



Helsinki

**1**

**ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**  
**ΜΑΘΗΣΗ ΒΑΣΙΣΜΕΝΗ ΣΕ**  
**ΕΝΑ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ**

# Ποιο φαινόμενο?

ΤΙΤΛΟΣ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ



Τι ήδη γνωρίζεις ?

Τι θα ήθελες να μάθεις?

Αρχικά συναισθήματα

♥ x ✓ ♥ ? ✓ !  
~ x ♥ ✓ ! ♥ !



Τι βρίσκεις βαρετό?



Τι βρίσκεις ότι σε  
εμπνέει?



Τι βρίσκεις ενδιαφέρον ?



Τι δεν σου προκαλεί  
αίσθηση?

# Εμπνεόμαστε από το φαινόμενο



Βρείτε ένα έγγραφο, εικόνα, ποίημα, άρθρο εφημερίδας, podcast, συνέντευξη, παιχνίδι ή οτιδήποτε σας εμπνέει ώστε να μάθετε περισσότερα για το φαινόμενο.

Σχεδιάστε έναν χάρτη / γράψτε ή φτιάξτε ένα κόμικ που περιγράφει όλα όσα ήδη γνωρίζετε και κατανοείτε ότι αποτελούν μέρος του φαινομένου.

# Μαθησιακοί στόχοι

Καταγράψτε τους μαθησιακούς σας στόχους. Τι θέλετε να μάθετε για αυτό το φαινόμενο;



Ποιος είναι ο κύριος στόχος του φαινομένου ? Τι σημαίνει για εσάς;

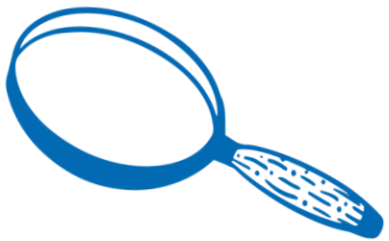


Γιατί πρέπει να πετύχετε τον κύριο στόχο?

Πως θα ξέρετε το τι έχετε μάθει?

# Αναζήτηση πληροφοριών και Οικοδομώντας την γνώση

Τι θέλετε να μάθετε και γιατί ?



Καταγράψτε πέντε διαφορετικούς τρόπους αναζήτησης πληροφοριών.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Καταγράψτε λέξεις-κλειδιά που θα σας βοηθήσουν να βρείτε πληροφορίες

Πως ξέρετε ότι οι πληροφορίες που βρήκατε είναι αξιόπιστες και έγκυρες?



Σκεφτείτε τις ανθρώπινες αισθήσεις. Πώς χρησιμοποιούνται στην αναζήτηση πληροφοριών και την οικοδόμηση της γνώσης;

# Κοινή χρήση της μαθησιακής διαδικασίας



Αν ήσουν το μόνο άτομο που κατανοεί το θέμα της μελέτης σας, πώς θα μπορούσες να κάνεις τους άλλους να ενδιαφερθούν για το θέμα;

Συμπληρώστε τις παρακάτω προτάσεις σχετικά με τη μαθησιακή διαδικασία/το θέμα της μελέτης σας.

Το καλύτερο πράγμα σχετικά με την εργασία μου ...

Το χειρότερο πράγμα σχετικά με την εργασία μου ..

Ήξερες ότι ..

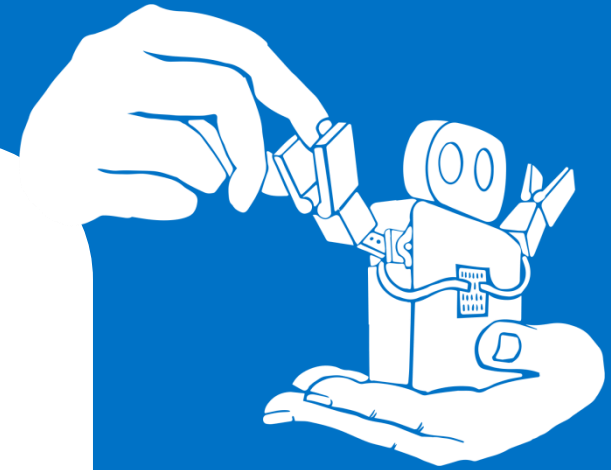
Βρήκα διασκεδαστικό ...

Αναστατώθηκα όταν ...

Ήταν έκπληξη για μένα .....

Δεν κατάλαβα καθόλου ...

Βρήκα πολύ δύσκολο να μάθω ότι .....




Αν το φαινόμενο ήταν υπερήρωας, αστείο, περιοδικό, ρομπότ, έργο τέχνης, εκδήλωση ή κάτι άλλο, ποιο θα ήθελες να ήταν;

# 2

Η ΑΣΚΗΣΗ ΤΟΥ ΠΑΓΟΒΟΥΝΟΥ






# ***The iceberg exercise***

Σκέψου κάτι που έχεις πετύχει

- Think of something you have achieved.
- Write down all the things under the surface that you needed to achieve your goal.

Γράψε όλα αυτά που είναι κάτω από την επιφάνεια και χρειάζονται για να πετύχεις τον στόχο σου.





3

**ΔΥΝΑΤΑ ΣΗΜΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ ΜΑΣ**

Θεωρείται ότι τρία έως και επτά δυνατά σημεία της προσωπικότητας ενός ατόμου είναι αυτά που τον χαρακτηρίζουν. Αυτά αντιπροσωπεύουν όλους τους διαφορετικούς φακούς μέσα από τους οποίους βλέπουμε τον κόσμο. Τα δυνατά σημεία του χαρακτήρα μας αναδεικνύουν το καλύτερο που έχουμε μέσα μας.



## ***Signature strengths***

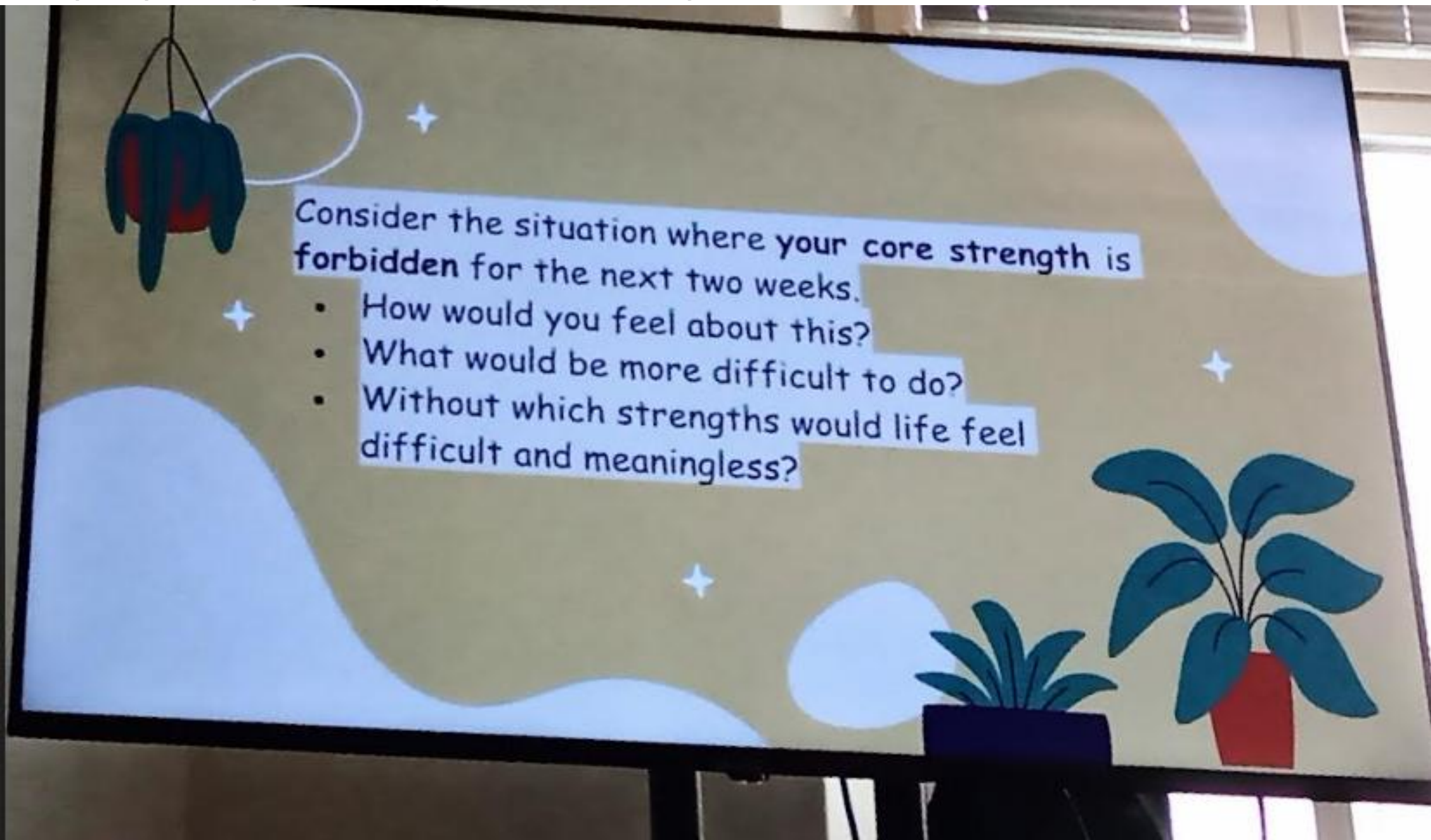
- It is assumed that three to seven character strengths are the most typical of the individual.
- These are called signature strengths.
- They represent all the different – coloured lenses through which we see the world.
- Signature strengths bring out the best in us.

Σκεφτείτε την κατάσταση όπου η βασική σας δύναμη είναι απαγορευμένη για τις επόμενες δύο βδομάδες.

• Πως θα αισθανόσασταν?

• Τι θα ήταν πιο δύσκολο να γίνει?

• Χωρίς ποιες δυνάμεις θα φαινόταν η ζωή δύσκολη και χωρίς νόημα?



**4**

**ΕΥΗΜΕΡΙΑ - ΤΟ ΜΟΝΤΕΛΟ ΤΗΣ ΠΑΛΑΜΗΣ**



# Group discussion: Hand model of well-being

Index finger-  
talk about  
strengths

ΔΕΙΚΤΗΣ  
Μιλήστε για τα δυνατά σημεία

Middle finger-  
teach about  
strengths

ΜΕΣΑΙΟ ΔΑΚΤΥΛΟ  
Διδάξτε για τα δυνατά σημεία

Ring finger-  
promote  
cohesion, build a  
team

ΠΑΡΑΜΕΣΟΣ  
Πρωθήστε την συνοχή, δημιουργήστε  
μια ομάδα

Thumb-give  
positive  
feedback

ΑΝΤΙΧΕΙΡΑΣ  
Δώστε θετική ανατροφοδότηση

Think of your students  
and classes.  
Share examples for  
each finger (how you  
give positive feedback,  
etc.)

Σκεφτείτε τους μαθητές και τις τάξεις  
σας. Μοιραστείτε παραδείγματα για  
κάθε δάκτυλο (πως δίνεις θετική  
ανατροφοδότηση κ.α.)

Little finger-set  
an example,  
walk the talk

ΜΙΚΡΟ  
Δώστε ένα παράδειγμα , συνεχίστε  
την ομιλία

**5**

**ΕΝΑΣ ΜΥΘΟΣ ΤΗΣ ΙΝΔΙΑΝΙΚΗΣ ΦΥΛΗΣ ΤΩΝ CHEROKEE**

[https://www.youtube.com/watch?v=x95\\_BTeanl8](https://www.youtube.com/watch?v=x95_BTeanl8)





«Γιε μου, η μάχη γίνεται μεταξύ δύο «λύκων» που υπάρχουν μέσα σε όλους μας.

Ο ένας είναι το **Κακό**. Είναι ο θυμός, η ζήλια, η θλίψη, η απογοήτευση, η απληστία, η αλαζονεία, η αυτολύπηση, η ενοχή, η προσβολή, η κατωτερότητα, τα ψέματα, η ματαιοδοξία, η υπεροψία και το εγώ.

Ο άλλος είναι το **Καλό**. Είναι η χαρά, η ειρήνη, η αγάπη, η ελπίδα, η ηρεμία, η ταπεινοφροσύνη, η ευγένεια, η φιλανθρωπία, η συμπόνια, η γενναιοδωρία, η αλήθεια, η ευσπλαχνία και η πίστη στο Θεό.»

Ο εγγονός το σκέφτηκε για ένα λεπτό και μετά ρώτησε τον παππού του:

«Ποιος λύκος νικάει;»

Ο γέρος Ινδιάνος Τσερόκι απάντησε:

«Αυτός που ταΐζει».

# ΠΟΙΟΝ ΛΥΚΟ ΤΑΙΣΑ ΣΗΜΕΡΑ?



ΣΥΖΗΤΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ  
ΤΑΞΗ ΓΙΑ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ  
ΜΕ ΤΟΝ ΟΠΟΙΟ ΟΙ  
ΜΑΘΗΤΕΣ ΜΠΟΡΟΥΝ  
ΝΑ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΟΥΝ  
ΤΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ  
"ΦΩΝΕΣ" ΠΟΥ ΑΚΟΥΝΕ  
ΜΕΣΑ ΤΟΥΣ ΚΑΙ ΠΩΣ  
ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ  
ΕΝΙΣΧΥΣΟΥΝ ΤΗ  
ΘΕΤΙΚΗ ΠΛΕΥΡΑ ΤΟΥΣ  
(Π.Χ. ΣΕ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ  
ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ)

