



Βρες στο κρυπτόλεξο
τα κρυμμένα συναισθήματα!

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

Τα κρυμμένα συναισθήματα: ΚΑΡΑ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ, ΘΥΜΩΣ, ΑΓΝΩΝΙΑ, ΑΥΠΗΧΙΑ, ΖΗΝΙΑ, ΑΝΙΧΤΑΣ, ΕΥΧΥΙΑ, ΣΩΣΤΑΣΙΑ, ΣΙΣΙΩΣ, ΕΝΘΟΥΣΙΑΣΜΟΣ, ΟΡΟΣ, ΒΑΡΑ

Είμαστε παιδιά!
Τι νιώθουμε όταν...

- Έχουμε φίλους;
- Πηγαίνουμε σχολείο;
- Λερώνουμε τα ρούχα μας;
- Σκιστεί το τετράδιό μας;
- Χτυπάει το κουδούνι για διάλειμμα;
- Χτυπάει η πόρτα;
- Βλέπουμε μπροστά μας ένα κλειστό με περιτύλιγμα πακέτο;
- Κάποιος φοράει καινούρια παπούτσια;
- Βλέπουμε τηλεόραση;
- Καθόμαστε στη γωνία μετά από κάποια αταξία;
- Πέφτει κάτω το κολατσιό μας;
- Κάποιος μας χτυπάει κατά λάθος;

Δώστε στα παιδιά να συμπληρώσουν τις παραπάνω ερωτήσεις και ελέγξτε αν οι περισσότεροι είχαν κοινές απαντήσεις. Συζητήστε τες και προτείνετε τρόπους ώστε να μην νιώθουν αρνητικά συναισθήματα όταν συμβαίνει κάτι από τα παραπάνω.

Ιδέες για παιχνίδια στην τάξη!

Η μαργαρίτα των συναισθημάτων!

Δώστε στα παιδιά το πατρών με τη μαργαρίτα (ή αν θέλετε ζητήστε να ζωγραφίσουν μια παρόμοια μαργαρίτα) και κολλήστε στο κέντρο μία φωτογραφία που να δείχνει μία κατάσταση ή ένα φυσικό πρόσωπο (π.χ. ένα κήπο, μια βροχερή ημέρα, τους γονείς τους, τον εαυτό τους κ.ά.). Στα πέταλα του λουλουδιού τα παιδιά καλούνται να γράψουν διάφορα συναισθήματα που νιώθουν βλέποντας αυτή τη φωτογραφία.



Τι σκέφτονται για μένα;

Επειδή πολύ αναρωτιόμαστε τι πραγματικά νιώθουν οι άλλοι όταν μας βλέπουν, το παιχνίδι αυτό δείχνει τις σκέψεις των άλλων προς εμάς. Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν σε μικρά χαρτάκια οτιδήποτε τους έρχεται στο μυαλό για κάποιο συμμαθητή τους, κάτι που τους αρέσει ή κάτι που τους θυμώνει. Χωρίς να φαίνεται ποιος έχει γράψει το κάθε χαρτί, βάζετε όλα τα χαρτάκια σε ένα κουτί και στο τέλος τα διαβάζετε δυνατά στην τάξη. Στο τέλος συζητήστε τα συναισθήματα που ένιωσε ο καθένας όταν διαβάσατε κάτι που τους αφορούσε.

Φτιάξε το μπαλόνι της ανακούφισης!

Δώστε στα παιδιά ένα ξεφούσκωτο μπαλόνι και λίγο αλεύρι. Τα παιδιά βάζουν το αλεύρι στο δικό τους μπαλόνι, το δένουν και το ζωγραφίζουν προσεκτικά ώστε να μην κάνουν κάποια τρύπα. Κάθε φορά που τα παιδιά νιώθουν θυμό μπορούν να παίρνουν το μπαλόνι τους και να το πιέζουν, έτσι ώστε να ηρεμούν. Επιπλέον, βλέποντας τη ζωγραφιά τους να φουσκώνει και να γίνεται αστεία, μπορεί να νιώσουν χαρά.

