

Κούκλες από ... σπίτι

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



Συναισθάνομαι – Συνδέομαι – Ονειρεύομαι – Δημιουργώ – Μοιράζομαι

Ιωάννα Μενδρινού

Εξ αποστάσεως Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα
πρόληψης και υποστήριξης σε καταστάσεις κρίσεων
ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ, Α΄, Β΄ ΚΑΙ Γ΄ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

υλικό εκπαιδευτικού προγράμματος

Επιμέλεια Γραφικών - Animation - Εντύπων

Πηνελόπη Κερασοβίτη

Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Δ΄ Αθήνας

Κέντρο Πρόληψης Γλυφάδας (ΚΕ.ΠΡ.Α.Γ.Ε.Α.)

Επιστημονικά Υπεύθυνη: **Μελίνα Χαρατσίδου**

Ινστιτούτο Ρητορικών και Επικοινωνιακών
Σπουδών Ελλάδας (Ι.Ρ.Ε.Σ.Ε.)



ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ ΦΟΡΕΙΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

Διεύθυνση Π.Ε. Δ' Αθήνας
(δια της Υπεύθυνης Αγωγής Υγείας)

ΚΕ.ΠΡ.Α.Γ.Ε.Α. Κέντρο Πρόληψης Γλυφάδας

Ινστιτούτο Ρητορικών και Επικοινωνιακών
Σπουδών Ελλάδας (Ι.Ρ.Ε.Σ.Ε.)



* Το υλικό διανέμεται **ΔΩΡΕΑΝ**, στις/στους ενδιαφερόμενες/ους να το υλοποιήσουν με τις/τους μαθήτριες/ές τους.

ΣΥΓΓΡΑΦΗ - ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ,
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ
ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ (ΟΔΗΓΟΣ) &
ΥΛΙΚΟΥ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Ιωάννα Μενδρινού
Διδάκτορας ΕΚΠΑ
Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Διεύθυνσης
Π.Ε. Δ' Αθήνας
Εκπαιδευτικός ΠΕ Νηπιαγωγών

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ - ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ
ΓΡΑΦΙΚΩΝ - VIDEO ANIMATION
-ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΩΝ ΕΝΤΥΠΩΝ

Πηνελόπη Κερασοβίτη
Εκπαιδευτικός ΠΕ 60 Νηπιαγωγών

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΟΠΤΕΙΑ

Μελίνα Χαρατσιίδου
Κλινική Ψυχολόγος- Ψυχοθεραπεύτρια
Στέλεχος Πρόληψης
Επιστημονική Υπεύθυνη Κέντρου
Πρόληψης Δ. Γλυφάδας (ΚΕ.ΠΡ.Α.Γ.Ε.Α.)

Ιωάννα Μενδρινού

ΨΗΦΙΑΚΟ ΥΛΙΚΟ 2020



ΒΗΜΑ

9

Ο Ήλιος είναι χαρούμενος...



Αφήγηση/Ανάγνωση

Ο Ήλιος είναι χαρούμενος. Μπορεί να μην έχουν πάει ακόμη τα παιδιά στο σχολείο, όμως όλοι το λένε πως ο βασιλιάς Κορωνοϊός υποχωρεί ντροπιασμένος μακριά!

Σιγοτραγουδά εύθυμα την ώρα που κάνει την **πρωινή γυμναστική** του. Και συνεχίζει με κέφι τρώγοντας ένα **θρεπτικό, υγιεινό πρωινό** για να έχει ενέργεια, όλη μέρα. [*ΔΕΙΤΕ τις συστάσεις του Π.Ο.Υ.-Υπουργείου Υγείας: «Μένουμε Σπίτι αλλά... Μένουμε Σωματικά Δραστήριοι και Τρεφόμαστε Υγιεινά»](#)

Ανηφορίζει χοροπηδώντας το μονοπάτι τού ουρανού. Στα πόδια του, από τη μια άκρη έως την άλλη της γης, ένα πολύχρωμο χαλί. Θάλασσα. Βουνά. Δάση καταπράσινα. Πόλεις και χωριά. Σκέφτεται πώς θα είναι όταν όλα γίνουν όπως πριν. Όταν κανείς δεν θα πρέπει να μένει στο σπίτι. Όταν γεμίσουν οι δρόμοι κι οι πλατείες!

Όταν οι άνθρωποι θα μπορούν να δώσουν τα χέρια. Να αγκαλιαστούν. Να φιλήσουν ο ένας τον άλλο! Σφίγγει τις μικρές ηλιαχτίδες του στην αγκαλιά του! Και ονειρεύεται... Πώς θα είναι...

Συνήθειες που προσφέρουν ενέργεια & ευεξία!



Ονειρο-αφίσα

Η κούκλα σου σκέφτεται τι θέλει να κάνει όταν βγει από το σπίτι;

Ζωγράφισε τι θα κάνει. Τι ονειρεύεται;

Φτιάξε την πιο όμορφη ονειρο-αφίσα και στείλε τη στο διαγωνισμό αφίσας για όνειρα.

Θα βοηθήσεις την κούκλα σου να πάρει μέρος στο διαγωνισμό; Στην αφίσα υπέγραψε με το όνομά της. Πώς νιώθει τώρα η κούκλα σου; Εσύ;

Όσο ετοιμάζεις την Ονειροαφίσα μπορείς να ακούσεις τη μουσική *Aisiodoxia*

<https://www.youtube.com/watch?v=gLDq-xNZytc>

Τράβηξε αν συμφωνούν οι γονείς σου, μία φωτογραφία της αφίσας και στείλε την στη/στον δασκάλα/ό σου.



Η Ονειρο-αφίσα της/του

“ Διαγωνισμός
Ονειρο-αφίσας ”

Κόλλησε εδώ την αφίσα σου και στείλε τη στο διαγωνισμό!



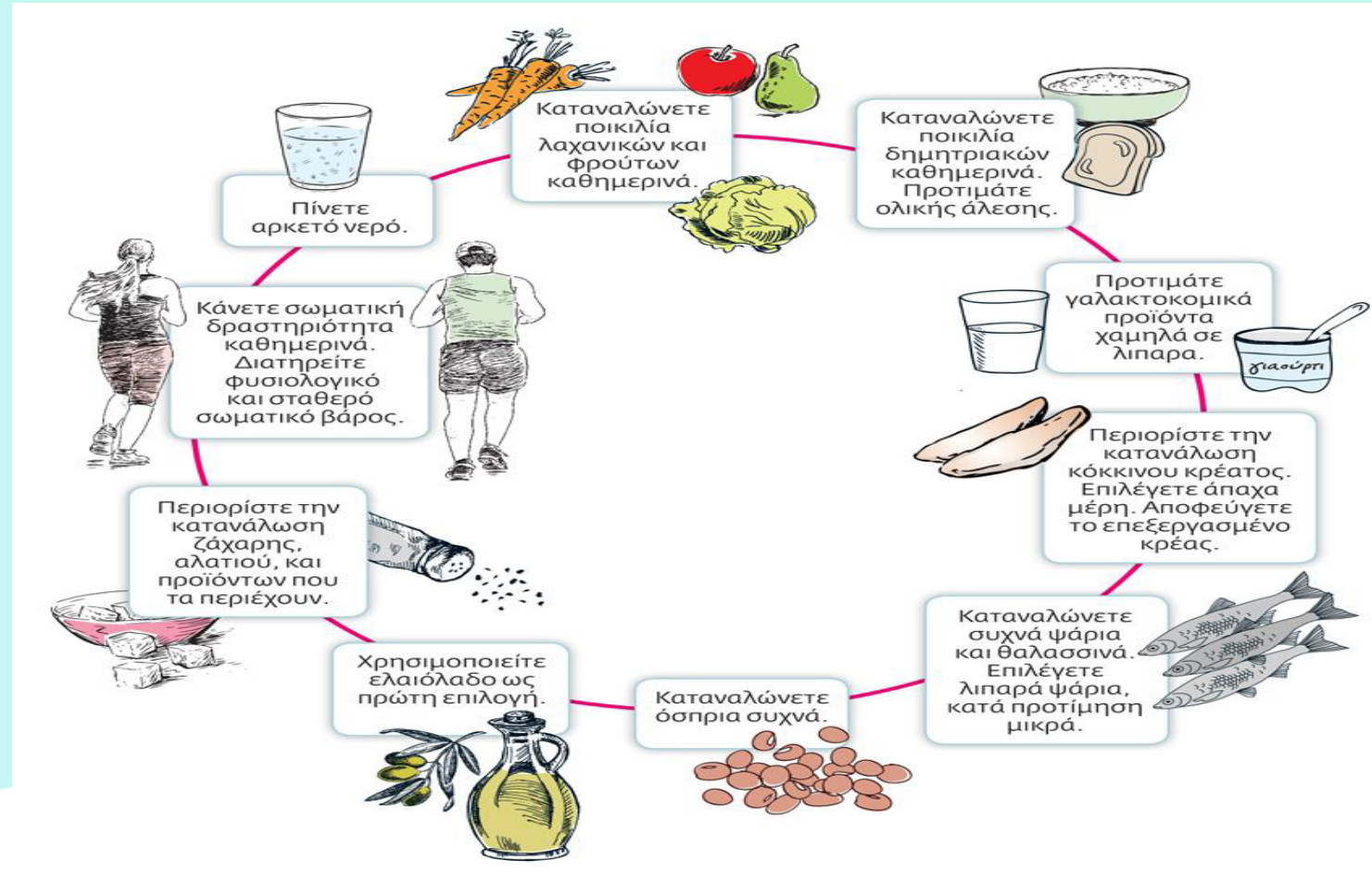
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΠΗΓΕΣ

υλικού που εμπλουτίζει το πρόγραμμα



Μένουμε Σπίτι και Τρεφόμαστε Υγιεινά "Ο Δεκάλογος της Υγιεινής Διατροφής"

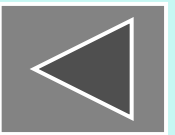


Πηγή: Εθνικός Διατροφικός Οδηγός για Ενήλικες. Διαθέσιμο σε:

<https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/metadotika-kai-mh-metadotika-noshmata/c388-egkyklioi/5030-egkrish-diatrofikwn-systasewn-gia-geniko-plhthysmo-kai-eidikes-plhthysmiakes-omades>



«Aisiodoxia»
Music by Valkristo



<https://youtu.be/gLDq-xNZytc>





ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π.Ε. & Δ.Ε. ΑΤΤΙΚΗΣ

Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Δ' ΑΘΗΝΑΣ

Υπ. Αγωγή Υγείας

ΚΕ.ΠΡ.Α.Γ.Ε.Α



ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΔΗΜΟΥ ΓΛΥΦΑΔΑΣ

σε συνεργασία με τον Οργανισμό
Κατά των Ναρκωτικών (ΟΚΑΝΑ)



Επικοινωνία – Πληροφορίες: Δρ. Ιωάννα Μενδρινού
Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Δ/νσης ΠΕ Δ' Αθήνας – Αντιπρόεδρος Ι.Ρ.Ε.Σ.Ε.
Email: dagogiygeias@gmail.com

.....
Κέντρο Πρόληψης Γλυφάδας: kpglyfadas@gmail.com
Ι.Ρ.Ε.Σ.Ε.: <https://www.rhetoricinstitute.edu.gr>

