

ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

ΟΙΚΙΑΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ/ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

Ενότητα	Ανάπτυξη και ενδυνάμωση εαυτού
Υποενότητα	1.2 Συναισθηματική εκπαίδευση και αυτοεκτίμηση
Θέμα	Τα συναισθήματα στη ζωή μας
Διδακτικές Περίοδοι	1 από 3
Καθηγητής/τρια	Πάυλος Παύλου
Τάξη/Τμήμα	ΒΣ2
Αρ. Μαθητών	22
Ημερομηνία	18/1/2017

Μέσα διδασκαλίας	Η/Υ, βιντεοπροβολέας, διαδίκτυο, καρτέλες με γράμματα, φύλλα εργασίας
Μεθοδολογία	Ομαδοκεντρική
Αξιολόγηση	Συντρέχουσα, Διαμορφωτική

Δείκτες Επιτυχίας	Δείκτες Επάρκειας	Πορεία μαθήματος/Δραστηριότητα/ες
Να εφαρμόζουν στρατηγικές που ενισχύουν την ψυχική και συναισθηματική τους υγεία	- Έννοια ψυχικής και συναισθηματικής υγείας	<p>ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΑΦΟΡΜΗΣΗΣ</p> <p>(Χρόνος: 10 λεπτά)</p> <p>Οι μαθητές καλούνται να παρακολουθήσουν το φιλμάκι του Guy Winch: Why we all need to practice emotional first aid (https://www.ted.com/talks/guy_winch_the_case_for_emotional_hygiene#t-440204) (μέχρι το λεπτό 7:32). Ακολουθεί συζήτηση για τα συναισθήματα και πώς αυτά επιδρούν στη ψυχική υγεία του ατόμου.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Ορισμός συναισθήματος 	<p>ΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</p> <p><u>Δραστηριότητα 1</u> (Χρόνος: 10 λεπτά)</p> <p>Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες. Σε κάθε ομάδα δίνετε ένα κουτάκι με γράμματα. Οι μαθητές καλούνται να γράψουν όσα περισσότερα συναισθήματα μπορούν να σκεφτούν. Το κάθε κουτάκι πρέπει να περιέχει τα ίδια γράμματα ώστε οι δυνατότητες να είναι οι ίδιες για κάθε ομάδα. Η ομάδα που θα σχηματίσει τις περισσότερες λέξεις θα είναι και η νικήτρια ομάδα.</p> <p>Οι μαθητές ανακοινώνουν τις λέξεις που σχημάτισαν και μέσα από συζήτηση δίδεται ο ορισμός του συναισθήματος.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> - Είδη συναισθημάτων π.χ. ευχάριστα, δυσάρεστα, βασικά, βιολογικά - Ιδιότητες των συναισθημάτων 	<p><u>Δραστηριότητα 2</u> (Χρόνος: 10 λεπτά)</p> <p>Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει σε συντομία τα είδη και τις ιδιότητες των συναισθημάτων (βιβλίο σελ.45). Στη συνέχεια οι μαθητές καλούνται να παρακολουθήσουν το φιλμάκι «Silence of love» (http://www.youtube.com/watch?v=USqs9fubT1A) και να καταγράψουν σε Φύλλο εργασίας τα συναισθήματα των πρωταγωνιστών (πατέρα και κόρης). Στη συνέχεια καλούνται να δουλέψουν σε ομάδες για να τα διαχωρίσουν σε ευχάριστα και δυσάρεστα και να καταγράψουν τους τρόπους έκφρασης των</p>

		<p>συναισθημάτων. Ακολουθεί ανακοίνωση των αποτελεσμάτων και γίνεται συζήτηση.</p>
	<p>- Σχέση ερεθίσματος, συναισθήματος και συμπεριφοράς</p>	<p><u>Δραστηριότητα 3</u> (Χρόνος: 10 λεπτά)</p> <p>Δίνεται στην κάθε ομάδα ένα συναίσθημα και καλείται να γράψει τρόπους έκφρασης του συγκεκριμένου συναισθήματος. Οι μαθητές ανακοινώνουν αυτά που έγραψαν και γίνεται συζήτηση. Δίνεται έμφαση στο πόσο σημαντικό είναι να αναγνωρίζουμε και να διαχειριζόμαστε σωστά τα συναισθήματα μας και που μπορούν να οδηγήσουν αν δεν τα διαχειριστούμε σωστά (λάθος πράξεις, σωματικά προβλήματα, προβλήματα συμπεριφοράς).</p>