

# Οι μάσκες των συναισθημάτων

Έφτασαν οι Απόκριες.... Στολές, πολύχρωμα μπαλόνια, σερπαντίνες, κομφετί, αρλεκίνοι και αποκριάτικα τραγούδια ομορφαίνουν τις ημέρες αυτές!

Η κατασκευή των ημερών δεν είναι άλλη από τις μάσκες. Μάσκες με ζωάκια, με σούπερ ήρωες, με χρώματα και γκλίτερ!

Φέτος, όμως, ήρθε η στιγμή να φτιάξουμε τις δικές μας προσωπικές μάσκες, αυτές που μας θυμίζουν ευχάριστές αλλά και δυσάρεστες στιγμές...

## Η μάσκα της χαράς

- 1) Διάλεξε όποιο σχήμα μάσκας επιθυμείς.
- 2) Θυμήσου μια στιγμή που ένιωσες χαρά!
- 3) Άκου τη μουσική: <https://www.youtube.com/watch?v=Wod-MudLNPA>
- 4) Ζωγράφισε την στιγμή αυτή πάνω στην μάσκα. Να θυμάσαι, ότι δεν είναι ανάγκη να περιοριστείς στις εκφράσεις του προσώπου σου.
- 5) Κόψε την μάσκα και με το συρραπτικό τοποθέτησε ένα λάστιχο και στις δύο πλευρές.
- 6) Η μάσκα σου είναι έτοιμη!

## Η μάσκα της λύπης

- 1) Διάλεξε όποιο σχήμα μάσκας επιθυμείς.
- 2) Θυμήσου μια στιγμή που ένιωσες λύπη!
- 3) Άκου τη μουσική: <https://www.youtube.com/watch?v=Oxx55M6JKFI>
- 4) Ζωγράφισε την στιγμή αυτή πάνω στην μάσκα. Να θυμάσαι, ότι δεν είναι ανάγκη να περιοριστείς στις εκφράσεις του προσώπου σου.
- 5) Κόψε την μάσκα και με το συρραπτικό τοποθέτησε ένα λάστιχο και στις δύο πλευρές.
- 6) Η μάσκα σου είναι έτοιμη!

### **Η μάσκα του θυμού**

- 1) Διάλεξε όποιο σχήμα μάσκας επιθυμείς.
- 2) Θυμήσου μια στιγμή που ένιωσες θυμό!
- 3) Άκου τη μουσική: <https://www.youtube.com/watch?v=fOk8Tm815IE>
- 4) Ζωγράφισε την στιγμή αυτή πάνω στην μάσκα. Να θυμάσαι, ότι δεν είναι ανάγκη να περιοριστείς στις εκφράσεις του προσώπου σου.
- 5) Κόψε την μάσκα και με το συρραπτικό τοποθέτησε ένα λάστιχο και στις δύο πλευρές.
- 6) Η μάσκα σου είναι έτοιμη!

### **Η μάσκα του φόβου**

- 1) Διάλεξε όποιο σχήμα μάσκας επιθυμείς.
- 2) Θυμήσου μια στιγμή που ένιωσες φόβο!
- 3) Άκου τη μουσική: <https://www.youtube.com/watch?v=tu1no7hOISs>
- 4) Ζωγράφισε την στιγμή αυτή πάνω στην μάσκα. Να θυμάσαι, ότι δεν είναι ανάγκη να περιοριστείς στις εκφράσεις του προσώπου σου.
- 5) Κόψε την μάσκα και με το συρραπτικό τοποθέτησε ένα λάστιχο και στις δύο πλευρές.
- 6) Η μάσκα σου είναι έτοιμη!

### **Τι μπορούμε να κάνουμε με τις μάσκες μας;**

- ✓ Να παίξουμε παιχνίδια ρόλων.
- ✓ Να ανταλλάξουμε μάσκες με έναν συμμαθητή μας και να προσπαθήσουμε να καταλάβουμε τι του προκάλεσε χαρά/λύπη/θυμό/φόβο.
- ✓ Να διαλέξουμε την αγαπημένη μας μάσκα και να την παρουσιάσουμε στην τάξη.
- ✓ Αν έπρεπε να βάψουμε τη μάσκα μας με ένα μόνο χρώμα, ποιο θα ήταν αυτό;
- ✓ Άκου τη μουσική που ταιριάζει στη μάσκα σου και χόρεψε, κάνε κινήσεις που να εκφράζουν το συναίσθημα.



