

## ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ Β΄ ΤΑΞΗΣ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

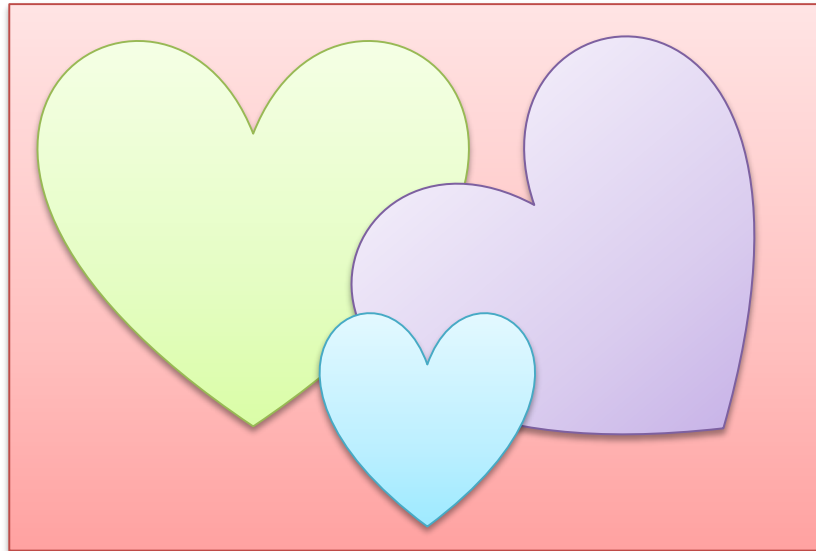
ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ: 1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ: 1.3 ΑΞΙΕΣ

ΘΕΜΑ: ΑΞΙΕΣ ΖΩΗΣ: ΑΓΑΠΗΣ, ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑΣ, ΤΟΛΜΗΣ

### **Δραστηριότητα 1: Οι καρδούλες της αγάπης μας!**

Φτιάξε καρδούλες και γράψε μέσα λέξεις, οι οποίες σου έρχονται στο μυαλό, όταν ακούς τη λέξη ΑΓΑΠΗ. Χάρισε τις καρδούλες σου σε μέλη της οικογένειάς σου!



### **Δραστηριότητα 2:**

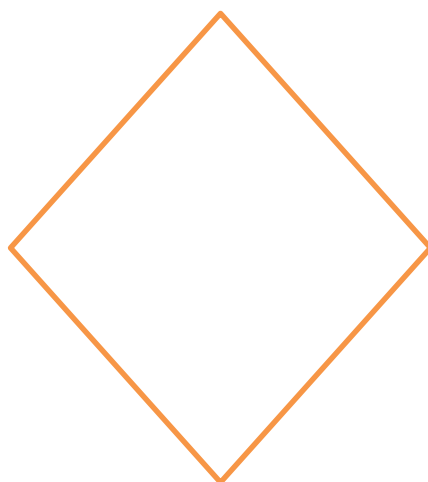
Βάλε στο πρόγραμμά σου, μέσα στο σπίτι, **ΜΙΑ ΠΡΑΞΗ ΑΓΑΠΗΣ**, καθημερινά!



### Δραστηριότητα 3: Το διαμαντάκι της υπευθυνότητας!

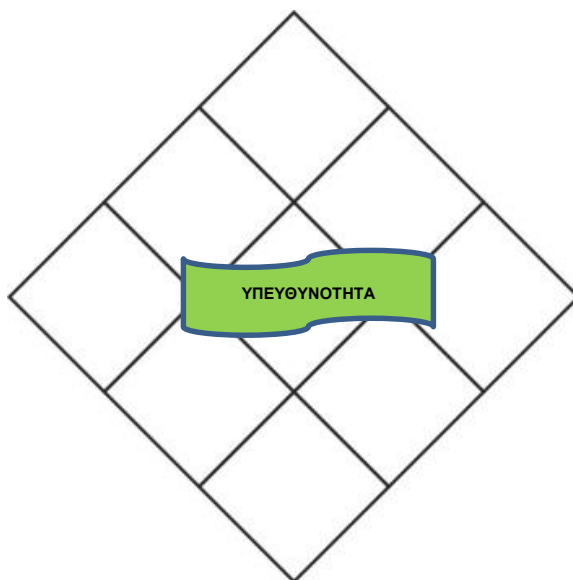
Ακολούθησε την πιο κάτω σειρά εργασίας, για να φτιάξεις το διαμάντι της ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑΣ, αυτής της σημαντικής αξίας!

1. Φτιάξε το πιο κάτω σχήμα (1) σε ένα χαρτί ή χαρτονάκι.



Σχήμα 1

2. Γράψε, στο κέντρο του ρόμβου, τη λέξη ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ και γύρω γύρω κάνε μικρά τετραγωνάκια (δες σχήμα 2).



Σχήμα 2

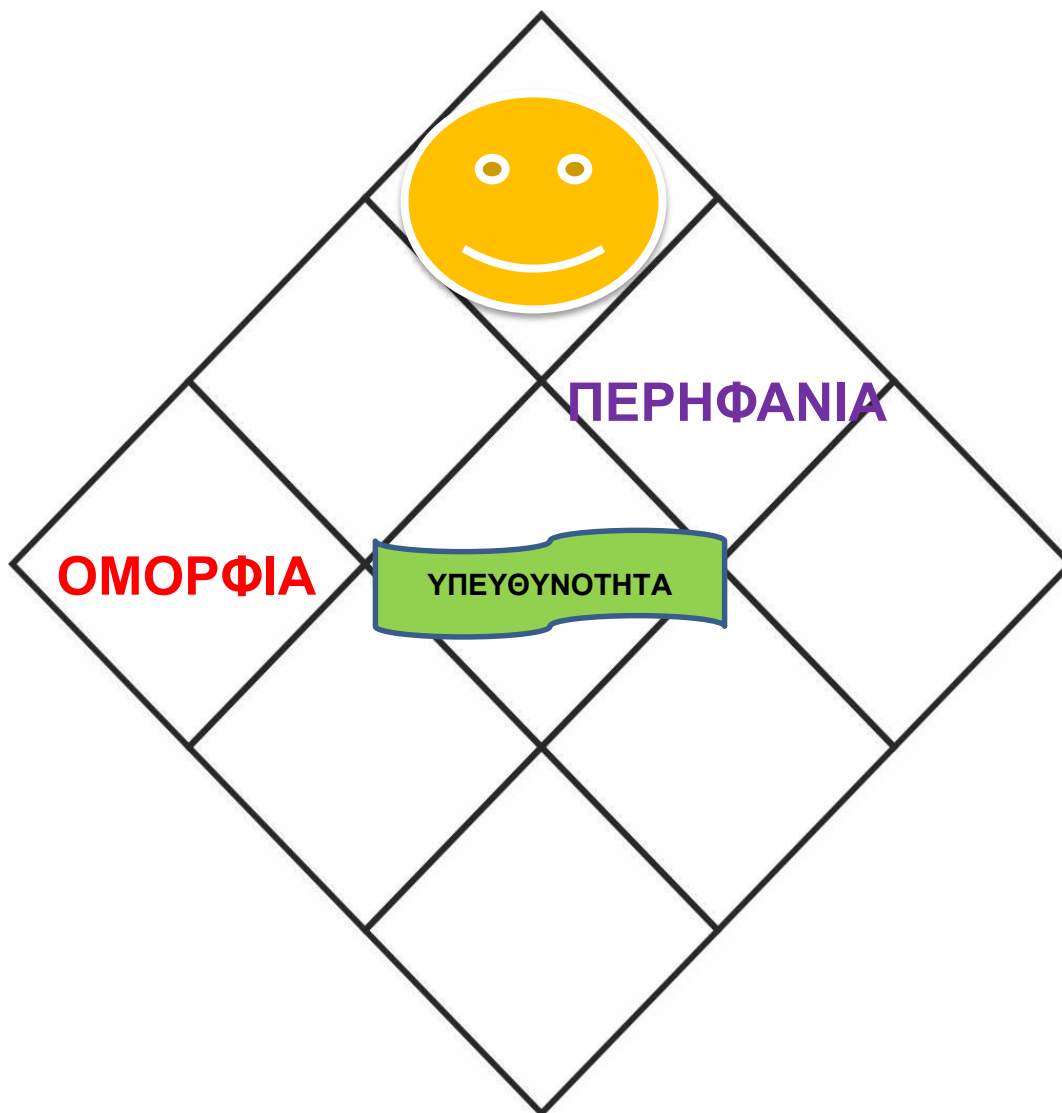
3. Σκέψου και γράψε ή σχεδίασε μέσα σε αυτό υπεύθυνες συμπεριφορές, δηλαδή κάτι που κάνεις στο σπίτι και συμπεριφέρεσαι με υπεύθυνο τρόπο. Ένα παράδειγμα, είναι να διαβάζεις τις εργασίες που στέλνει η δασκάλα ή ο δάσκαλός σου. Άλλη υπεύθυνη συμπεριφορά είναι, να συγυρίζεις τα παιχνίδια σου , να φροντίζεις το κατοικίδιό σου , να βοηθάς την οικογένειά σου στην κουζίνα (δες παράδειγμα το σχήμα 3). Έχει πολλά, τα οποία μπορείς να σκεφτείς και να σχεδιάσεις.



Σχήμα 3

4. Στη συνέχεια, σκέψου και γράψε ή σχεδίασε συναισθήματα που νιώθεις, όταν συμπεριφέρεσαι με υπεύθυνο τρόπο. Ένα παράδειγμα, είναι όταν κάποιο άτομο είναι υπεύθυνο για κάτι στο σπίτι του, αυτό το κάνει να νιώθει περηφάνια, γιατί βοηθάει την οικογένειά του. Επίσης, κάποτε, όταν

συμπεριφέρεται υπεύθυνα, νιώθει όμορφα και χαρά γιατί πέτυχε τον στόχο του (δες παραδείγματα στο σχήμα 4).



Σχήμα 4

5. Μόλις ολοκληρώσεις το διαμαντάκι της υπευθυνότητάς σου και το γεμίσεις με όμορφες υπεύθυνες συμπεριφορές και συναισθήματα, κρέμασε το στο δωμάτιο σου, για να θυμάσαι κάθε μέρα τις σημαντικές αυτές υπεύθυνες συμπεριφορές. Μοιάζουν με κόσμημα, που θα σε κάνουν να λάμπεις και να ομορφαίνεις ακόμη περισσότερο.

Μπορείς να κάνεις ένα πρόγραμμα υπευθυνότητας στο σπίτι μαζί με την οικογένειά σου, για να βοηθήσετε το ένα μέλος το άλλο.

## ΟΙ ΑΞΙΕΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΣΑΝ ΠΟΛΥΤΙΜΑ ΔΙΑΜΑΝΤΙΑ

### Δραστηριότητα 4: Ώρα για τραγούδι: «Το κορίτσι που επιμένει»

Άκουσε το τραγούδι στον σύνδεσμο:

<https://www.youtube.com/watch?v=oefUKAvby9E>

Στη συνέχεια, γράψε ένα γράμμα στο τετράδιο ή το ημερολόγιό σου, για το τι σπουδαίο μπορείς να κάνεις μέσα στο σπίτι και να είσαι ένα τολμηρό άτομο! Μπορείς ακόμη να πεις τις σκέψεις σου σε μέλη της οικογένειάς σου.

Κοίταξε το παράδειγμα στο πιο κάτω γράμμα και σίγουρα μπορείς να σκεφτείς και άλλα.

**Να θυμάσαι ότι η ΤΟΛΜΗ είναι μια σπουδαία αξία, όπου ο κάθε άνθρωπος παλεύει, με όμορφο και αποφασιστικό τρόπο, για να ευτυχίσει σε αυτά που αγαπά.**

Τώρα, ΜΕΝΟΝΤΑΣ ΣΠΙΤΙ,  
δοκιμάζω καινούργια πράγματα  
όπως, να ΜΑΘΑΙΝΩ ΓΡΑΜΜΑΤΑ  
με διαφορετικό τρόπο. Έτσι  
πετυχαίνω τον στόχο μου και  
ΜΑΘΑΙΝΩ ΑΚΟΜΗ  
ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ!

## Πηγές:

Μανούσου, Γκ.&Ταναΐτη Σ. (2010). ΑΞΙΕΣ ΖΩΗΣ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ.  
Αθήνα: Εκδόσεις Ωρίων.

Τραγούδι «Το κορίτσι που επιμένει». Ανακτήθηκε από  
<https://www.youtube.com/watch?v=oefUKAvby9E>

Ιστοσελίδα Αγωγής Υγείας: <http://agogyd.schools.ac.cy/index.php/el/>

Φωτογραφίες από το αρχείο Φιλιά Σάββα, copyright 2020

**Ομάδα Αγωγής Υγείας, Διεύθυνση Δημοτικής Εκπαίδευσης**