



## Πώς ένα άλογο κι ένας σπουργίτης βοηθούν ο ένας τον άλλο!

Ήταν χειμώνας, χιόνια πολλά σκέπαζαν τα βουνά και τους κάμπους, κάτασπρες ήταν οι στέγες των σπιτιών! Τα σπουργίτια δεν έβρισκαν τροφή και πεινούσαν. Ένα σπουργίτι πέταξε στο στάβλο ενός αλόγου και το ρωτά:

*- Μου δίνεις την άδεια να φάω κι εγώ λίγους σπόρους; Όλα γύρω τα σκέπασαν τα χιόνια! Δε βρίσκω πουθενά να φάω και πεινώ, το άμειρο. Αν έβρισκα, δε θα ζητιάνευα.*

Το άλογο αποκρίθηκε με καλοσύνη:

*- Έλα κοντά με θάρρος και φάε όσο θέλεις. Είναι εδώ αρκετό κριθάρι και για μένα και για σένα.*

Το σπουργίτι πλησίασε κι έτσι έτρωγαν μαζί σαν αγαπημένοι φίλοι. Αφού χόρτασε, το σπουργίτι είπε:

*- Σ' ευχαριστώ, σ' ευχαριστώ πολύ! Μου έκανες μεγάλη χάρη και δε θα τη λησμονήσω.*

Κι ενώ πετούσε, έλεγε με το νου του:

*- Η χάρη θέλει αντίχαρη. Μα τι μπορώ να κάμω, εγώ ο μικρός, στο μεγάλο και δυνατό άλογο;*

Πέρασε ο χειμώνας, ήρθε η άνοιξη κι ύστερα το καλοκαίρι. Η ζέστη ήταν πολύ μεγάλη! Πλήθος μύγες και κουνούπια ήταν μέσα στο στάβλο, που ενοχλούσαν το άλογο και δεν το άφηναν να ησυχάσει.

Τότε ο σπουργίτης είπε:

*- Να η ώρα, να κάνω κι εγώ κάτι στο καλό άλογο.*

Πέταξε μέσα στο στάβλο και κατάπινε τις μύγες και τα κουνούπια. Έτσι χόρταινε, μα και ελευθέρωνε το φίλο του από τα ενοχλητικά έντομα. Το άλογο χλιμίντρισε από ευχαρίστηση, σαν να έλεγε:

- Σ' ευχαριστώ αγαπητό μου σπουργιτάκι!



(Πηγή: Το κείμενο λήφθηκε από το ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2 του Εγχειριδίου Εκπαιδευτικού «Αναγνώριση και Ευαισθητοποίηση γύρω από τον σχολικό εκφοβισμό» ΥΠΠ, 2016-2017. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2)

### Απάντησε τις πιο κάτω ερωτήσεις σε ένα τετράδιο:

1. Με ποιο τρόπο το άλογο, έδειξε ότι νοιάζεται για το σπουργίτι;

.....

2. Με ποιο τρόπο το σπουργίτι έδειξε ότι νοιάζεται για το άλογο;

.....



**Σκέψου ποια συναισθήματα νιώθεις εσύ όταν κάποιος κάνει κάτι που δείχνει ότι νοιάζεται για σένα...**

- ❖ Αυτές τις μέρες που είμαστε όλοι στο σπίτι, έστω κι αν είσαι μικρό παιδί, μπορείς να δείξεις κι εσύ έμπρακτα (=με πράξεις), στους δικούς σου ανθρώπους, ότι νοιάζεσαι γι' αυτούς. Νομίζεις ότι θα τους κάνει να νιώσουν όμορφα;;;
- ❖ Αν θέλεις, μπορείς να παίξεις ένα παιχνίδι με την οικογένειά σου!!!

## Παιχνίδι



www.shutterstock.com · 1095780704

1. Μπορείς να ρωτήσεις ένα ενήλικα στην οικογένειά σου, ποιες μικρές πράξεις θα μπορούσες να κάνεις εσύ στο σπίτι, για να βοηθήσεις την οικογένειά σου (π.χ. «Να στρώσεις το κρεβάτι σου» ή «Να ποτίσεις τις γλάστρες με τα λουλούδια» κ.α.).
2. Μετά μπορείς να πάρεις 5 μικρά τετράγωνα χαρτάκια, ή να πάρεις τα κίτρινα αυτοκόλλητα χαρτάκια (που λέγονται post it), και σε κάθε χαρτάκι, να γράψεις μία πράξη.
3. Να αναρτήσετε (μαζί με τον ενήλικα) αυτά τα χαρτάκια στο ψυγείο.
4. Να προσπαθήσεις να κάνεις μια πράξη την ημέρα, και όταν την τελειώνεις, ο ενήλικας θα αφαιρεί το χαρτάκι με τη συγκεκριμένη πράξη, από το ψυγείο.
5. Μπορούν να παίξουν και άλλα μέλη της οικογένειάς σου, αν το θέλουν.
6. Πώς νομίζεις ότι θα νιώσεις εσύ, και τα άλλα μέλη της οικογένειάς σου, μετά από αυτό;

**Αν θέλεις γράψε σε ένα τετράδιο, πώς ένιωδες εσύ και τα άλλα μέλη της οικογένειάς σου, όταν τελειώδες με όλη τη βοήθεια που πρόσφερες στο σπίτι.**

(Πηγή: Οι εικόνες λήφθηκαν από το διαδίκτυο.)