



Bridge

E+ project

TOOLKIT

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



Co-funded by
the European Union

CONTENT

ΑΥΤΟΡΥΘΜΙΣΗ

- Χρήση γεωδεδομένων στη γεωγραφία
- Εξερεύνηση των συναισθημάτων μέσω της συγγραφής ποίησης
- Εξερευνητές συναισθημάτων
- Συνειδητή αναπνοή
- Ένας χαρακτήρας για να διηγηθεί μια ιστορία
- Χάρτης ρύθμισης των συναισθημάτων
- Εξερευνητές του οικοσυστήματος
- 4 Σπίτια

ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗ 1 Χρήση γεωδεδομένων στη γεωγραφία

Asturia vzw

Πρότυπο

αριθ. 54

Μεθοδολογίες: Asturia – Χρήση γεωδεδομένων στη γεωγραφία

Η χρήση γεωδεδομένων είναι μια αυξανόμενη ικανότητα των παιδιών ηλικίας 14 ετών. Ιδιαίτερα σημεία προσοχής στη διδασκαλία της γεωγραφίας στα σχολεία είναι η χρήση χωρικών συντεταγμένων, η ανάγνωση χαρτών, η ικανότητα ερμηνείας και χρήσης γεωδεδομένων και η ικανότητα οργάνωσης ενός κυνήγι θησαυρού για τους συμμαθητές.

Μεθοδολογία:	Ομαδική εργασία	Στρατηγικές για την ενίσχυση της ικανότητας χρήσης γεωδεδομένων στη γεωγραφία
Θέμα	Γεωγραφία	
Σχετικές δεξιότητες ζωής	Αυτορρύθμιση	
Τίτλος	Χρήση γεωδεδομένων στη γεωγραφία	
Ηλικία/Τάξη	Παιδιά ηλικίας 14 ετών	
Χρόνος	60 λεπτά	
Πρόταση για όσους διευκολύνουν	Παιδιά ηλικίας 14 ετών που χρειάζονται γνώσεις σχετικά με τη χρήση γεωδεδομένων στη γεωγραφία.	
Περιγραφή της δραστηριότητας	Προετοιμασία Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να ελέγξουν εκ των προτέρων τη συνάφεια των προτεινόμενων εφαρμογών και να επιλέξουν τρέχουσες και προσβάσιμες πλατφόρμες για τους μαθητές. Εάν δεν είναι δυνατή η χρήση γεωγραφικών τοποθεσιών στα τηλέφωνα, τότε αυτό το μέρος δεν μπορεί να εκπαιδευτεί για να προστεθεί στην περιγραφή. Σε περίπτωση δυσκολιών στην εισαγωγή/κοινή χρήση γεωγραφικών συντεταγμένων, μπορεί να προετοιμαστεί ένα άλμπουμ φωτογραφιών με τις φυσικές τοποθεσίες που έχουν επιλεγεί για το πείραμα, το οποίο θα δοθεί απευθείας στους μαθητές. Εναλλακτικά, οι αντίστοιχες γεωγραφικές συντεταγμένες μπορούν να συσχετιστούν με κάθε φωτογραφία (μπορεί να χρησιμοποιηθεί το Google Earth/Actionbound/Padlet) για να ξεπεραστεί το πρόβλημα της κοινής χρήσης δεδομένων. Κατά τη διαχείριση του χρόνου, λάβετε υπόψη τον χρόνο που απαιτείται για την προετοιμασία της δραστηριότητας. Οργανώστε μια σύντομη πρακτική συνεδρία πριν από την έναρξη της δραστηριότητας, για να βεβαιωθείτε ότι όλοι οι μαθητές μπορούν να χρησιμοποιήσουν τη λειτουργία γεωγραφικής σήμανσης και τις απαραίτητες εφαρμογές. Υλοποίηση Βήμα 1: Οι μαθητές (ή μια ομάδα μαθητών) λαμβάνουν φωτογραφίες με γεωγραφικές ετικέτες ως αφετηρία για την αναζήτηση. Οι φωτογραφίες περιέχουν αντικείμενα που είναι αναγνωρίσιμα από τους μαθητές (κτίρια, αγάλματα, σιντριβάνια κ.λπ.). Η πρόκληση είναι να βρουν το ακριβές σημείο όπου τραβήχτηκαν οι φωτογραφίες, χρησιμοποιώντας το κατάλληλο λογισμικό (π.χ. Picasa, Google Earth, Street View). Τα δεδομένα αποθηκεύονται σε έντυπη μορφή ή στον υπολογιστή. Βήμα 2: Οι μαθητές αναζητούν την ακριβή τοποθεσία και ενδεχομένως χρησιμοποιούν χάρτη ή σχέδιο δρόμων. Όταν πιστεύουν ότι έχουν βρει την ακριβή τοποθεσία, τραβούν μια νέα φωτογραφία με γεωγραφικές ετικέτες με το κινητό τους τηλέφωνο. Βήμα 3: Επιστρέφοντας στο σχολείο, οι γεωγραφικές ετικέτες των νέων φωτογραφιών συγκρίνονται με τις αρχικές. Εάν οι συντεταγμένες και των δύο είναι σωστές, ακολουθεί θετική αξιολόγηση. Σημεία προσοχής - Αυτή η άσκηση απαιτεί κινητά τηλέφωνα με λειτουργία γεωγραφικής σήμανσης. Δεν διαθέτουν όλα τα κινητά τηλέφωνα αυτή τη λειτουργία. Ωστόσο, οι πρόσφατες ψηφιακές φωτογραφικές μηχανές διαθέτουν επίσης μια τέτοια λειτουργία. - Για να χρησιμοποιήσετε το Picasa και το Google Earth, πρέπει να κατεβάσετε (δωρεάν) το αντίστοιχο λογισμικό. Θα τα βρείτε στις παρακάτω σελίδες λήψης: - Flickr: http://www.flickr.com Google Maps και Street View: http://maps.google.be/intl/nl/help/maps/street Πρόσθετες πληροφορίες και πόροι http://nl.wikipedia.org/wiki/Geotagging	

ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗ 2 Εξερεύνηση των συναισθημάτων μέσω της συγγραφής ποίησης

ΥΑΕΔΑ

Πρότυπο

n. 55

Μεθοδολογίες: Εκφραστική γραφή. Αναστοχαστική πρακτική, καθοδηγούμενη διαλογισμός, συνεργατική μάθηση. Λογοτεχνική ανάλυση. Στόχος: Να αναπτυχθούν οι δεξιότητες αυτορρύθμισης των μαθητών, βοηθώντας τους να συνειδητοποιήσουν και να διαχειριστούν τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τη συμπεριφορά τους μέσω της διαδικασίας της ανάγνωσης, της γραφής και του αναστοχασμού πάνω στην ποίηση.

Μεθοδολογία:	Εκφραστική γραφή	
Θέμα	Αγγλική γλώσσα	
Σχετικές δεξιότητες ζωής	Αυτορρύθμιση	
Τίτλος	Εξερεύνηση των συναισθημάτων μέσω της συγγραφής ποίησης	
Ηλικία/Τάξη	13-14 ετών, 7 ^η τάξη	
Διάρκεια	45 λεπτά	
Πρόταση για όσους διευκολύνουν	Καθηγητής αγγλικών	
Περιγραφή της δραστηριότητας	Διάταξη της τάξης: Η τάξη είναι διαρρυθμισμένη με τρόπο που προάγει μια ήρεμη και στοχαστική ατμόσφαιρα, με άνετα καθίσματα και απαλή μουσική υπόκρουση. Κάθε μαθητής έχει ένα τετράδιο και γραφική ύλη. Δραστηριότητες στην τάξη: - Εισαγωγή στην αυτορρύθμιση και την ποίηση: Ξεκινήστε με μια σύντομη συζήτηση για την αυτορρύθμιση, εξηγώντας τη σημασία της στη διαχείριση των συναισθημάτων, των σκέψεων και των συμπεριφορών. Εισάγετε την ποίηση ως ένα ισχυρό μέσο για την έκφραση και την κατανόηση των συναισθημάτων. - Ανάγνωση και ανάλυση ποιημάτων: Επιλέξτε μερικά σύντομα ποιήματα που ασχολούνται με διάφορα συναισθήματα (π.χ. χαρά, λύπη, θυμός, ειρήνη). Διαβάστε τα ποιήματα δυνατά, ζητώντας από τους μαθητές να δώσουν προσοχή στον τρόπο με τον οποίο οι ποιητές εκφράζουν τα συναισθήματά τους μέσω λέξεων και εικόνων. Διευκολύνετε μια σύντομη συζήτηση σχετικά με το πώς τους έκανε να νιώσουν κάθε ποίημα και πώς κατάφεραν οι ποιητές να μεταδώσουν τα συναισθήματά τους. - Καθοδηγούμενη διαλογισμός και αναστοχασμός: Οδηγήστε τους μαθητές σε έναν σύντομο καθοδηγούμενο διαλογισμό για να τους βοηθήσετε να συγκεντρώσουν τις σκέψεις τους και να συνειδητοποιήσουν τα τρέχοντα συναισθήματά τους. Ζητήστε από τους μαθητές να αναστοχαστούν τα συναισθήματά τους κατά τη διάρκεια του διαλογισμού και να σημειώσουν μερικές λέξεις ή φράσεις που περιγράφουν πώς αισθάνονται. - Άσκηση συγγραφής ποίησης: Ζητήστε από τους μαθητές να γράψουν τα δικά τους ποιήματα με βάση τα συναισθήματα που αναγνώρισαν κατά τη διάρκεια του διαλογισμού. Ενθαρρύνετε τους να χρησιμοποιήσουν περιγραφική γλώσσα και εικόνες για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους. Υπενθυμίστε στους μαθητές ότι ο στόχος είναι να εκφράσουν τα συναισθήματά τους με ειλικρίνεια και δημιουργικότητα, και όχι να γράψουν ένα τέλει ποίημα. - Κοινή χρήση και ανατροφοδότηση: Επιτρέψτε στους μαθητές να μοιραστούν εθελοντικά τα ποιήματά τους με την τάξη. Διευκολύνετε μια συνεδρία ανατροφοδότησης, ενθαρρύνοντας θετικά σχόλια και σκέψεις για το πώς κάθε ποίημα έκανε τους ακροατές να νιώσουν. Τονίστε τη σημασία του σεβασμού των συναισθημάτων και των δημιουργικών εκφράσεων του άλλου. - Σκέψη και συμπέρασμα: Οργανώστε μια συνεδρία αναστοχασμού όπου οι μαθητές θα συζητήσουν τι έμαθαν για τα συναισθήματά τους και πώς η γραφή τους βοήθησε να κατανοήσουν και να διαχειριστούν αυτά τα συναισθήματα. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να συνεχίσουν να χρησιμοποιούν τη γραφή ως εργαλείο αυτορρύθμισης στην καθημερινή τους ζωή.	

ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗ 3 Εξερευνητές συναισθημάτων

YAEDA

Πρότυπο

n. 56

Μεθοδολογίες: Βιωματική μάθηση, Μάθηση με βάση τη συζήτηση, Βιωματική μάθηση, Παιχνίδι ρόλων, Αυτοανασκόπηση Να αναπτύξουν οι μαθητές την ευαισθητοποίηση και τη διαχείριση των συναισθημάτων, των σκέψεων και της συμπεριφοράς τους, εξερευνώντας ιστορικά γεγονότα μέσα από το πρίσμα της αυτορρύθμισης.

Μεθοδολογία	Βιωματική μάθηση	
Θέμα	Ιστορία	
Σχετικές δεξιότητες ζωής	Αυτορρύθμιση	
Τίτλος	Εξερευνητές συναισθημάτων	
Ηλικία/Τάξη	13-16	
Διάρκεια	120 λεπτά (συμπεριλαμβανομένου του πλαισίου)	
Πρόταση για όσους διευκολύνουν	Καθηγητής ιστορίας, καθηγητής γλωσσών, εκπαιδευτικός	
Περιγραφή της δραστηριότητας	- Εισαγωγή στην αυτορρύθμιση Συζητήστε εν συντομία τη σημασία της αυτορρύθμισης και της συναισθηματικής νοημοσύνης στην κατανόηση ιστορικών γεγονότων και στοιχείων. Εισαγάγετε την έννοια της αυτοανασκόπησης και τον ρόλο της στην ανάπτυξη της αυτογνωσίας. Εστιάστε στην εξήγηση και ζητήστε από τους μαθητές να αναλογιστούν το γεγονός ότι σε ορισμένες ιστορικές περιόδους προτεραιότητα είχε η κίνηση και όχι τα συναισθήματα και τα αισθήματά τους. - Ιστορική μελέτη περίπτωσης: Το αμερικανικό κίνημα για τα πολιτικά δικαιώματα: Παρουσιάστε βασικά πρόσωπα και γεγονότα από το Κίνημα για τα Πολιτικά Δικαιώματα, επισημαίνοντας παραδείγματα αυτορρύθμισης και διαχείρισης των συναισθημάτων. Δώστε σε κάθε συμμετέχοντα μαθητή μια κάρτα με περιγραφή του ρόλου του. (Όνομα, φύλο, ηλικία, κοινωνική θέση, ...) Συμμετοχή των μαθητών σε μια σύντομη συζήτηση σχετικά με τις προκλήσεις που αντιμετώπισαν οι ακτιβιστές και τον τρόπο με τον οποίο ρύθμισαν τα συναισθήματα και τις σκέψεις τους για να επιφέρουν αλλαγές. - Διαδραστικό παιχνίδι ρόλων: Η Γαλλική Επανάσταση Χωρίστε τους μαθητές σε μικρές ομάδες και αναθέστε τους ρόλους που αντιπροσωπεύουν διαφορετικές οπτικές γωνίες κατά τη διάρκεια της Γαλλικής Επανάστασης. Καθοδηγήστε τους μαθητές σε μια δραστηριότητα ρόλων όπου θα αντιμετωπίσουν προκλητικά σενάρια και θα εξασκηθούν στην αυτορρύθμιση κατά τη λήψη αποφάσεων. Δώστε σε κάθε συμμετέχοντα μαθητή μια κάρτα με την περιγραφή του ρόλου του. (Όνομα, φύλο, ηλικία, κοινωνική θέση, ...) Διοργανώστε μια σύντομη συζήτηση μετά τη δραστηριότητα για να αναστοχαστείτε σχετικά με το ρόλο της αυτορρύθμισης σε ιστορικά πλαίσια. Σκέψη και καθορισμός στόχων: Ζητήστε από τους μαθητές να συμπληρώσουν ένα φύλλο εργασίας αυτοανασκόπησης, προτρέποντάς τους να εντοπίσουν ένα ιστορικό πρόσωπο ή γεγονός που τους άγγιξε και να αναστοχαστούν τα συναισθήματα και τις σκέψεις που τους προκάλεσε. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να θέσουν έναν συγκεκριμένο στόχο για την εξάσκηση της αυτορρύθμισης στην καθημερινή τους ζωή, με βάση τις γνώσεις που απέκτησαν από τα ιστορικά παραδείγματα που συζητήθηκαν. Συμπέρασμα: Ολοκληρώστε το μάθημα συνοψίζοντας τη σημασία της αυτορρύθμισης για την κατανόηση των ιστορικών γεγονότων και την προσωπική ανάπτυξη. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να συνεχίσουν να εξερευνούν την ιστορία με μια προσεκτική προσέγγιση των συναισθημάτων, των σκέψεων και της συμπεριφοράς τους.	
Τελικές σημειώσεις	Επικαιροποιήστε το θέμα, δίνοντας ίσως παραδείγματα από το παρόν και το παρελθόν, εστιάζοντας επίσης στο τοπικό και ευρωπαϊκό πλαίσιο.	

ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗ 4 Συνειδητή αναπνοή

ΙΔΕΕΣ

Πρότυπο

n. 57

Μεθοδολογία:	Καθοδηγούμενη χαλάρωση	Τεχνικές οπτικοποίησης
Θέμα	Εκπαίδευση για την υγεία	
Δεξιότητες ζωής	Αυτορρύθμιση	
Τίτλος	Συνειδητή αναπνοή	
Ηλικία/Τάξη	Όλες οι ηλικίες	
Διάρκεια	40-45 λεπτά Η δραστηριότητα, χωρίς καμία προετοιμασία, διαρκεί 15 λεπτά	
Προτάσεις για τους διοργανωτές	• Δημιουργήστε ένα ήρεμο και φιλόξενο περιβάλλον για τη δραστηριότητα, χωρίς περισπασμούς και θόρυβο. • Καθοδηγήστε τους μαθητές στην άσκηση συνειδητής αναπνοής με ήρεμο και καθησυχαστικό τόνο, βοηθώντας τους να νιώσουν ασφαλείς και χαλαροί. • Ενθαρρύνετε τους μαθητές να προσεγγίσουν την πρακτική με ανοιχτό μυαλό και χωρίς κριτική, επιτρέποντάς τους να βιώσουν από πρώτο χέρι τα οφέλη της συνειδητότητας. • Να είστε προσεκτικοί στις ατομικές ανάγκες και τα επίπεδα άνεσης των μαθητών, προσφέροντας τροποποιήσεις ή εναλλακτικές λύσεις, όπως απαιτείται, για να διασφαλίσετε ότι όλοι μπορούν να συμμετάσχουν άνετα • Μετά τη δραστηριότητα, δώστε στους μαθητές την ευκαιρία να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και να κάνουν ερωτήσεις, επιτρέποντας τον ανοιχτό διάλογο και τον προβληματισμό σχετικά με την πρακτική της αυτορρύθμισης.	

Περιγραφή της δραστηριότητας

Αυτή η δραστηριότητα εστιάζει στην προώθηση της αυτορρύθμισης και της συναισθηματικής ευεξίας μέσω της πρακτικής της συνειδητής αναπνοής.

Διαδικασία:

1. Ξεκινήστε συγκεντρώνοντας τους μαθητές σε έναν ήσυχο, άνετο χώρο μέσα στην τάξη.
2. Εξηγήστε στους μαθητές ότι θα ασκηθούν σε μια τεχνική χαλάρωσης που ονομάζεται συνειδητή αναπνοή, η οποία μπορεί να τους βοηθήσει να νιώσουν ήρεμοι και συγκεντρωμένοι.
3. Ζητήστε από τους μαθητές να καθίσουν ή να ξαπλώσουν σε μια άνετη θέση, με τα μάτια κλειστά, αν αισθάνονται άνετα να το κάνουν.
4. Ενθαρρύνετε τους μαθητές να παίρνουν αργές, βαθιές αναπνοές από τη μύτη και να εκπνέουν από το στόμα, εστιάζοντας την προσοχή τους στην αίσθηση της αναπνοής τους καθώς εισέρχεται και εξέρχεται από το σώμα τους.
5. Καθώς οι μαθητές συνεχίζουν να αναπνέουν συνειδητά, καθοδηγήστε τους να στρέψουν την προσοχή τους σε διάφορα μέρη του σώματός τους, ξεκινώντας από το κεφάλι και προχωρώντας προς τα κάτω μέχρι τα δάχτυλα των ποδιών, ενθαρρύνοντάς τους να χαλαρώσουν κάθε μέρος καθώς εκπνέουν.
6. Προαιρετικά, μπορείτε να παίξετε απαλή μουσική ή ήχους της φύσης στο παρασκήνιο για να ενισχύσετε την εμπειρία χαλάρωσης.
7. Προσπαθήστε να απολαύσετε τη «σιωπή»
8. Μετά από λίγα λεπτά συνειδητής αναπνοής, φέρτε απαλά τους μαθητές πίσω στο παρόν, ζητώντας τους να κουνήσουν τα δάχτυλα των χεριών και των ποδιών τους και να ανοίξουν αργά τα μάτια τους.
9. Δώστε στους μαθητές λίγο χρόνο να σκεφτούν πώς αισθάνονται μετά την πρακτική της συνειδητής αναπνοής και ενθαρρύνετε τους να χρησιμοποιούν αυτή την τεχνική όποτε χρειάζονται να ηρεμήσουν το μυαλό τους ή να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους.

ΑΥΤΟΡΥΘΜΙΣΗ 5 Ένας χαρακτήρας για να διηγηθεί μια ιστορία

LA STRADA - DER WEG

Πρότυπο

n. 58

Μεθοδολογία:	Ενεργητική ακρόαση Ακούγοντας τον εαυτό μας	
Θέμα	Ιστορία και κοινωνικές επιστήμες	
Σχετικές δεξιότητες ζωής	Αυτορρύθμιση	
Τίτλος	Ένας χαρακτήρας για να διηγηθεί μια ιστορία	
Ηλικία/Τάξη	Γυμνάσιο	
Διάρκεια	90 λεπτά	
Προτάσεις για το ποιος θα διευκολύνει	- Περιγράψτε και τοποθετήστε το ιστορικό πλαίσιο (Ρωμαϊκή εποχή, Ελλάδα, Μεσαιωνική Φεουδαρχία, κ.λπ.). - Επιλέξτε και προετοιμάστε έναν αριθμό χαρακτήρων ίσο με τον αριθμό των μαθητών - Πίσω από την εικόνα γράψτε μια περιγραφή του χαρακτήρα με τα πλεονεκτήματά και τα μειονεκτήματά του - Τοποθετήστε τις εικόνες σε ένα γραφείο - Οι μαθητές πηγαίνουν και επιλέγουν μια εικόνα	
Περιγραφή της δραστηριότητας	- Οι μαθητές πρέπει να επιλέξουν μια εικόνα - Επιστρέφουν στις θέσεις τους - Γυρίζουν την εικόνα και διαβάζουν την περιγραφή του χαρακτήρα - Οι μαθητές μπορούν να επιλέξουν αν θα κρατήσουν τον χαρακτήρα ή θα τον αναθέσουν σε άλλο συμμαθητή με βάση τις ομοιότητες των χαρακτηριστικών, αιτιολογώντας την επιλογή τους - Σε περίπτωση που ένας μαθητής ανατεθεί σε περισσότερους από έναν χαρακτήρες από τους συμμαθητές του, ο μαθητής πρέπει να επιλέξει ποιον χαρακτήρα θα κρατήσει, και πάλι με βάση τις ομοιότητες των χαρακτηριστικών (αναφέροντας τους λόγους της επιλογής του) - Σε περίπτωση που ένας μαθητής μείνει χωρίς χαρακτήρα, θα πρέπει να επιλέξει έναν από τους υπόλοιπους χαρακτήρες (και πάλι με βάση τις ομοιότητες των χαρακτηριστικών). - Ομαδική συζήτηση σχετικά με την «ορθότητα» των επιλογών και των εργασιών - Πιθανή αναθεώρηση, αναστοχασμός και αλλαγή των εργασιών - Κάθε μαθητής πρέπει να θέσει στόχους βελτίωσης σε σχέση με τα χαρακτηριστικά που έχουν προκύψει - Επανάληψη παρόμοιας δραστηριότητας μετά από 3 μήνες	

ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗ 6 Χάρτης συναισθηματικής ρύθμισης

LA STRADA - DER WEG

Πρότυπο

n. 59

Μεθοδολογίες

Αυτή η δραστηριότητα ενθαρρύνει τους μαθητές να εξερευνήσουν και να μοιραστούν αποτελεσματικές στρατηγικές για την αυτορρύθμιση των συναισθημάτων, προωθώντας την ψυχική ευεξία και την αυτογνωσία.

Μεθοδολογία:	Ομάδα εργασίας	
Θέμα	Γλώσσα	
Σχετικές δεξιότητες ζωής	Αυτορρύθμιση	
Τίτλος	Χάρτης συναισθηματικής ρύθμισης	
Ηλικία/Τάξη	Τελευταίες τάξεις του δημοτικού σχολείου	
Χρόνος	60 λεπτά Μπορείτε να προσαρμόσετε τη διάρκεια της δραστηριότητας ανάλογα με τον αριθμό των μαθητών και τις γνώσεις τους σχετικά με την αυτορρύθμιση και τα συναισθήματα.	
Προτάσεις για τους διοργανωτές	- Εξηγήστε στους μαθητές ότι η αυτορρύθμιση των συναισθημάτων είναι σημαντική για τη διαχείριση του άγχους, τη βελτίωση της συγκέντρωσης και την προώθηση της ψυχικής ευεξίας. - Εισάγετε τη δραστηριότητα λέγοντάς τους ότι θα δημιουργήσουν έναν «Χάρτη ρύθμισης συναισθημάτων» προκειμένου να εξερευνήσουν μαζί διαφορετικές στρατηγικές που μπορούν να χρησιμοποιήσουν για τη διαχείριση των συναισθημάτων τους. - Ζητήστε από τους μαθητές να σκεφτούν τις στρατηγικές που χρησιμοποιούν για να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους όταν νιώθουν θυμωμένοι, λυπημένοι, αγχωμένοι ή ανήσυχoi. Κάθε μαθητής μπορεί να γράψει τις στρατηγικές του σε αυτοκόλλητα σημειώματα ή σε χαρτάκια.	
Περιγραφή της δραστηριότητας	- Χωρίστε την τάξη σε ομάδες των 4-5 μαθητών - Αναθέστε σε κάθε ομάδα ένα συγκεκριμένο συναίσθημα (π.χ. θυμό, λύπη, άγχος, ανησυχία). - Κάθε ομάδα θα χρησιμοποιήσει αυτοκόλλητα χαρτάκια ή κομμάτια χαρτιού με τις στρατηγικές για να δημιουργήσει έναν οπτικό χάρτη των στρατηγικών αυτορρύθμισης για το συγκεκριμένο συναίσθημα. Μπορούν να ζωγραφίσουν, να γράψουν ή να χρησιμοποιήσουν σύμβολα για να αναπαραστήσουν τις στρατηγικές. Προτείνεται να χρησιμοποιήσετε αυτόν τον χάρτη: https://sketchplanations.com/mapping-emotions - Κάθε ομάδα θα παρουσιάσει τον χάρτη της στην τάξη, εξηγώντας τις επιλεγμένες στρατηγικές και πώς μπορούν να βοηθήσουν στη ρύθμιση του συγκεκριμένου συναισθήματος. Οι άλλοι μαθητές μπορούν να κάνουν ερωτήσεις ή να μοιραστούν τις δικές τους ιδέες σχετικά με τις στρατηγικές αυτορρύθμισης. - Αφού όλες οι ομάδες παρουσιάσουν τους χάρτες τους, ξεκινήστε μια συζήτηση στην τάξη σχετικά με τις στρατηγικές αυτορρύθμισης και τη σημασία της επιλογής των στρατηγικών που λειτουργούν καλύτερα για όλους. Ζητήστε από τους μαθητές να σκεφτούν πώς μπορούν να εφαρμόσουν αυτές τις στρατηγικές στην καθημερινή τους ζωή. - Τέλος, συνοψίστε τις κύριες έννοιες που εξετάστηκαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας. Τονίστε τη σημασία της αυτορρύθμισης των συναισθημάτων για την ψυχική ευεξία και προσκαλέστε τους μαθητές να συνεχίσουν να εξερευνούν και να εφαρμόζουν στρατηγικές αυτορρύθμισης. - Συμβουλή: Δείξτε στους μαθητές σας τις ταινίες «Inside Out» (2015) και «Inside Out 2» (2024). Θα τους εμπνεύσουν.	

ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗ 7 Εξερευνητές του οικοσυστήματος

IRECOOP AAS

Πρότυπο

n. 60

Εμβαθύνετε τη γεωγραφική κατανόηση εστιάζοντας στα οικοσυστήματα και τη βιοποικιλότητα.

Ανάπτυξη ικανοτήτων αυτορρύθμισης μέσω του σχεδιασμού και της εκτέλεσης συνειδητών ενεργειών σε ανταπόκριση στις πληροφορίες που αποκτήθηκαν.

Προσδιορισμός εργαλείων για την προώθηση της αναγνώρισης των μαθησιακών αναγκών των μαθητών Προώθηση της σύνδεσης μεταξύ γεωγραφίας και περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης

Μεθοδολογία:	Αυτορρύθμιση. Εργαλεία για την προώθηση της αναγνώρισης των μαθητών των δικών τους αναγκών εκπαίδευση, ομαδική εργασία, συνεργασία, μάθηση από ομοτίμους	
Θέμα	Γεωγραφία & Βιολογία & Ενεργός συμμετοχή στα κοινά	
Σχετικές δεξιότητες ζωής	ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗ	
Τίτλος	Εξερευνητές οικοσυστημάτων	
Ηλικία/Τάξη	Όλες οι ηλικίες	
Χρόνος	3 έως 4 ώρες - 2 έως 3 συναντήσεις	
Προτάσεις για τους διοργανωτές	Απαιτούμενα υλικά: - Γεωγραφικοί χάρτες - Ηλεκτρονικοί πόροι για τη βιοποικιλότητα - Χαρτί και στυλό - Υλικά για τη δημιουργία αφισών	
Περιγραφή της δραστηριότητας	Μάθημα 1: Εισαγωγή στο εικονικό ταξίδι Μάθημα 1: «Εξερεύνηση των οικοσυστημάτων» Εναρκτήρια δραστηριότητα (15 λεπτά): - Σύντομη εισαγωγή στα οικοσυστήματα και τη σημασία της βιοποικιλότητας. Παράδειγμα: Προβάλετε ένα σύντομο βίντεο που παρουσιάζει την ομορφιά και την ποικιλομορφία των οικοσυστημάτων σε όλο τον κόσμο, τονίζοντας τη σημασία της διατήρησής τους. - Χωρίστε την τάξη σε ομάδες ομότιμης μάθησης και ζητήστε τους να αναστοχαστούν σχετικά με την έννοια της βιοποικιλότητας και τη σημασία των οικοσυστημάτων για τη ζωή στη Γη. Κάθε ομάδα συζητά τον τρόπο με τον οποίο τα οικοσυστήματα επηρεάζουν την ευημερία του περιβάλλοντος και των ζωντανών οργανισμών. Μαθησιακή ομάδα: Επιλογή ενός οικοσυστήματος (20 λεπτά): - Μέσα σε κάθε ομάδα, οι μαθητές συζητούν και επιλέγουν ένα συγκεκριμένο οικοσύστημα για να το εξερευνήσουν (π.χ. τροπικό δάσος, έρημος, σαβάννα κ.λπ.). Στη συνέχεια, κάθε ομάδα επιλέγει μια χώρα ή περιοχή του κόσμου όπου βρίσκεται το επιλεγμένο οικοσύστημα.	

- **Παράδειγμα:** Οι μαθητές μπορούν να επιλέξουν συναρπαστικά οικοσυστήματα όπως το τροπικό δάσος του Αμαζονίου ή το Μεγάλο Κοραλλιογενές Φράγμα στην Αυστραλία.

Συνεργατική μάθηση: Σχεδιασμός έρευνας (25 λεπτά):

- Οι μαθητές συνεργάζονται εντός των ομάδων τους για να σχεδιάσουν την έρευνά τους σχετικά με τα γεωγραφικά και περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά του οικοσυστήματος που έχουν επιλέξει. Χρησιμοποιώντας χαρτί και στυλό, δημιουργούν μια λεπτομερή λίστα με τις πληροφορίες που πρέπει να συλλέξουν, όπως γεωγραφική θέση, κλίμα, είδη ζώων και φυτών που υπάρχουν και περιβαλλοντικές απειλές.

Μάθημα 2: «Έρευνα και δημιουργία αφίσας»

Δραστηριότητα προθέρμανσης (10 λεπτά):

- Σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες, οι μαθητές συζητούν συγκεκριμένες γεωγραφικές και περιβαλλοντικές πτυχές που θέλουν να ερευνήσουν κατά τη διάρκεια της έρευνάς τους για το επιλεγμένο οικοσύστημα. Επίσης, αναλογίζονται τις μαθησιακές τους ανάγκες, προσδιορίζοντας τα θέματα στα οποία επιθυμούν να επικεντρωθούν.
 - **Παράδειγμα:** Διεξάγετε ένα σύντομο διαδραστικό κουίζ όπου οι μαθητές απαντούν σε ερωτήσεις σχετικά με τη γενική γεωγραφία των οικοσυστημάτων.
 - Ενθαρρύνετε τους μαθητές να ξεκινήσουν από προσωπικές εμπειρίες (ταξίδια, αναγνώσεις κ.λπ.), να εξετάσουν τα ενδιαφέροντά τους σχετικά με το περιβάλλον και τη φύση, να θέσουν ερωτήσεις σχετικά με το τι τους συναρπάζει περισσότερο στο οικοσύστημα και να προσδιορίσουν θέματα που θέλουν να διερευνήσουν περαιτέρω με βάση τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντά τους.

Μαθησιακή συνεργασία: Ατομική ή ομαδική έρευνα (30 λεπτά):

- Οι μαθητές χρησιμοποιούν διαδικτυακούς πόρους και εκπαιδευτικό υλικό που τους παρέχεται για να συλλέξουν λεπτομερείς πληροφορίες σχετικά με τα γεωγραφικά και περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά του οικοσυστήματός τους. Μπορούν να χρησιμοποιήσουν γεωγραφικούς χάρτες και διαδικτυακούς πόρους σχετικά με τη βιοποικιλότητα για να εμβαθύνουν
 - Στις παρουσιάσεις τους, οι μαθητές πρέπει να σημειώσουν πώς επέλεξαν και αξιολόγησαν τις διαθέσιμες πηγές πληροφοριών, προσδιόρισαν τα πεδία ενδιαφέροντος ατομικά και ομαδικά, αξιολόγησαν την προσωπική τους κατανόηση, σημείωσαν τυχόν κενά ή αναπάντητα ερωτήματα και προσάρμοσαν τις ερευνητικές στρατηγικές σύμφωνα με τον τρόπο μάθησης και τις προτιμήσεις τους (χρησιμοποιώντας διαδραστικούς γεωγραφικούς χάρτες, επεξηγηματικά βίντεο, κείμενα κ.λπ.).

Συνεργατική μάθηση: Δημιουργία αφίσας (30 έως 45 λεπτά):

- Κάθε ομάδα δημιουργεί μια αφίσα που απεικονίζει οπτικά τις πληροφορίες που συγκέντρωσε σχετικά με τη γεωγραφία και τη βιοποικιλότητα του οικοσυστήματός της. Χρησιμοποιώντας καλλιτεχνικά υλικά και χρώματα, οι μαθητές δημιουργούν μια αφίσα ελκυστική και ενημερωτική, που περιλαμβάνει εικόνες, διαγράμματα και επεξήγηση

Μάθημα 3: «Μοιραζόμαστε τους φυσικούς

θησαυρούς» Εναρκτήρια δραστηριότητα (15 λεπτά):

- Στις ομάδες ομότιμης μάθησης, οι μαθητές μοιράζονται τις ερευνητικές τους εμπειρίες και συζητούν τη σημασία της βιοποικιλότητας και της διατήρησης των οικοσυστημάτων. Μπορούν να μοιραστούν στρατηγικές που χρησιμοποιούνται εντός των ομάδων, ατομικές λύσεις που έχουν υιοθετηθεί και εκπαιδευτικές προτερ

Μαθησιακή ομάδα: Παρουσίαση αφίσας (45 λεπτά):

- Κάθε ομάδα παρουσιάζει την αφίσα της στην τάξη, μοιράζοντας τις πληροφορίες που συγκέντρωσε σχετικά με τη γεωγραφία και τη βιοποικιλότητα του οικοσυστήματός της.

Κατά τη διάρκεια των παρουσιάσεων, οι μαθητές μπορούν να εντοπίσουν τα σημαντικότερα περιβαλλοντικά προβλήματα και τις πιθανές λύσεις.

- Η παρουσίαση των αφισών όχι μόνο επιτρέπει στους μαθητές να μοιραστούν τις πληροφορίες που έχουν συλλέξει, αλλά τους δίνει και την ευκαιρία να αναστοχαστούν τις μαθησιακές τους ανάγκες και να εντοπίσουν τομείς που μπορούν να βελτιώσουν την κατανόηση και τη συμμετοχή τους:
 - **Αυτοαξιολόγηση της κατανόησης:** Κατά την παρουσίαση της αφίσας, οι μαθητές μπορούν να αξιολογήσουν την κατανόησή τους των πληροφοριών που έχουν συλλέξει για το οικοσύστημα. Μπορούν να αναρωτηθούν αν μπορούν να εξηγήσουν με σαφήνεια τα γεωγραφικά χαρακτηριστικά και τη βιοποικιλότητα του οικοσυστήματος στην τάξη ή αν υπάρχουν τομείς στους οποίους θα μπορούσαν να βελτιώσουν την παρουσίασή τους.
 - **Απαντώντας σε ερωτήσεις:** Κατά τη διάρκεια της συνεδρίας ερωτήσεων και απαντήσεων μετά την παρουσίαση, οι μαθητές μπορούν να απαντήσουν σε ερωτήσεις των συμμαθητών τους. Αυτές οι ερωτήσεις μπορεί να επισημάνουν θέματα ή λεπτομέρειες που δεν έχουν κατανοηθεί πλήρως κατά τη διάρκεια της έρευνας. Οι μαθητές μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτές τις ερωτήσεις για να εντοπίσουν κενά στην κατανόησή τους και να αναστοχαστούν σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να εμβαθύνουν σε αυτά τα
 - **Αξιολόγηση από τους συμμαθητές:** Μετά από κάθε παρουσίαση, οι μαθητές μπορούν να λάβουν σχόλια από τους συμμαθητές τους. Αυτά τα σχόλια μπορεί να περιλαμβάνουν επαίνους για καλά ανεπτυγμένα στοιχεία της παρουσίασης και προτάσεις για βελτίωση ή πρόσθετες πληροφορίες. Οι μαθητές μπορούν να αναλογιστούν αυτά τα σχόλια για να εντοπίσουν τομείς που χρήζουν βελτίωσης όσον αφορά τις επικοινωνιακές δεξιότητες και την κατανόηση του
 - **Σκέψεις σχετικά με τις περιβαλλοντικές προκλήσεις και τις προτεινόμενες λύσεις:** Κατά τη διάρκεια της παρουσίασης των περιβαλλοντικών προκλήσεων και των προτεινόμενων λύσεων για τη διατήρηση του οικοσυστήματος, οι μαθητές μπορούν να σκεφτούν πώς αυτές οι πληροφορίες επηρεάζουν την αντίληψή τους για τη σημασία της προστασίας του περιβάλλοντος. Μπορούν να εξετάσουν πώς οι ατομικές και συλλογικές δράσεις μπορούν να συμβάλουν στην προστασία του περιβάλλοντος και να εντοπίσουν συγκεκριμένες δράσεις για την αντιμετώπιση αυτών

Συνεργατική μάθηση: Σχεδιασμός συνειδητών ενεργειών (30 λεπτά):

- Οι μαθητές συνεργάζονται για να σχεδιάσουν συνειδητές δράσεις που μπορούν να αναλάβουν για να συμβάλουν στη διατήρηση των οικοσυστημάτων που εξερεύνησαν. Μπορούν να δημιουργήσουν μια λίστα πρακτικών δράσεων, όπως η συμμετοχή σε περιβαλλοντικά εθελοντικά προγράμματα ή η προώθηση της ευαισθητοποίησης για τη βιοποικιλότητα στην κοινότητά τους.

Αξιολόγηση:

- Η αξιολόγηση θα βασιστεί στην ενεργό συμμετοχή, την πληρότητα των πληροφοριών που συλλέχθηκαν, την ποιότητα της αφίσας και τη συνοχή των προγραμματισμένων συνειδητών δράσεων.

Τελικές σημειώσεις:

- Αυτή η δραστηριότητα συνδέει τη γεωγραφία με την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση, ενθαρρύνοντας τους μαθητές να εξερευνήσουν τα οικοσυστήματα του κόσμου και να αναλογιστούν συνειδητές δράσεις για τη διατήρηση της βιοποικιλότητας. Τα παραδείγματα δραστηριοτήτων έχουν σχεδιαστεί ώστε να είναι ελκυστικά και ενημερωτικά, προωθώντας την αυτορρύθμιση

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Πιθανό ερωτηματολόγιο για τους μαθητές ώστε να αναστοχαστούν τις μαθησιακές τους ανάγκες κατά τη διάρκεια και μετά τις δραστηριότητες:

Αυτοαξιολόγηση κατανόησης:

- Έχω κατανοήσει πλήρως τις πληροφορίες σχετικά με το οικοσύστημα που παρουσιάσαμε;
- Μπόρεσα να εξηγήσω με σαφήνεια τα γεωγραφικά χαρακτηριστικά και τη βιοποικιλότητα του οικοσυστήματος κατά τη διάρκεια της παρουσίασης;
- Υπήρξαν στιγμές κατά τη διάρκεια της παρουσίασης που ένιωσα αβεβαιότητα ή έλλειψη προετοιμασίας;

Απαντήσεις σε ερωτήσεις:

- Απάντησα με αυτοπεποίθηση και πληρότητα στις ερωτήσεις των συμμαθητών μου;
- Υπήρχαν ερωτήσεις στις οποίες δεν μπόρεσα να απαντήσω πλήρως;
- Ποιες ερωτήσεις με έκαναν να σκεφτώ ή ανέδειξαν πτυχές που θα μπορούσα να διερευνήσω περαιτέρω;

Ανατροφοδότηση από τους συμμαθητές:

- Ποια ήταν τα δυνατά σημεία της παρουσίασής μας σύμφωνα με τα σχόλια των συμμαθητών μας;
- Υπήρχαν προτάσεις ή συμβουλές για το πώς να βελτιώσουμε την παρουσίασή μας;
- Τι μπορώ να μάθω από τα σχόλια των συμμαθητών μου για να βελτιώσω τις μελλοντικές μου παρουσιάσεις;

Σκέψεις για τις περιβαλλοντικές προκλήσεις και προτεινόμενες λύσεις:

- Ποια είναι τα κύρια περιβαλλοντικά προβλήματα που εντοπίσαμε κατά τη διάρκεια της παρουσίασης;
- Πώς επηρεάζουν αυτές οι προκλήσεις την αντίληψή μου για τη σημασία της προστασίας του περιβάλλοντος;
- Ποιες ενέργειες μπορώ να κάνω προσωπικά ή με την ομάδα μου για να συμβάλω στη διατήρηση του οικοσυστήματος που παρουσιάστηκε;

Χρησιμοποιώντας αυτό το ερωτηματολόγιο, οι μαθητές μπορούν να αναστοχαστούν σκόπιμα τις μαθησιακές τους ανάγκες, εντοπίζοντας τους τομείς στους οποίους πρέπει να επικεντρωθούν για να βελτιώσουν την κατανόηση και τη συμμετοχή τους σε

ΑΥΤΟΡΡΥΘΜΙΣΗ 8 4 Σπίτια

IRECOOP AAS

Πρότυπο

αριθ. 61

Μεθοδολογία:	Κατευθυντήριες γραμμές για τη δημιουργία ομάδας εστίασης σε επίκαιρα θέματα	
Θέμα	Ιστορία και γεωγραφία. Κοινωνικές και ψυχολογικές επιστήμες	
Δεξιότητες ζωής	<u>Αυτορρύθμιση</u>	
Τίτλος	4 Σπίτια	
Ηλικία/Τάξη	13/14 Γυμνάσιο, πρώτη τάξη λυκείου	
Διάρκεια	90 λεπτά	
Προτάσεις για τους διοργανωτές	Προσοχή, δώστε τους κανόνες στους συμμετέχοντες και βεβαιωθείτε ότι έχουν κατανοήσει πώς πρέπει να συμπεριφερθούν. Σημειώστε τις λέξεις και τις ενέργειες που χρησιμοποιούν οι συμμετέχοντες και χωρίστε τις σε κατηγορίες όπως: Λέξεις/ενέργειες που αναδεικνύουν άλλα μέλη της ομάδας • Λέξεις/ενέργειες που διευκολύνουν την εργασία • Επιθετικές λέξεις/ενέργειες • Λέξεις/πράξεις απομάκρυνσης/μη συνεργασίας Το πιο σημαντικό είναι η τελική ανατροφοδότηση: σχηματίστε έναν κύκλο και αρχίστε να κάνετε στους συμμετέχοντες την προτεινόμενη ερώτηση σχετικά με τη σημασία της συνεργασίας και τον αντίκτυπο ορισμένων ελεύθερων επιλογών και ενεργειών από εκείνους που έχουν περισσότερη ελευθερία από τους άλλους. Ξεκινήστε εξετάζοντας το τελικό προϊόν κάθε ομάδας, ξεκινώντας από το πρώτο τετράγωνο έως το τέταρτο. Θυμηθείτε να εξηγήσετε πώς έγινε (τους κανόνες που υιοθετήθηκαν στην περιγραφή της δραστηριότητας) και αν το σπίτι είναι καθαρό ή ακατάστατο, και πόσο χώρο έχει κάθε σπίτι, ίσως μια σύντομη περιγραφή για το πόσα αγαθά είναι διαθέσιμα. Στη συνέχεια, αρχίστε να ρωτάτε τους συμμετέχοντες που έχουν περισσότερη ελευθερία και μετά κάντε την ίδια ερώτηση στους άλλους συμμετέχοντες: • Πώς ήταν η άσκηση; Σας άρεσε; • Πώς νιώσατε κατά τη διάρκεια των διαφορετικών σταδίων της δραστηριότητας; • Πιστεύετε ότι θα μπορούσατε να εκτελέσετε τη δραστηριότητα με διαφορετικό τρόπο στα διάφορα στάδια του παιχνιδιού; • Πιστεύετε ότι υπάρχει κάτι που θα μπορούσατε να κάνετε καλύτερα; • Υπήρχε κάτι που σε ενόχλησε; • Γιατί πιστεύετε ότι κάναμε αυτή τη δραστηριότητα; Αφού όλοι οι συμμετέχοντες δώσουν μια απάντηση, ο δάσκαλος και ο εκπαιδευτικός μπορούν να ρωτήσουν αν οι συμμετέχοντες με μεγαλύτερη ελευθερία θέλουν να προσθέσουν κάτι και, στη συνέχεια, να συζητήσουν με την τάξη αν η δραστηριότητα μπορεί να σχετίζεται με άλλες ιστορικές καταστάσεις ή με την ίδια την τάξη. Μην κρίνετε, προσπαθήστε απλώς να σημειώσετε το γεγονός, μην χρησιμοποιείτε λέξεις όπως <i>σωστό</i> ή <i>λάθος</i>, <i>κακό</i> και ούτω καθεξής. Προσπαθήστε να εστιάσετε στους συμμετέχοντες στα αποτελέσματα, πείτε τους να μην το πάρουν προσωπικά, αλλά μόνο για να καταλάβουν πώς να βελτιώσουν τις δεξιότητες ζωής ή τη μάθηση του θέματος.	

Αναλόγως, τροποποιήστε την παρακολούθηση με τις δεξιότητες ζωής στις οποίες θέλετε να εστιάσετε ή τις ανάγκες που θεωρείτε πιο σημαντικές για τους συμμετέχοντες.

Οδηγίες για τον συντονιστή

- **Εξηγήστε** με σαφήνεια **τους κανόνες** της δραστηριότητας σε όλους τους συμμετέχοντες. Βεβαιωθείτε ότι όλοι κατανοούν τι πρέπει να κάνουν.
- **Παρατηρήστε και σημειώστε** τις λέξεις και τις ενέργειες που χρησιμοποιούν οι συμμετέχοντες. Μπορείτε να τις κατηγοριοποιήσετε ως εξής:
 - Λέξεις/ενέργειες που **υποστηρίζουν** άλλα μέλη της ομάδας
 - Λέξεις/ενέργειες που **βοηθούν** στην ολοκλήρωση της εργασίας
 - **Επιθετικές** λέξεις/ενέργειες
 - Λέξεις/ενέργειες που δείχνουν **απόσυρση** ή έλλειψη συνεργασίας

Συνεδρία ανασκόπησης

Μετά τη δραστηριότητα, συγκεντρώστε όλους τους συμμετέχοντες σε κύκλο για συζήτηση.

- **Εξετάστε** το τελικό προϊόν κάθε ομάδας, από το πρώτο έως το τέταρτο τετράγωνο.
 - Συζητήστε πώς πραγματοποιήθηκε η δραστηριότητα, τους κανόνες που ακολουθήθηκαν και αν τα σχέδια των σπιτιών είναι σαφή ή ακατάστατα.
 - Συζητήστε για τον χώρο που καταλαμβάνει κάθε σπίτι και για τα χαρακτηριστικά ή τις ανέσεις που περιλαμβάνει.
- **Ρωτήστε** τους συμμετέχοντες, ξεκινώντας από εκείνους που είχαν περισσότερη ελευθερία κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, τις ακόλουθες ερωτήσεις:
 - Πώς νιώσατε κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας; Σας άρεσε;
 - Ποια συναισθήματα νιώσατε στα διάφορα στάδια;
 - Θα κάνατε κάτι διαφορετικό αν ξανακάνατε τη δραστηριότητα;
 - Υπάρχει κάτι που πιστεύετε ότι θα μπορούσατε να βελτιώσετε;
 - Υπήρχε κάτι που σας ενόχλησε ή σας αναστάτωσε;
 - Γιατί νομίζεις ότι κάναμε αυτή τη δραστηριότητα;
- **Ενθαρρύνετε** όλους τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις σκέψεις τους.
- **Συζητήστε** ως ομάδα εάν αυτή η δραστηριότητα σχετίζεται με πραγματικές καταστάσεις, ιστορικά γεγονότα ή εμπειρίες στην τάξη.

Συμβουλές διευκόλυνσης

- **Παραμείνετε ουδέτεροι:** Αποφύγετε να κρίνετε τις απαντήσεις των συμμετεχόντων
- **Εστιάστε στα γεγονότα:** Μην χαρακτηρίζετε τις ενέργειες ως «σωστές» ή «λάθος».
- **Ενθαρρύνετε τον αναστοχασμό:** Βοηθήστε τους συμμετέχοντες να σκεφτούν τι έμαθαν και πώς μπορούν να το εφαρμόσουν.
- **Προσαρμόστε** τις δραστηριότητες παρακολούθησης ώστε να εστιάζουν σε συγκεκριμένες δεξιότητες ζωής ή μαθησιακές ανάγκες που σχετίζονται με την ομάδα σας.

Περιγραφή της δραστηριότητας

Απαιτούμενο υλικό: χρώματα για κάθε συμμετέχοντα (ένα διαφορετικό χρώμα για κάθε συμμετέχοντα στην ίδια ομάδα) και ένα χαρτόνι αρκετά μεγάλο ώστε να χωράει 4 τετράγωνα, όπου 4 συμμετέχοντες μπορούν να ζωγραφίσουν μαζί 4 σπίτια.

Δημιουργήστε ομάδες με μέγιστο αριθμό 4 συμμετεχόντων.

Η δραστηριότητα είναι ιδανική για την προώθηση της αυτορρύθμισης και όταν θέλετε να αναπτύξετε κριτική σκέψη σχετικά με ιστορικές καταστάσεις και σύγχρονες συγκρούσεις ή/και βιωσιμότητα.

Τα επόμενα βήματα θα γίνουν για κάθε ομάδα.

Ο στόχος κάθε συμμετέχοντα είναι να σχεδιάσει ένα σπίτι σε 4 διαφορετικά τετράγωνα του χαρτονιού. Υπάρχουν 4 αγώνες, κάθε αγώνας θα διεξαχθεί σε ένα μόνο τετράγωνο του χαρτονιού. Όλοι οι γύροι έχουν διαφορετικούς κανόνες, εκτός από τη σειρά του παιχνιδιού. Στην αρχή επιλέξετε τη σειρά του παιχνιδιού. Η σειρά των παικτών είναι η ίδια στον πρώτο και στον δεύτερο αγώνα.

-Παιχνίδι αριθμός 1: σχεδιάστε ένα σπίτι όσο μεγάλο θέλετε στο πρώτο τετράγωνο. Στο χώρο όπου υπάρχει ένα σπίτι, ο παίκτης που έχει τη σειρά δεν μπορεί να περάσει πάνω από τα σχέδια των άλλων σπιτιών. Ο πρώτος παίκτης έχει 30 δευτερόλεπτα, ο δεύτερος 15, ο τρίτος και ο τέταρτος μόνο 5 δευτερόλεπτα.

-Παιχνίδι αριθμός 2: χωρίστε το δεύτερο τετράγωνο σε 4 μέρη, κάθε παίκτης μπορεί να ζωγραφίσει το δικό του σπίτι, αλλά με διαφορετικό χρόνο (και πάλι). Ο πρώτος παίκτης έχει 30 δευτερόλεπτα, ο δεύτερος 15, ο τρίτος και ο τέταρτος μόνο 5 δευτερόλεπτα.

-Αγώνας αριθμός 3: όλοι ταυτόχρονα σχεδιάζουν ένα σπίτι, προσπαθώντας να το κάνουν μεγαλύτερο στο τρίτο τετράγωνο. Χρονικό όριο 2 λεπτά.

- Αγώνας αριθμός 4: σχεδιάστε ένα μόνο σπίτι σε συνεργασία με τους άλλους, ο καθένας πρέπει να έχει έναν συγκεκριμένο ρόλο και στόχο για το σπίτι. Αποφασίστε εκ των προτέρων τι θέλει η ομάδα να έχει σε αυτό το σπίτι.

- Χρόνος για να αποφασίσουν και να σχεδιάσουν το σπίτι: 10 λεπτά (αλλά μπορείτε να τους δώσετε 5 λεπτά επιπλέον αν το επιθυμούν).

Στο τέλος, κάντε μια τελική ανατροφοδότηση για τη δραστηριότητα (βλ. πρόταση παραπάνω), όπου μπορείτε να αρχίσετε να μιλάτε για τα συγκεκριμένα θέματα που θέλετε να αντιμετωπίσετε ή να συζητήσετε με τους συμμετέχοντες.

Κάθε τετράγωνο αντιπροσωπεύει ένα διαφορετικό στάδιο αυτορρύθμισης

Απαιτούμενα υλικά

- Ένα χρώμα (π.χ. μαρκαδόρος, κραγιόν) για κάθε συμμετέχοντα. Κάθε άτομο στην ίδια ομάδα πρέπει να έχει διαφορετικό χρώμα.
- Ένα μεγάλο φύλλο χαρτί (χαρτόνι) ανά ομάδα, αρκετά μεγάλο ώστε να χωριστεί σε 4 ίσα τετράγωνα.

Δημιουργία ομάδων

- Σχηματίστε ομάδες έως 4 συμμετεχόντων.

Στόχος της δραστηριότητας

Κάθε συμμετέχων θα ζωγραφίσει ένα σπίτι σε ένα από τα τέσσερα τετράγωνα του χαρτονιού. Η δραστηριότητα αποτελείται από 4 γύρους, ο καθένας με διαφορετικούς κανόνες.

Γύροι δραστηριότητας

Γύρος 1: Ατομική ζωγραφική με χρονικό περιορισμό

- Στο πρώτο τετράγωνο, οι συμμετέχοντες σχεδιάζουν ένα σπίτι με τη σειρά.
- Η σειρά των συμμετεχόντων αποφασίζεται στην αρχή και παραμένει η ίδια για τους γύρους 1 και 2.

- Χρονικά όρια:
 - 1ος παίκτης: 30 δευτερόλεπτα
 - 2ος παίκτης: 15 δευτερόλεπτα
 - 3ος και 4ος παίκτης: 5 δευτερόλεπτα ο καθένας
- Οι παίκτες δεν πρέπει να ζωγραφίζουν πάνω από τα σπίτια που έχουν ήδη

ζωγραφίζει οι άλλοι Γύρος 2: Ζωγραφική διαιρεμένου τετραγώνου

- Χωρίστε το δεύτερο τετράγωνο σε 4 ίσα μέρη.
- Κάθε συμμετέχων σχεδιάζει το δικό του σπίτι στο τμήμα που του έχει ανατεθεί.
- Τα χρονικά όρια είναι τα ίδια με αυτά του Γύρου 1.

Γύρος 3: Ταυτόχρονη ζωγραφική

- Στο τρίτο τετράγωνο, όλοι οι συμμετέχοντες ζωγραφίζουν ταυτόχρονα.
- Στόχος: Κάθε άτομο σχεδιάζει ένα σπίτι, προσπαθώντας να το κάνει όσο το δυνατόν μεγαλύτερο.
- Χρονικό όριο: 2 λεπτά.

Γύρος 4: Συνεργατική ζωγραφική

- Στο τέταρτο τετράγωνο, η ομάδα συνεργάζεται για να ζωγραφίσει ένα σπίτι.
- Πριν ξεκινήσετε, αποφασίστε ως ομάδα ποια χαρακτηριστικά πρέπει να έχει το σπίτι.
- Αναθέστε σε κάθε συμμετέχοντα έναν συγκεκριμένο ρόλο ή μέρος του σπιτιού.
- Χρονικό όριο: 10 λεπτά (μπορεί να παραταθεί κατά 5 λεπτά αν χρειαστεί).

Συζήτηση μετά τη δραστηριότητα

Αφού ολοκληρωθούν και οι τέσσερις γύροι, συγκεντρώστε τους συμμετέχοντες για να συζητήσετε τη δραστηριότητα. Εστιάστε σε θέματα όπως η συνεργασία, η λήψη αποφάσεων και ο τρόπος με τον οποίο οι διαφορετικοί κανόνες επηρέασαν τα αποτελέσματα. Ενθαρρύνετε όλους να μοιραστούν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους για κάθε γύρο.

Εστίαση στη μάθηση

Κάθε τετράγωνο αντιπροσωπεύει ένα διαφορετικό στάδιο αυτορρύθμισης. Αυτή η δραστηριότητα βοηθά τους συμμετέχοντες να κατανοήσουν πώς οι κανόνες, οι χρονικοί περιορισμοί και η συνεργασία επηρεάζουν την εργασία τους και τις αλληλεπιδράσεις τους με τους



Bridge

E+ project

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



Co-funded by
the European Union