

Αισθάνομαι, αισθάνομαι... τον κόσμο

- Έχουμε πέντε αισθήσεις, που μας βοηθούν να καταλαβαίνουμε τον κόσμο.
- Έλα, ας πετάξουμε. Έχουμε τόσα να δούμε και να ακούσουμε.
 - Και να μυρίσουμε, να γευτούμε, να νιώσουμε... Με τα μάτια μας βλέπουμε μακριά και κοντά.
 - Κοίτα εκεί! Τι ωραία χρώματα!
 - Έχε τα μάτια σου ανοιχτά! Με τα αυτιά μας μπορούμε να ακούσουμε διάφορους ήχους. Από δυνατούς κρότους μέχρι τον παραμικρό θόρυβο.
 - Μου αρέσει ο ήχος της καμπάνας. Μερικοί ήχοι μας κάνουν να νιώθουμε ευχάριστα. - Τέντωσε τα αυτιά σου για να ακούσεις.
 - Μπορείς να ακούσεις καλύτερα, αν βάλεις τα χέρια σου σαν χωνί γύρω από τα αυτιά σου. Η μύτη μάς βοηθά να μυρίζουμε.
 - Αυτό το λουλούδι μυρίζει υπέροχα. Μερικά πράγματα μυρίζουν ωραία...
 - Μπορώ να μυρίσω το νόστιμο νέκταρ. ...άλλα όμως μυρίζουν απαίσια.
 - Πουφ! Αυτά βρωμάνε.
 - Μην ακουμπήσεις τίποτα! Μερικά από τα πράγματα που βρωμάνε είναι γεμάτα μικρόβια! Καταλαβαίνουμε τη γεύση των φαγητών και των ποτών με τη γλώσσα μας.
 - Μμμ, τι νόστιμο! Μερικά φαγητά είναι πικρά. Άλλα είναι ξινά.
 - Το λεμόνι είναι ξινό. Κάποια είναι γλυκά κι άλλα είναι αλμυρά.
 - Δοκίμασε το κέικ. Είναι πολύ γλυκό.
 - Όπως γλύκας είσαι κι εσύ. Αισθανόμαστε τον κόσμο γύρω μας με την αφή μας. Μερικά πράγματα είναι άγρια, ενώ άλλα είναι πολύ απαλά.
 - Η επιφάνεια της πέτρας είναι πολύ άγρια για να καθίσεις πάνω της!
 - Έλα να καθίσεις στο απαλό γρασίδι! Μερικά πράγματα είναι κρύα, ενώ άλλα είναι ζεστά. - Μπρρρ! Το νερό είναι πολύ κρύο εδώ. Να λοιπόν πώς μπορούμε να ακούμε, να βλέπουμε, να μυρίζουμε και να γευόμαστε.
 - Μαμά μην ξεχνάς την αφή! Σε αγγίζω και αισθάνομαι ωραία και ζεστά. Οι πέντε αισθήσεις μας κάνουν να νιώθουμε ζωντανοί.
 - Τώρα μπορώ να καταλάβω τον κόσμο.

Σαμ Γκόντουν

1. Γράψε τι κάνω (ακούω, γεύομαι, βλέπω, νιώθω, μυρίζω)

Με τα μάτια
Με τα αυτιά
Με τη μύτη
Με τη γλώσσα
Με τα δάχτυλα

2. Ένωσε τις προτάσεις. Τρώγοντας ένα μήλο, χρησιμοποιούμε συγχρόνως όλες μας τις αισθήσεις.

Βλέπουμε	τη λεία φλούδα του μήλου με τα δάχτυλά μας.
Νιώθουμε	το λαμπερό χρώμα του μήλου.
Γευόμαστε	το άρωμά του, καθώς το ξεφλουδίζουμε.
Μυρίζουμε	τη γλυκιά γεύση του.
Ακούμε	τον εαυτό μας να μασάει το μήλο. Μμμ! Νόστιμο!

Οι λέξεις δεν είναι για να πληγώνουμε

Το ξέρεις ότι χρειάζονται μόνο 24 γράμματα για να φτιάξουμε εκατομμύρια λέξεις; Μερικές λέξεις είναι τοσοδά μικρές: «Ελα! » «Όχι! » «Γεια!». Μερικές λέξεις είναι τόσοοο πολύ μεγάλες: «Κολοκυθοκεφτέδες», «Σκουληκομυρμηγκότρυπα», «Σαρανταποδαρούσα». Οι λέξεις σε βοηθούν να πεις σημαντικά πράγματα όπως: «Σ' αγαπώ», «Σ' ευχαριστώ που με βοηθάς», «Παρακαλώ». Μερικές φορές οι λέξεις σου ακούγονται δυνατά: «Ετοιμοι; Έρχομαι να σας ψάξω!». Κι άλλες φορές οι λέξεις σου ακούγονται ψιθυριστά: «Σσσ...». Μερικές φορές οι λέξεις σου είναι αστείες: «Ο τζίτζιρας, ο μίτζιρας, ο τζίτζιμιτζιχότζιρας». Μερικές φορές τις τραγουδάς: «Λα, λα, Λα, λα».

Οι λέξεις σου ανήκουν σ' εσένα. Εσύ διαλέγεις τι θα πεις και πώς θα το πεις. Οι λέξεις σου μπορούν να πληγώσουν ή να στηρίξουν τους άλλους. Να μερικές λέξεις που στηρίζουν: «Ας δουλέψουμε μαζί». «Θέλεις να το μοιραστούμε;». «Χαίρομαι που είμαστε φίλοι», «Μπορούμε να παίρνουμε κι οι δύο από δω». Να μερικές λέξεις που πληγώνουν: «Όχι, δεν μπορείς να παίζεις μαζί μας», «Τα ρούχα σου είναι χάλια», «Είσαι χαζή», «Φύγε από δω πέρα».

Οι λέξεις δεν είναι για να πληγώνουμε. Όταν ακούς λέξεις που σε πληγώνουν, πώς νιώθεις; Ίσως... λυπημένος, θυμωμένος, φοβισμένος, μπερδεμένος, αποδιωγμένος ή κι άλλα συναισθήματα.

Ελίζαμπεθ Βέρντικ

Επέλεξε τις φράσεις που χαμογελούν

Σ υ γ γ ν ώ μ η !!!

Θ α β ά λ ω τ α δ υ ν α τ ά μ ο υ !

Κ α λ ύ τ ε ρ α ν α μ η π ρ ο σ π α θ ή σ ω .

Κ λ ε ί σ τ ε τ ο σ τ ό μ α σ α ς !

Ε ί σ α ι χ ο ν τ ρ ό ς !
μας.

Δ ε ν μ π ο ρ ε ί ς ν α π α ί ξ ε ι ς μ α ζ ί

Έ λ α ν α τ ο κ ά ν ο υ μ ε μ α ζ ί !
καταφέρω.

Δ ε ν θ α τ α

Σ ε π α ρ α κ α λ ώ , μ η μ ι λ ά σ έ τ σ ι !!

Ε υ χ α ρ ι σ τ ώ .

Π ά λ ι τ α θ α λ ά σ σ ω σ ε ς β λ ά κ α !!!

Κ α τ έ β α α μ έ σ ω ς α π ό τ η ν κ ο ύ ν ι α !!

Ένωσε τα αντίθετα	
ευτυχία	θυμός
καλοσύνη	μίσος
αγάπη	ντροπή
περηφάνια	κακία
ηρεμία	δυστυχία
γενναϊότητα	φόβος

