

1^η συνάντηση: Δευτέρα 22-10-12

- Καλωσορίζουμε την ομάδα και κάνουμε ένα θετικό σχόλιο για την παρουσία των παιδιών που εθελοντικά αφιερώνουν δύο ώρες από το χρόνο τους
- **Επαφή με το χώρο** : τα παιδιά περπατούν αργά στο χώρο παρατηρώντας τον προσεχτικά για 3 λεπτά ,στη συνέχεια επιλέγουν μία θέση τυχαία και αφού καθίσουν (σε κύκλο) κλείνουν τα μάτια για 1 λεπτό περίπου. Τι παρατήρησαν στο χώρο; (που δεν το έχουν ξαναδεί)Τι νιώθουν;
- **Σύντομη ενημέρωση για τα προγράμματα Αγωγής υγείας- για το δικό μας πρόγραμμα** (διαμεσολάβηση) , για το διαφορετικό τρόπο λειτουργίας της ομάδας: που είναι μαθητοκεντρικός και όχι δασκαλοδεντρικός: έκφραση σκέψεων –συναισθημάτων- επιθυμιών- ανταλλαγή εμπειριών με τα άλλα μέλη της ομάδας.
- **Γνωριμία με τα μέλη της ομάδας: παιχνίδι με ονόματα**
Το κάθε μέλος λέει το μικρό του όνομα γράφοντάς το ταυτόχρονα σ' ένα μεγάλο χαρτόνι που βρίσκεται κάτω στο πάτωμα στη μέση του κύκλου , από πού το πήρε, πώς νιώθει γι' αυτό(αν του αρέσει ή όχι – αν θα ήθελε να το αλλάξει) λέει το παρατσούκλι του ή υποκοριστικό του και δίνει στον εαυτό του ένα επίθετο που πιστεύει ότι τον χαρακτηρίζει.
- Μοιράζουμε στα παιδιά το έγγραφο «αίτηση- δήλωση του διαμεσολαβητή» για να το συμπληρώσουν και να το φέρουν την επόμενη φορά.
- **Παιχνίδι χαλάρωσης**: Καθόμαστε ή ξαπλώνουμε αναπαυτικά. Κλείνουμε τα μάτια μας και παίρνουμε βαθιές αναπνοές. Ακούγοντας τον συντονιστή να μας δίνει τα παραγγέλματα, σφίγγουμε το σώμα μας όσο πιο δυνατά γίνεται, τα πόδια, τα χέρια, τους γοφούς, το πρόσωπο και κρατάμε για λίγο αυτή την ένταση. Στη συνέχεια χαλαρώνουμε εντελώς και αναπνέουμε βαθιά. Επαναλαμβάνουμε για λίγο.