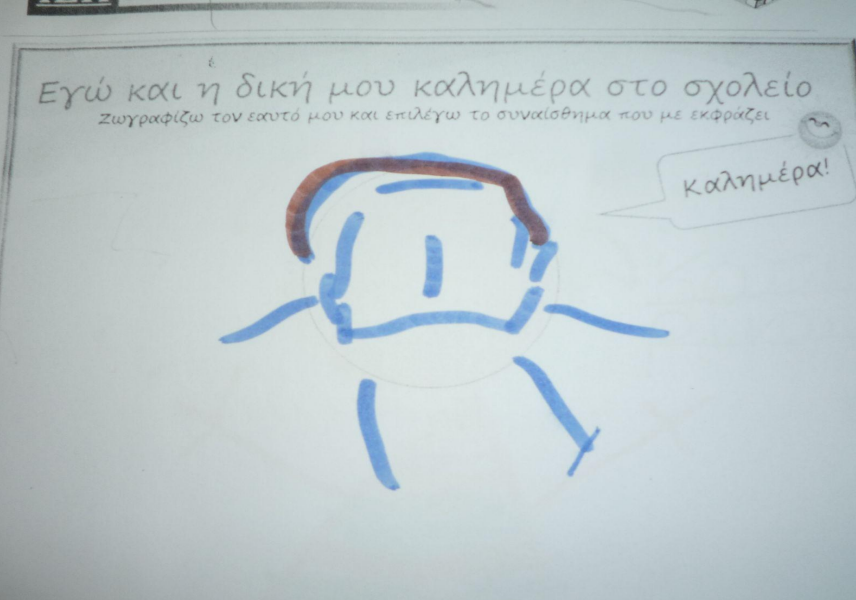
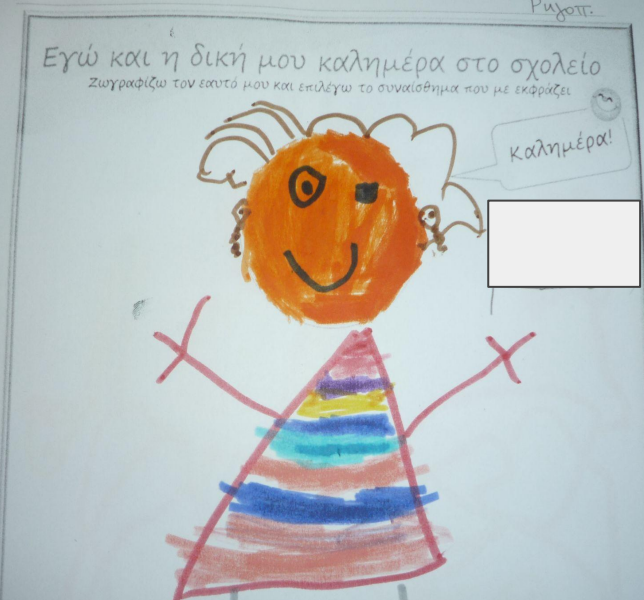


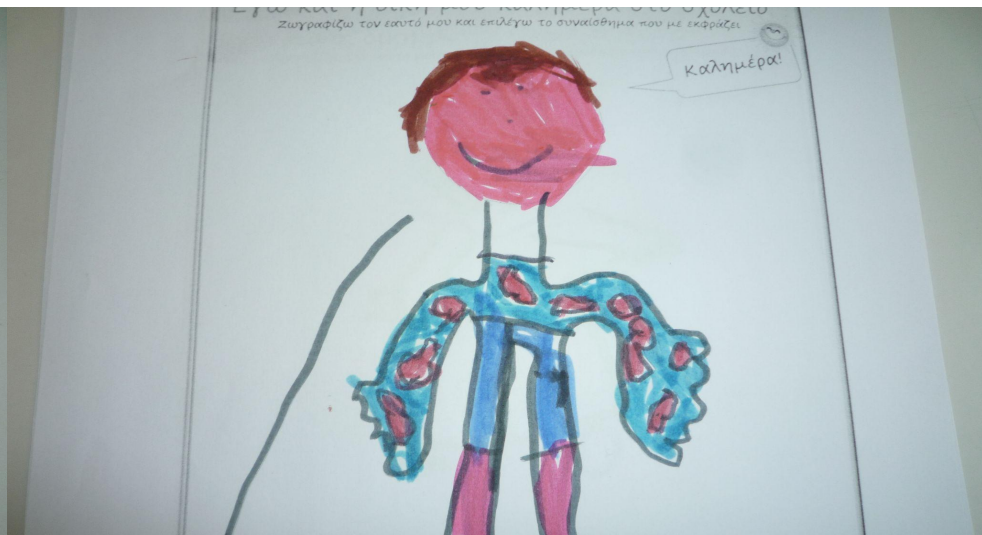
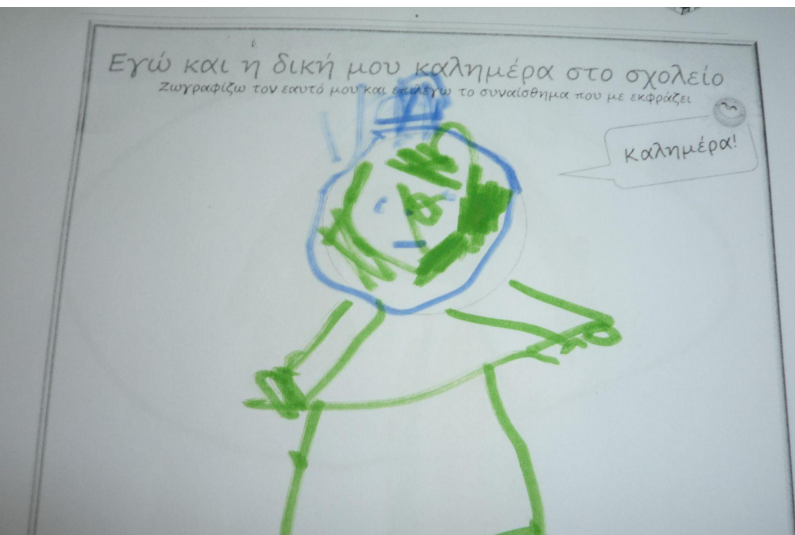
Η μικρή ηλιαχτίδα ... Συμπληρώνω το σχέδιο ...





Και όταν αρχίσαμε να νιώθουμε πιο οικεία στο νέο περιβάλλον, φτιάξαμε την πιο όμορφη ΚΑΛΗΜΕΡΑ μας, για να ξεκινάμε όμορφα την ημέρα μας.





Εγώ και η δική μου καλημέρα στο σχολείο
Ζωγραφίζω τον εαυτό μου και επιλέγω το συναισθήμα που με εκφράζει



Εγώ και η δική μου καλημέρα στο σχολείο
Ζωγραφίζω τον εαυτό μου και επιλέγω το συναισθήμα που με εκφράζει

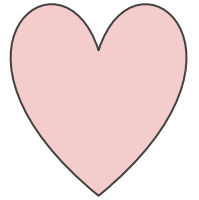


Εγώ και η δική μου καλημέρα στο σχολείο
Ζωγραφίζω τον εαυτό μου και επιλέγω το συναισθήμα που με εκφράζει



Εγώ και η δική μου καλημέρα στο σχολείο
Ζωγραφίζω τον εαυτό μου και επιλέγω το συναισθήμα που με εκφράζει





Και επειδή γρήγορα ο Ήλιος με τις ηλιαχτίδες του έγιναν φίλοι μας καλοί, φέραμε στην τάξη τα αγαπημένα μας αντικείμενα για να τους τα δείξουμε.

Το αγαπημένο μου αντικείμενο είναι ένα... χταρδάκι



Γιατί;

...κάνω
...ωραία
...παχνίδι.

Μου το χάρισε/έδωσε/πήρε

...η μαμά... μου.....

Πώς νιώθω που παρουσιάσα στο σχολείο το αγαπημένο μου αντικείμενο από το σπίτι;



Γιατί;

...μου αρέσει το
...χρώμα... της...

Μου το χάρισε/έδωσε/πήρε

...η θεία μου.....

Το αγαπημένο μου αντικείμενο είναι... μια... χταρδάκι...



Γιατί;

...χοιμάκι
...μαζί... της... με
...πα... παίρνε
...αγαλιά

Μου το χάρισε/έδωσε/πήρε

...η αδελφή... μου... η...

...χριστίνα

Γιατί;

...Έχουν... ωραία
...χρώματα

Μου το χάρισε/έδωσε/πήρε

...ο μπαμπάς και η μαμά





Το αγαπημένο μου αντικείμενο είναι... ένα... μπασκέτμπολ
 & ένα παπούτσι



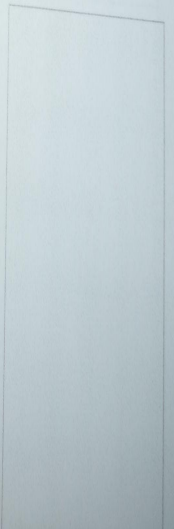
Γιατί:
 ...κοιμάμαι...
 ...μαζί της...



Γιατί:
 ...Πιχνει... νερό και
 ...σπινει φωτιές...

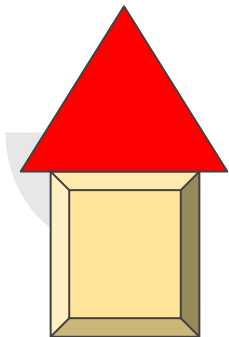


Γιατί:
 ...Μιλάει και...
 ...βγαίνει φωτιές...



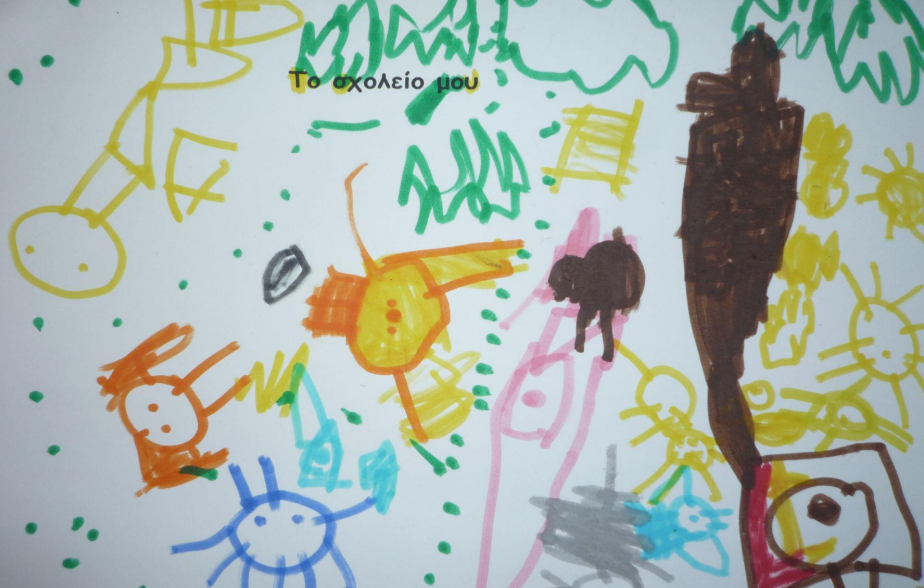
Μου το χάρισε/έδωσε/πήρε
 ...ο μπαμπάς...

Μου το χάρισε/έδωσε/πήρε
 ...Η μαμά και ο μπαμπάς...

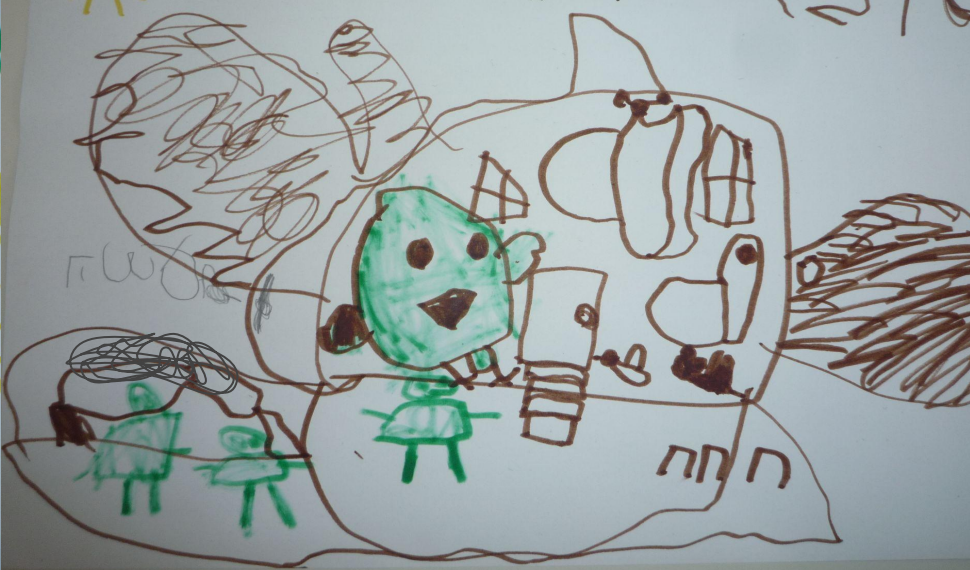


Και έπειτα πήραμε χρώματα πολλά και με έμπνευση πολύ, ζωγραφίσαμε το σχολείο μας, γιατί θέλαμε να το δείξουμε στους νέους μας φίλους.

Το σχολείο μου



Γ.Λ.Ο.



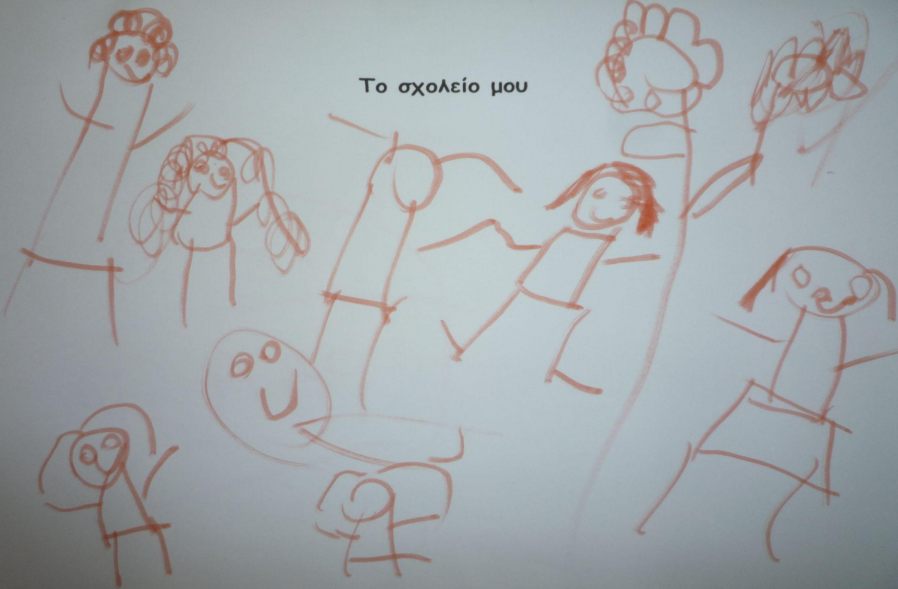
Το σχολείο μου



Το σχολείο μου



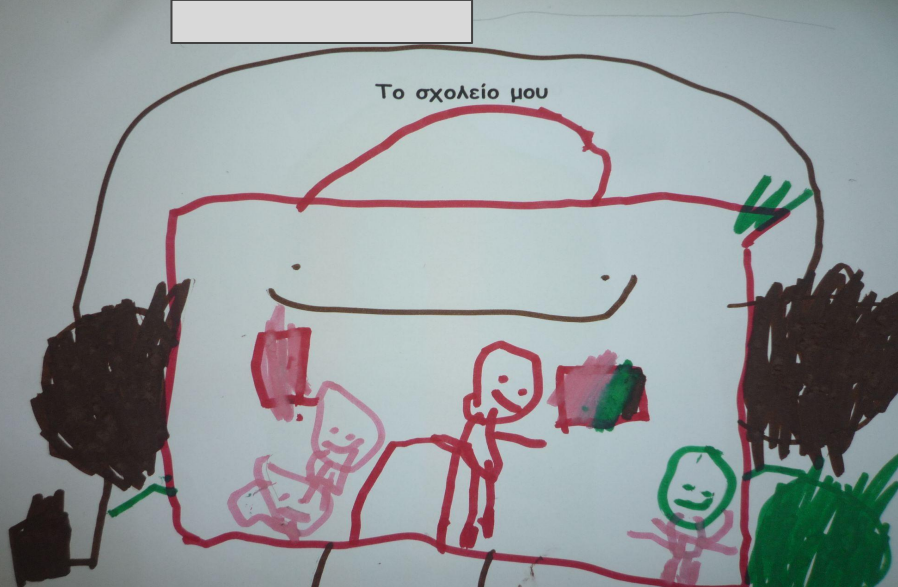
Το σχολείο μου



Το σχολείο μου



Το σχολείο μου



Το σχολείο μου



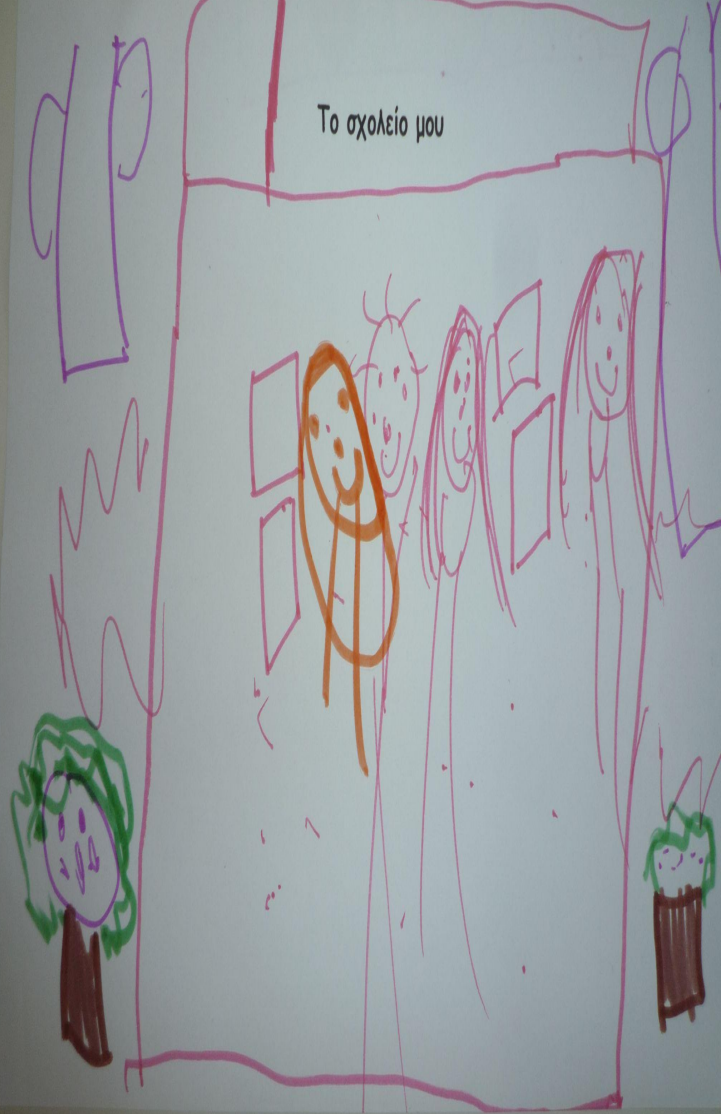
Το σχολείο μου

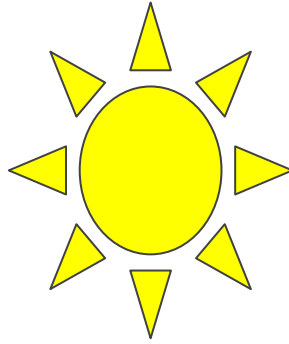


Το σχολείο μου



Το σχολείο μου





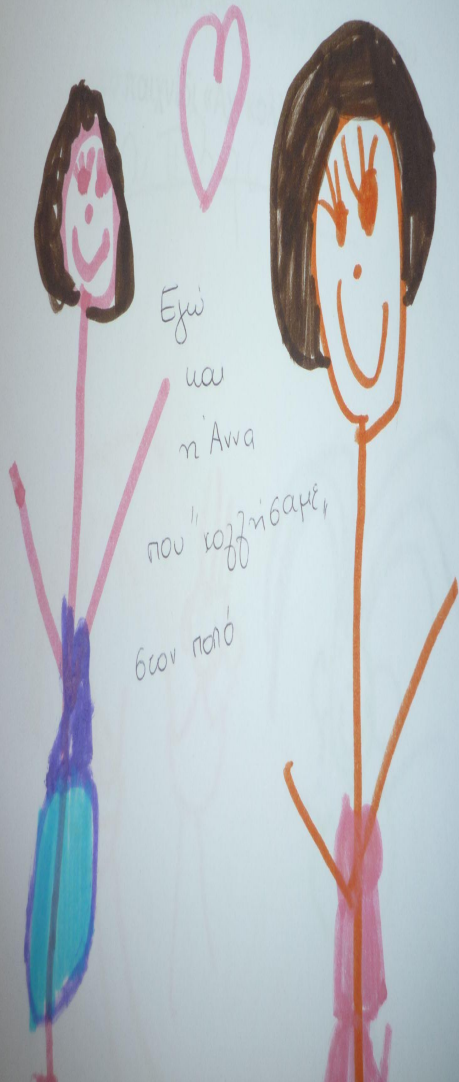
ο κύριος Ήλιος με τις φωτεινές του ηλιαχτίδες έκαναν τις πρώτες μας ημέρες στο Νηπιαγωγείο, λίγο πιο όμορφες. Μας έδωσαν ιδέες για τα πιο όμορφα παιχνίδια και εμείς ζωγραφίσαμε αυτό που μας άρεσε περισσότερο, το “Αχ, κολλήσαμε”!

στο παιχνίδι «Αχ, κολλήσαμε!»

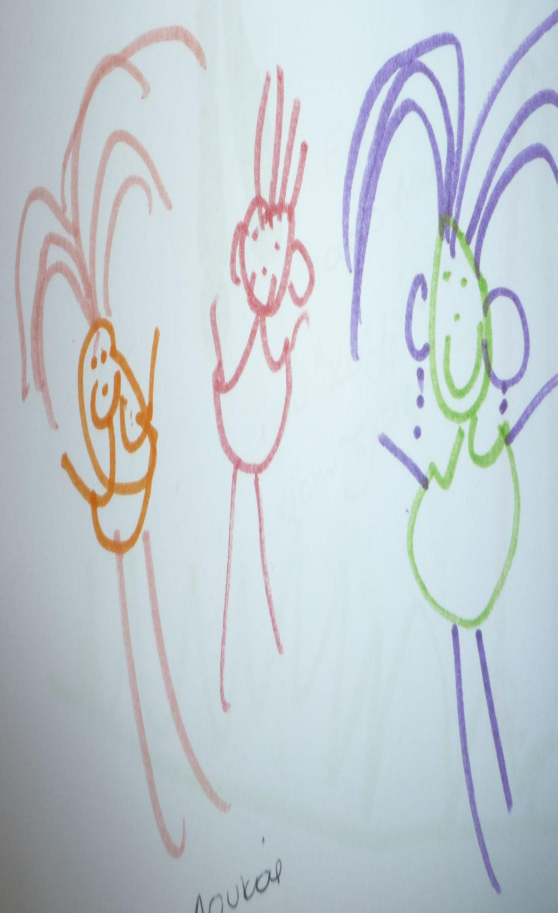


Εγώ και η
Κατερίνα που
"κολλήσαμε"
βουνό θύμια

στο παιχνίδι «Αχ, κολλήσαμε!»



Εγώ
και
η Άννα
που "κολλήσαμε"
βουνό ποτό



Ανταρ

Ζωγραφίζω εμένα και το ζευγάρι μου
στο παιχνίδι «Αχ, κολλήσαμε!»

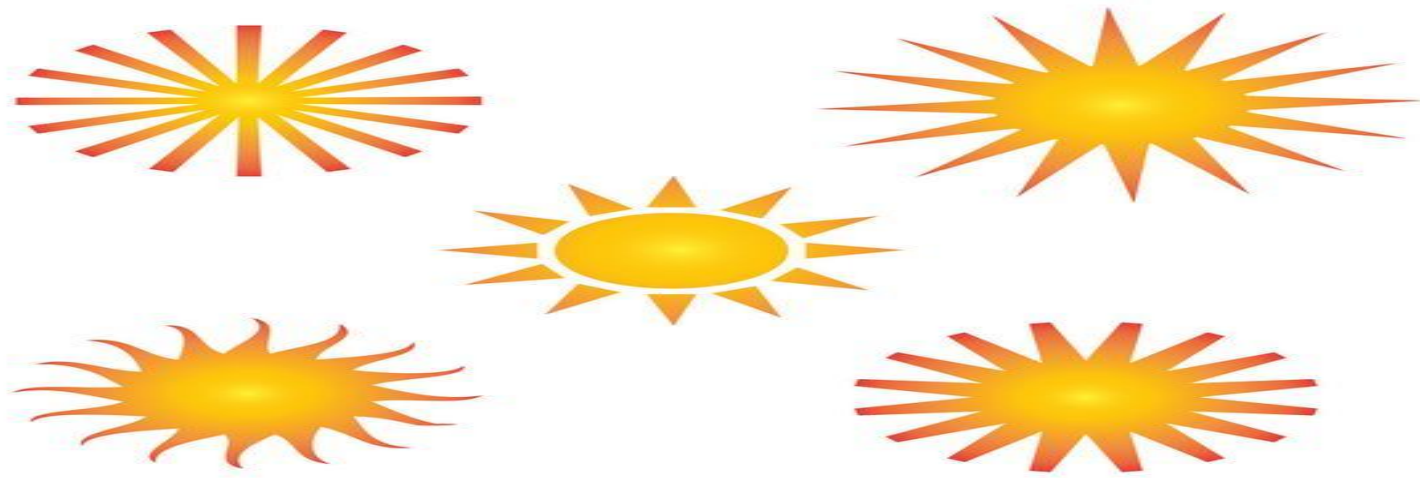


Εγώ
και ο Λουκάς
που "κολλήσαμε"
στη γάση

Ζωγραφίζω εμένα και το ζευγάρι μου
στο παιχνίδι «Αχ, κολλήσαμε!»



Εγώ
και ο
Δημήτρης
"κολλήσαμε"
στο κούτσυρο



Ο Ήλιος και οι ηλιαχτίδες του, μας βοήθησαν να ονειρευτούμε, να μιλήσουμε για τους φόβους μας και να τους μοιραστούμε με τους φίλους μας για να τους ξεφορτίσουμε...

όλα πήγαμε
έχουμε όλοι μας
μεση
ακαζο



Ονειρεύτηκα
όσα πήγαμε
δω χωράφι και
μαζέψαμε ξηλά



Ζωγραφίζω τι ονειρεύτηκα!



όλα έκανα
ιππασία πάνω σε
ένα όλογο



Ονειρεύτησα
όσα πήγαμε
στη θάλασσα
και φάγαμε παγωτά



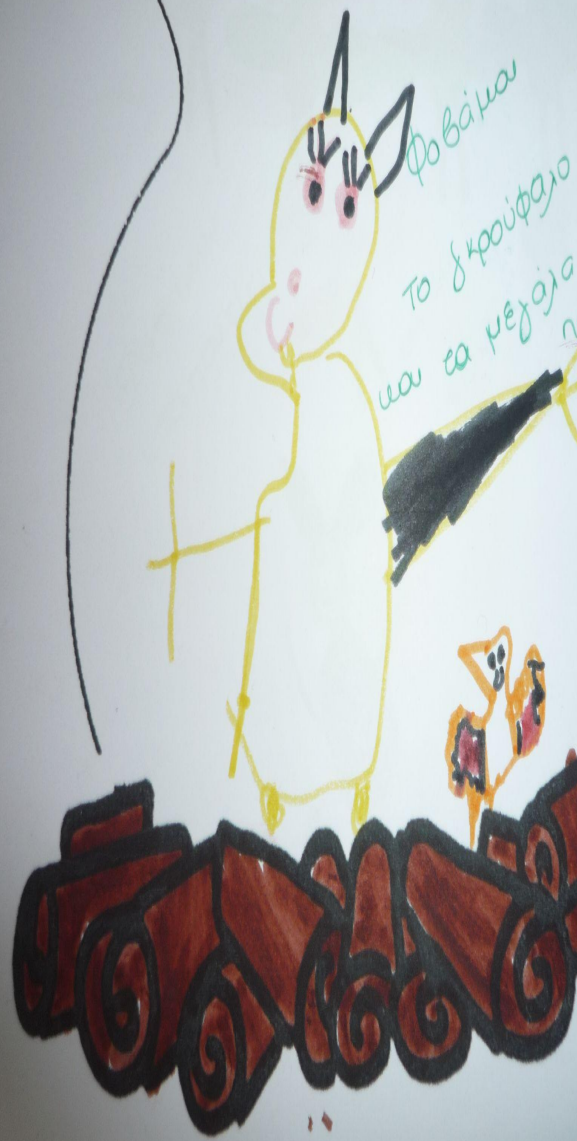
ρίχνω αλάτι και πιπέρι, τραγουδάμε και
θα τους φάω το μεσημέρι, τι ωραία που



«Η ΣΟΥΠΑ ΤΩΝ ΦΟΒΩΝ»
ωγραφίζω τους φόβους μου και τους ρίχνω στο καζάνι!



Φόβους ρίχνω στο τσουκάλι και χορεύω γύρω.
Παίρνω ένα μακρύ κουτάλι με τους φίλους μου
ρίχνω αλάτι και πιπέρι, τραγουδάμε και γε
θα τους φάω το μεσημέρι, τι ωραία που πε



... τους ρίχνω στο καζάνι!

... τους ρίχνω στο τσουκάλι και χορεύω
Παίρνω ένα μακρύ κουτάλι με τους φίλους μου τριγύρω,
ρίχνω αλάτι και πιπέρι, τραγουδάμε και γελάμε
θα τους φάω το μεσημέρι, τι ωραία που περνάμε!



ΕΛ
[Redacted]

«Η ΣΟΥΠΑ ΤΩΝ ΦΟΒΩΝ»

Ζωγραφίζω τους φόβους μου και τους ρίχνω στο καζάνι!

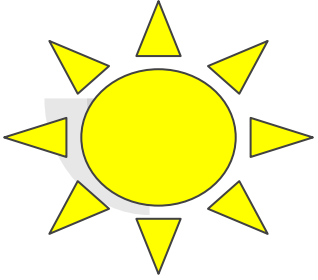
Φόβους ρίχνω στο τσουκάλι και χορεύω γύρω γύρω!
Παίρνω ένα μακρύ κουτάλι με τους φίλους μου τριγύρω,
ρίχνω αλάτι και πιπέρι, τραγουδάμε και γελάμε
θα τους φάω το μεσημέρι, τι ωραία που περνάμε!



... τους ρίχνω στο καζάνι!

Παίρνω ένα μακρύ κουτάλι
ρίχνω αλάτι και πιπέρι
θα τους φάω το μεσημέρι





Και λίγο πριν ο ήλιος και οι ηλιαχτίδες του μας αποχαιρετήσουν, σκεφτήκαμε όλοι μαζί τί θα μπορούσαμε να κάνουμε για να γίνει το σχολείο μας πιο όμορφο και πώς αυτό θα έμοιαζε μετά.

- Να φυτέψουμε λαχανικά και λουλούδια
- Να φτιάξουμε ζωγραφιστό κουτσό στην αυλή.
- Να βάλουμε μια τραμπάλα και κουν
- 1 - Να στολίσουμε χριστουγεννιάτικο δέντρο και να το αφήσουμε όλο το χρόνο.
- Να πάρουμε καινούργια παιχνίδια για την τάξη.
- 2 - Να πάρουμε καινούργια βιβλία
- 3 - Να στολίσουμε με ζωγραφίες τους τοίχους έξω.
- 4 - Να πάρουμε ένα πλαστικό σπιτάκι για την αυλή.
- Να στολίσουμε χριστουγεννιάτικα τα παράθυρα.
- Να στολίσουμε ένα δέντρο της αυλής.
- Να φυτέψουμε ένα κυπαρίσσι
- Να ζωγραφίσουμε ΠΕΤΑΛΟΥΔΕΣ στον τοίχο
- Να φτιάξουμε έναν Άγιο Βασίλη

Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...

Φύτευα πολλά λουλούδια



Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...

Έφτιαχνα ψυχραθιές στις τάξεις.



Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...

Φύτευα πολλά λαλούδια.

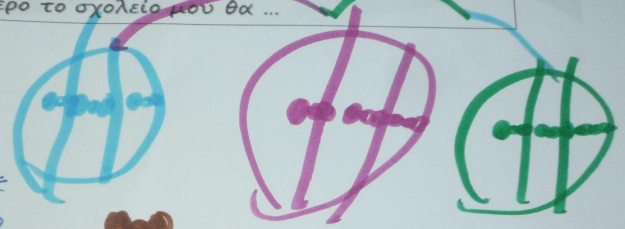


Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...

Εάν είχε λουλούδια, γαχανισά και ένα κηφοίββι.



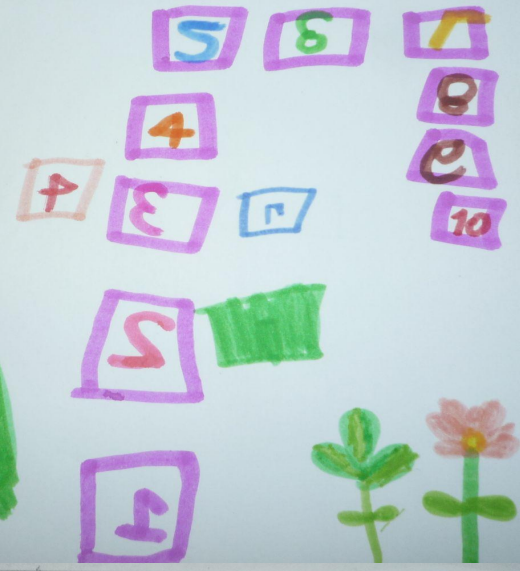
Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...



ν είχαμε
ιββότερα,
όνιγ



Έφτιαχνα ένα δωδεκαφύλλο κοντό σιναυλι
φύτευα ένα κυπαρίσσι και λαχανικά.



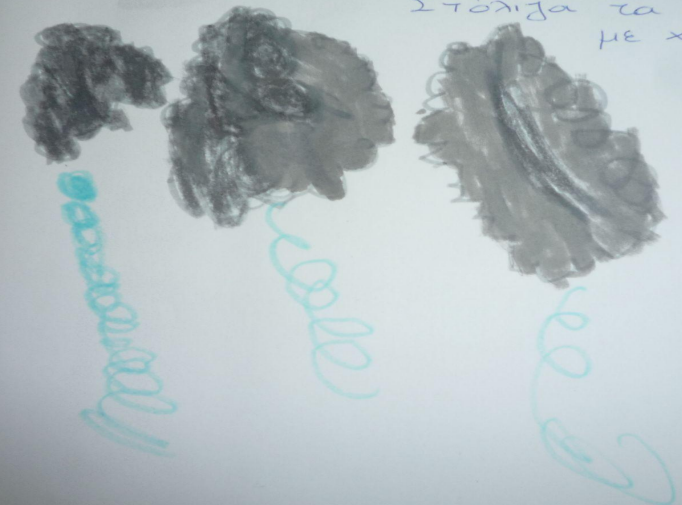
Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...

Στόλιξα χριστουγεννιάτικο δέντρο που θα
ήσασαμε όλο τον χρόνο.



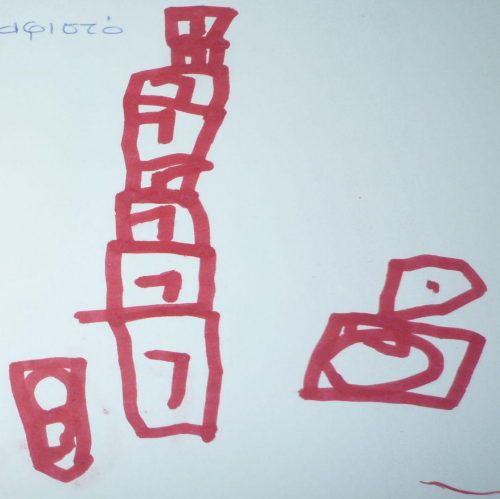
Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...

Στόλιξα τα παράθυρα
με χιονονιφάδες



Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...

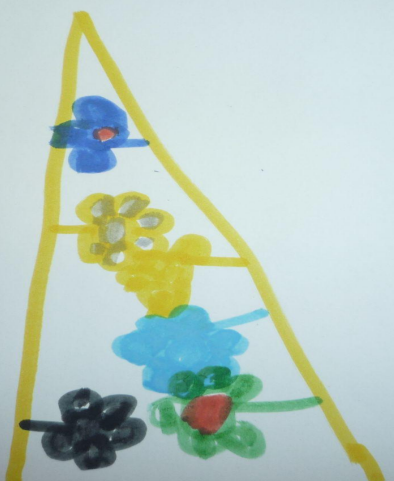
Έφτιαχνα ένα παιχνιδιόστο κατέσ στην αυλή.



Αγόρασα πολλά καινούργια παιχνίδια

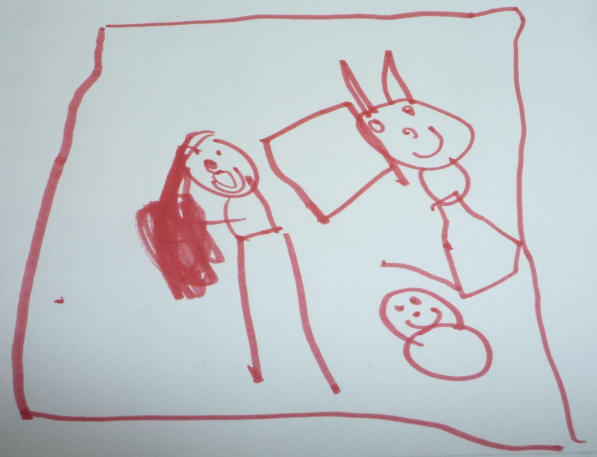


Αγόρασα ένα καινούργιο βιβλίο με λαλούδια.



Αν μπορούσα να κάνω κάτι για να είναι καλύτερο το σχολείο μου θα ...

Στόλιξα τα παράθυρα με χριστουκικά αυτοκόλλητα.



Το σχολείο μου μετά ...



... νιώθω για όσα κατάφερα με τους φίλους μου;



... νιώθω για όσα κατάφερα με τους φίλους μου;

Το σχολείο μου μετά ...



... νιώθω για όσα κατάφερα με τους φίλους μου;

Το σχολείο μου μετά ...



Το σχολείο μου μετά ...



Πώς νιώθω για όσα κατάφερα με τους φίλους μου;

Το σχολείο μου μετά ...



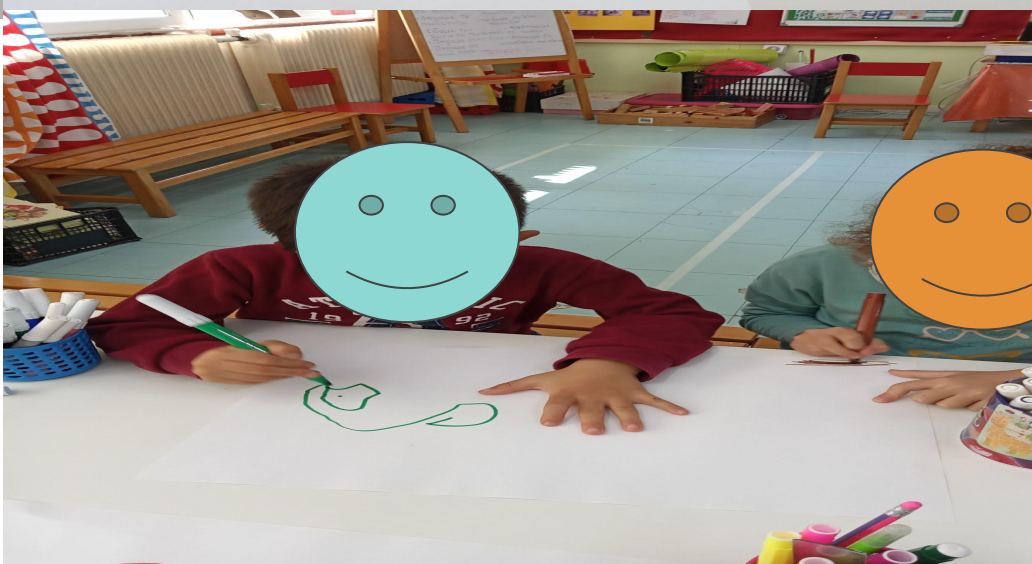
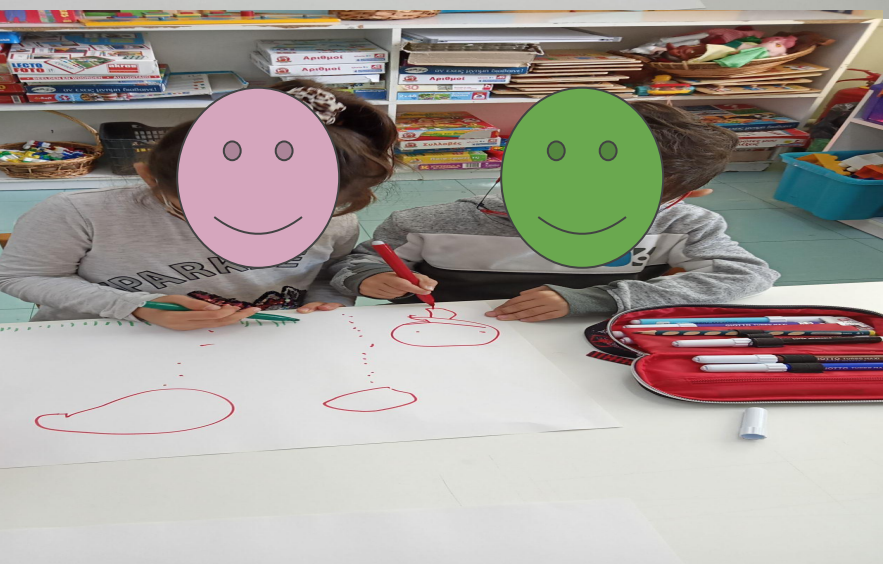
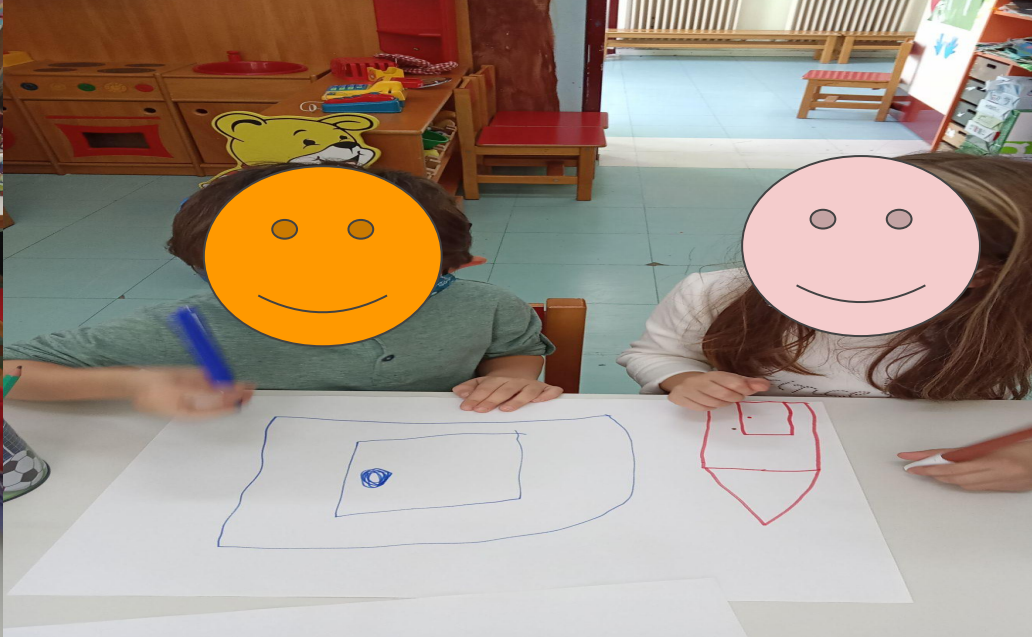
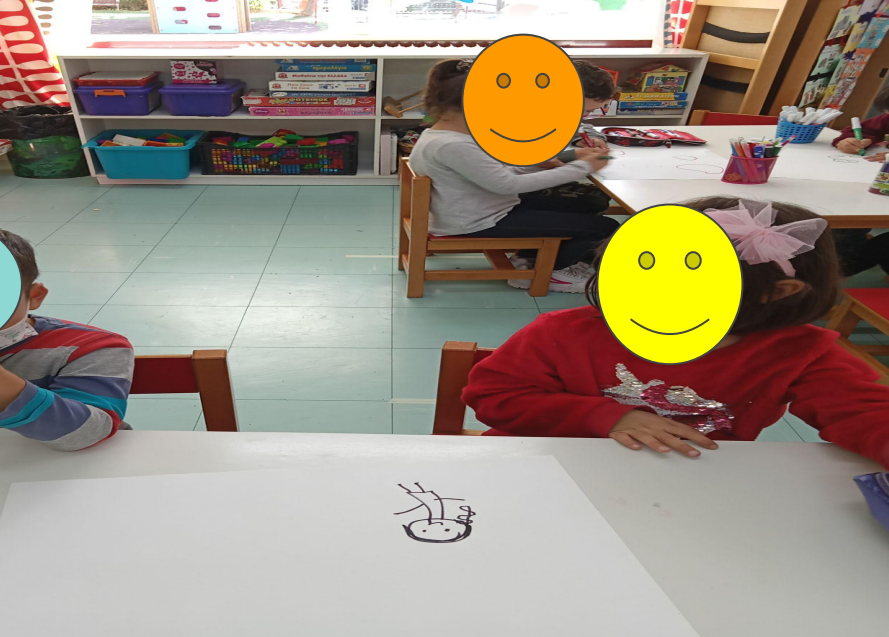
Το σχολείο μου μετά ...

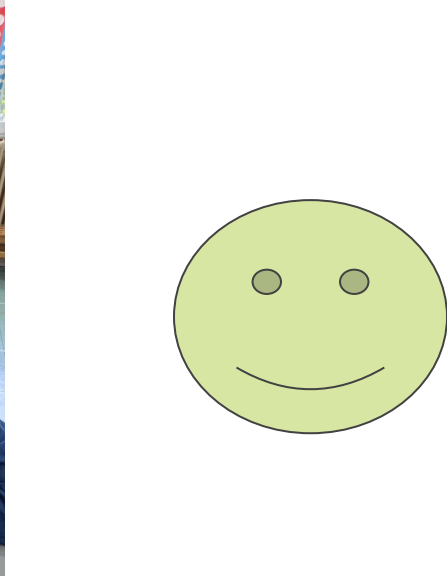
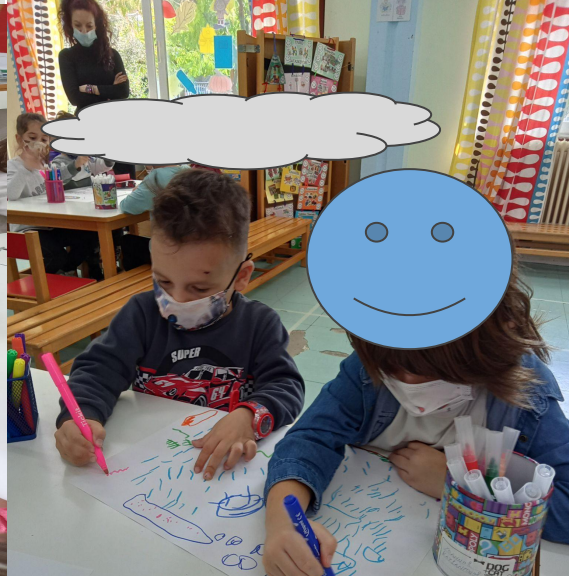
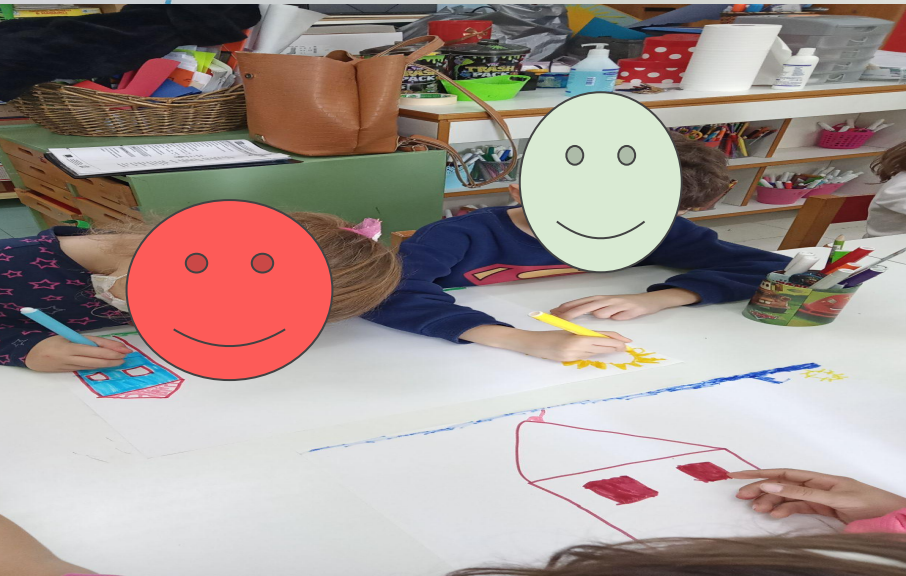
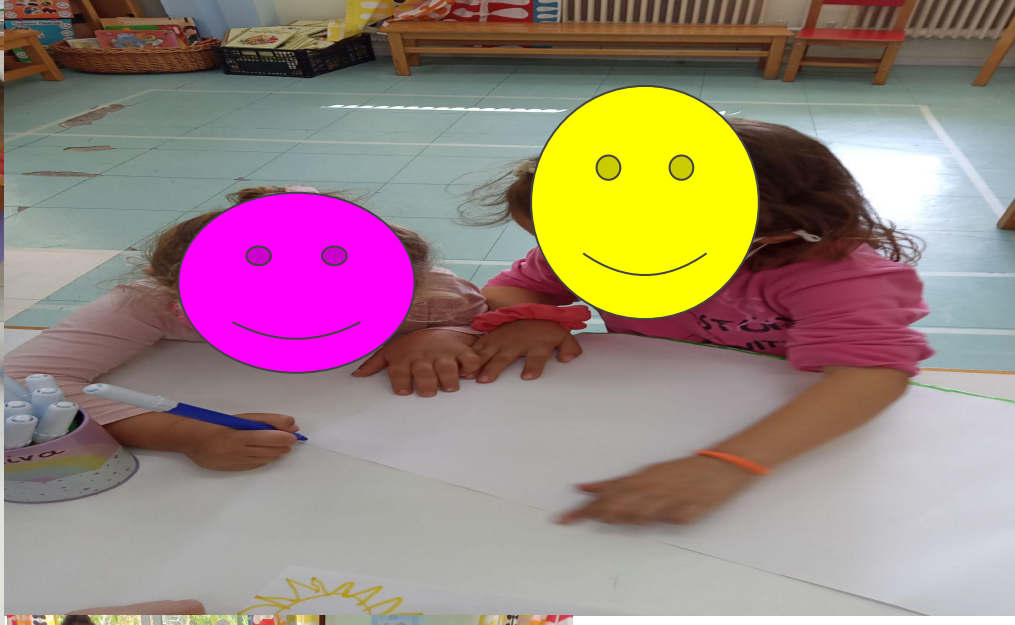
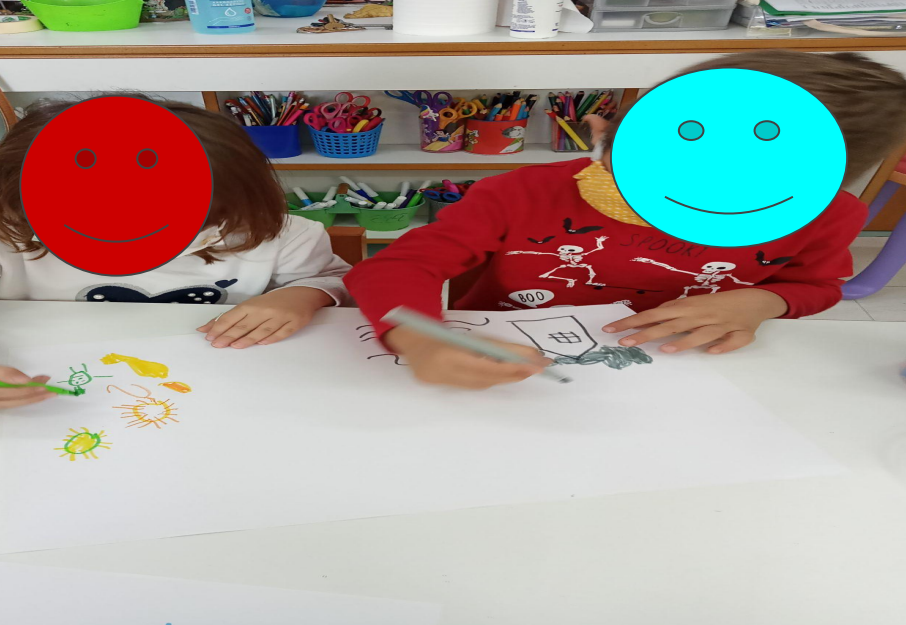


Πώς νιώθω για όσα κατάφερα με τους φίλους μου;



**Για να αποχαιρετήσουμε τον Ήλιο,
βάλαμε όλη μας την έμπνευση,
συνεργαστήκαμε και φτιάξαμε
όμορφες ζωγραφιές για να του τις
κάνουμε δώρο.**







Στο τέλος αυτού του “ταξιδιού”, μοιραστήκαμε τις σκέψεις μας και αποτυπώσαμε στο χαρτί, τί ήταν αυτό που θα θυμόμαστε από το πρόγραμμα “Κάθε αλλαγή, μια φωτεινή αρχή”.

ὡρα νομιζω - σκέφτομαι...

- Τα παιχνίδια είχαν πλάκα (Βασίλης)
- Αποστολές ήταν εύκολες (Χρυστόντα)
- Ήταν καλά με τον κύριο Ηλιο (Αντώνης)
- Ιδέες του για παιχνίδια ήταν ωραίες (Ευαγγελία)
- Είμαι πολύ χαρούμενη που γνώρισα τον Ηλιο (Αννα Ρ.)
- Τα παιχνίδια που παίξαμε μου άρεσαν (Μίρα)
- Τα παιχνίδια μου άρεσαν (Μίρα)
- Άρεσα ωραία (Γιώργος Φ.)
- Θα με χρίσκει πράγματα (Ιωάννης)
- Τα καταφέραμε περίφημα (Γιάννης)
- Θα με χρίσκει πράγματα (Παντελής)
- Α ήθελα να φαναέρθει ο κύριος Ηλιος (Άννα)

Νομιζα - Σκεφτόμουν...

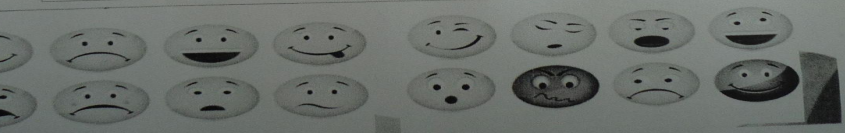
- Ότι παίξουμε με τον κύριο Ηλιο θα ήταν πλάκα (Βασίλης)
- Ότι δεν θα πετύχουμε τις αποστολές (Χρυστόντα)
- Ότι όλα θα πάνε καλά (Αντώνης)
- Ότι θα μας πει ωραίες ιδέες για παιχνίδια (Ευαγγελία)
- Ότι είμαι χαρούμενη που γνώρισα τον Ηλιο (Κατερίνα)
- Ότι θα παίξουμε ωραία παιχνίδια (ΧΑΡΑ)
- Ότι θα κάνουμε ωραία παιχνίδια (Μίρα)
- Ότι θα έχουν πλάκα τα παιχνίδια (ΓΩΡΓ)
- Ότι θα μας πει ωραίες ιδέες για να μην αρρ (ΙΩ ΑΝΝΑ)
- Ότι θα καταφέρουμε όλα τα παιχνίδια (ΑΝΝΑ)
- Ότι ο ήλιος δεν θα μείνει για πολύ μα (ΑΝΝΑ)
- Ότι θα γίνουν όμορφα πράγματα (ΑΝΝΑ)

Τι θα θυμάμαι από το πρόγραμμα:
"Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!"»

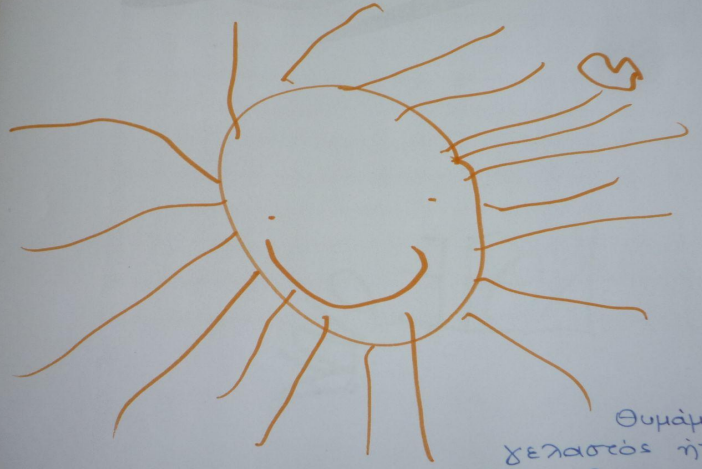


Θυμάμαι που
γνωρίσα τον
ήλιο

Πώς νιώθω τώρα που τελείωσε;

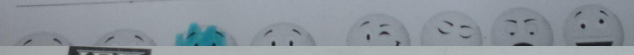


Τι θα θυμάμαι από το πρόγραμμα:
"Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!"»



Θυμάμαι π
χελαστός ήταν
ήλιος

Πώς νιώθω τώρα που τελείωσε;



Τι θα θυμάμαι από το πρόγραμμα:
"Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!"»



Θυμάμαι που
παίξαμε τις
μουσικές καρτέλες
της αχίλλης

Πώς νιώθω τώρα που τελείωσε;

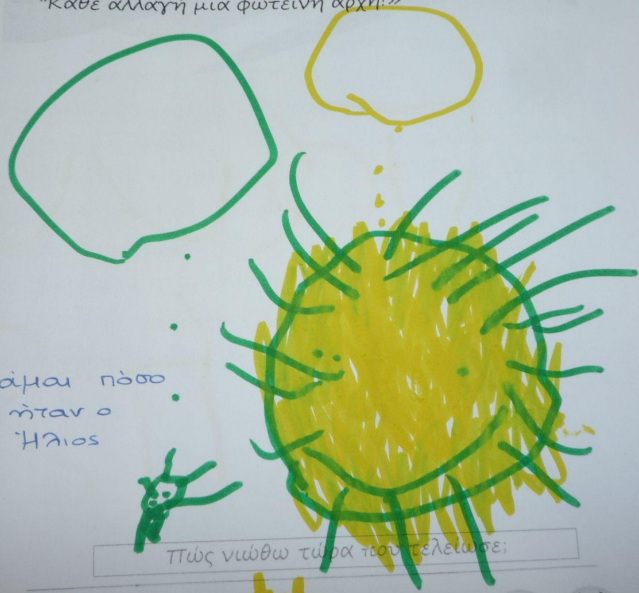
Τι θα θυμάμαι από το πρόγραμμα:
"Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!"»



Θυμάμαι
παίξαμε
καρτέλες
αχίλλης

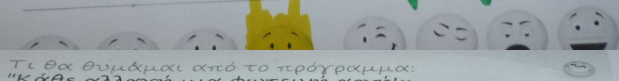
Πώς νιώθω τώρα που τελείωσε;

Τι θα θυμάμαι από το πρόγραμμα:
"Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!"



Θυμάμαι πόσο
αγός ήταν ο
ύριος Ήλιος

Πώς νιώθω τώρα που τελείωσε;



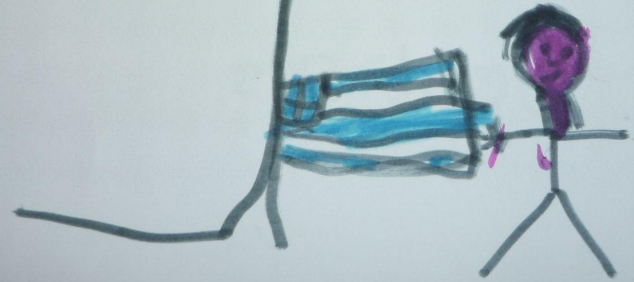
Τι θα θυμάμαι από το πρόγραμμα:
"Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!"



Θυμάμαι την
πρώτη ημέρα που
ήρθε ο ήλιος στην
ταβερνα μας

Πώς νιώθω τώρα που τελείωσε;

Τι θα θυμάμαι από το πρόγραμμα:
"Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!"



Θυμάμαι τις αποστολές που κάναμε
όλοι μαζί.

Τι θα θυμάμαι από το πρόγραμμα:
"Κάθε αλλαγή μια φωτεινή αρχή!"



Θυμάμαι πόσο χαρούμενος
ήταν ο Ήλιος