

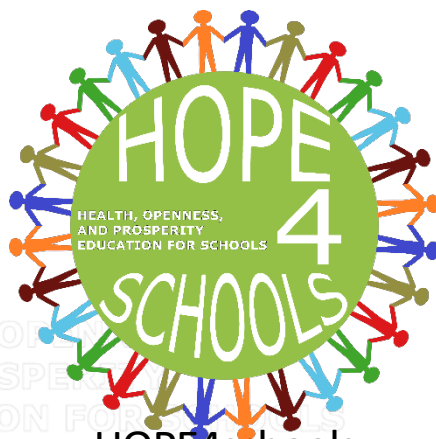


GREEK MINISTRY OF EDUCATION
AND RELIGIOUS AFFAIRS
REGIONAL DIRECTORATE OF PRIMARY
AND SECONDARY EDUCATION
OF WESTERN MACEDONIA



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

Σχετικά με εμένα



HOPE4schools

Health, openness, and prosperity education for schools

2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401



Co-funded by
the European Union

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

Σχολικές πρακτικές: Αυτοεκτίμηση, αυτογνωσία και αναστοχασμός: Σχετικά με εμένα

Μέγεθος τάξης: 20-25

Ηλικία: 14 -18

Διάρκεια δραστηριότητας: ~90 λεπτά

Συνοπτική παρουσίαση και στόχοι:

Αυτή είναι μια δραστηριότητα αυτοαναστοχασμού που στοχεύει να επιτρέψει στους μαθητές να αναλύσουν τον εαυτό τους, τις επιθυμίες τους και αυτό που θέλουν. Το σχολείο είναι ένα μέρος για να ξεκινήσετε να βοηθάτε τους μαθητές να αναπτύξουν την αυτοεκτίμησή τους. Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές να μιλήσουν για το τι τους κάνει ευτυχισμένους και τι τους στεναχωρεί, ποια είναι τα όνειρα και οι φιλοδοξίες τους.

Μετά το πέρας αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση:

- Να εκφράζονται κατά τη διάρκεια των μαθημάτων.
- Να αναπτύξουν καλύτερα την αυτοεκτίμησή τους
- Να ενισχύσουν την ικανότητα έκφρασης των δικών τους συναισθημάτων

Απαιτούμενα υλικά: Χαρτί- στυλό

Προετοιμασία:

Πριν από την έναρξη της δραστηριότητας, ο συντονιστής θα πρέπει να προετοιμάσει ένα φύλλο με τις ακόλουθες προτάσεις που πρέπει να συμπληρωθούν:

- Μου αρέσει ο εαυτός μου επειδή...
- Είμαι ειδικός στο...
- Αισθάνομαι καλά με...
- Οι φίλοι μου θα σας έλεγαν ότι έχω μια σπουδαία...
- Το αγαπημένο μου μέρος είναι...



Co-funded by
the European Union

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

- Με αγαπούν...
- Οι άνθρωποι λένε ότι είμαι καλός...
- Μου έχουν πει ότι έχω πολύ...
- Θεωρώ τον εαυτό μου καλό...
- Αυτό που απολαμβάνω περισσότερο είναι...
- Το άτομο που θαυμάζω περισσότερο είναι...
- Έχω ένα φυσικό ταλέντο για...
- Οι στόχοι για το μέλλον μου είναι...
- Ξέρω ότι θα πετύχω τους στόχους μου γιατί είμαι...
- Οι άνθρωποι με συγχαίρουν για...
- Αισθάνομαι καλά όταν...
- Έχω πετύχει...
- Γελάω όταν σκέφτομαι...
- Τα χαρακτηριστικά για τα οποία θαυμάζω τον εαυτό μου είναι...
- Αισθάνομαι γαλήνια όταν...

Σχόλια & Συμβουλές:

Ανάλογα με την ομάδα-στόχο, ο διαμεσολαβητής θα πρέπει να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, να δημιουργήσει ένα χαλαρωτικό και άνετο περιβάλλον, να δώσει σε όλους την αίσθηση ότι τους ακούει και τους αποδέχεται, να δώσει τις σωστές ερωτήσεις χωρίς να είναι παρεμβατικός.

Οι μαθητές μπορούν επίσης να απαντήσουν στις ερωτήσεις με μια ζωγραφιά.

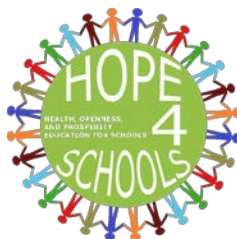
Οδηγίες βήμα προς βήμα:

1. Δίνεται σε κάθε συμμετέχοντα το φύλλο με τις προτάσεις.
2. Οι μαθητές θα απαντήσουν σε όλες τις ερωτήσεις, αλλά μόνο αν θέλουν, είναι ελεύθεροι να μην απαντήσουν.



Co-funded by
the European Union

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



WWW.HOPE4SCHOOLS.EU

3. Όλοι απαντούν στις ερωτήσεις και ο συντονιστής γράφει στον πίνακα κάποιες σχετικές λέξεις από τις απαντήσεις.

Αξιολόγηση και αναστοχασμός:

Στο τέλος της δραστηριότητας, οι ακόλουθες ερωτήσεις θα χρησιμοποιηθούν για την αξιολόγηση της δραστηριότητας:

- Τι κοινό έχετε με τους συμμαθητές σας;
- Γιατί πιστεύετε ότι είναι σημαντικό να έχουμε αυτοεκτίμηση;
- Έχετε επίγνωση των ταλέντων σας;
- Πώς αισθανθήκατε κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας; Τι θα σας έκανε να νιώσετε καλύτερα/χειρότερα;



**Co-funded by
the European Union**

The European Union support for the production of this publication under the project HOPE4SCHOOLS 2021-1-RO01-KA220-SCH-000024401 does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.