



με τα παιδιά ...



!!!

Καθώς τα σχολεία συνεχίζουν να παραμένουν κλειστά για την αποφυγή εξάπλωσης του κορονοϊού τι πιο ωραίο αφού βρισκόμαστε σπίτι με τα παιδιά μας από το να περνούμε ευχάριστα και δημιουργικά τον χρόνο μας μαζί τους!!! Σημαντική όμως είναι η ύπαρξη ενός σταθερού ημερήσιου προγράμματος όπου χρήσιμο θα ήταν να βασίζεται σε τρεις βασικούς πυλώνες όπως η μάθηση, η διασκέδαση και η χαλάρωση

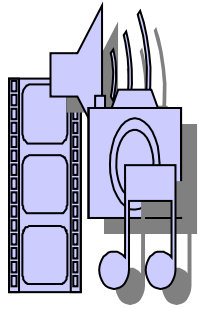
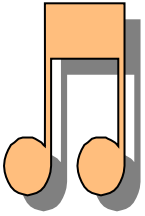


Απαραίτητο για τα παιδιά σχολικής και προσχολικής ηλικίας είναι να μην αποκοπούν από την εκπαιδευτική διαδικασία όσο καιρό διαρκέσει η αναστολή λειτουργίας των σχολείων. Γι'αυτό το λόγο χρήσιμο είναι οι γονείς να παρέχουν ερεθίσματα και να τα συνδέουν με την εκπαιδευτική διαδικασία και μάθηση. Θα πρέπει να εκμεταλλευτούμε ως επί το πλείστον τα οφέλη της εξ' αποστάσεως εκπαίδευσης που ήδη άρχισε να εφαρμόζεται. Το ίδιο ισχύει και για τους μαθητές του νηπιαγωγείου. Είναι σημαντική για τα παιδιά του νηπιαγωγείου η ενθάρρυνση για ενασχόληση με εκπαιδευτικά projects που θα προσφέρουν τη χαρά της δημιουργίας, την άντληση της ικανοποίησης και της ευχαρίστησης.

Οι δραστηριότητες εκπαιδευτικού χαρακτήρα καλό θα ήταν να πραγματοποιούνται κατά βάση τις πρωινές ώρες της ημέρας έτσι ώστε να

προσομοιάζουν με το σχολικό πρόγραμμα όπως αυτό ίσχυε στην προκορονοϊού εποχή.

Σημαντική θέση στη ζωή μας και στη ζωή των παιδιών μας θα πρέπει να έχει η γυμναστική και η σωματική άσκηση. Καθώς πλέον οι εξωσχολικές δραστηριότητες έχουν διακοπεί χρήσιμο θα ήταν να βρίσκουμε το χρόνο, την διάθεση και την ευρηματικότητα για φυσική δραστηριότητα και άσκηση εντός του σπιτιού με ευχάριστο και διασκεδαστικό τρόπο. Ας βάλουμε δυνατά την μουσική και ας ξεκινήσουμε!!!

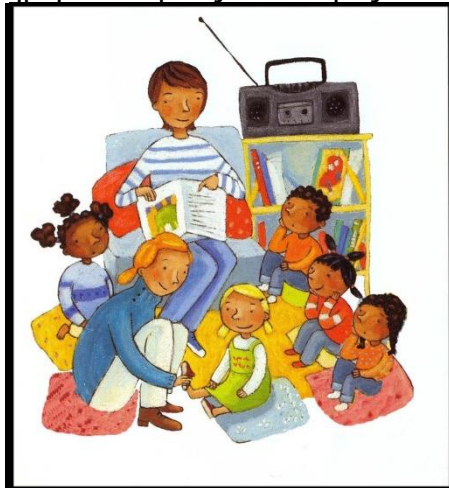


Επίσης είναι ευκαιρία να θυμηθούμε παιχνίδια που παίζαμε εμείς ως παιδιά όπως το κουσό, τα αγαλματάκια ή τις μουσικές καρέκλες. Τα μικρά παιδιά θα τα λατρέψουν και οι μεγάλοι θα τα ξαναθυμηθούν.



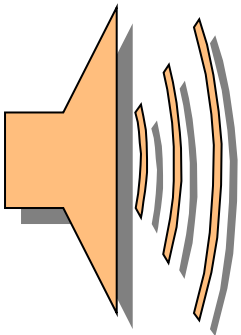
Μετά από σωματική άσκηση και διασκέδαση προτιμούμε οι τόνοι να πέσουν με την ανάγνωση ενός παραμυθιού ή μιας ιστορίας για τους μικρούς μας φίλους ή ενός λογοτεχνικού βιβλίου για τους εφήβους.

Για όσους είναι ακουστικοί τύποι υπάρχουν τα audiobooks. Με αυτό τον τρόπο πετυχαίνουμε, εκτός όλων των άλλων, την χαλάρωση και την ηρεμία κυρίως σε ώρες κοινής ησυχίας κατα τη διάρκεια της μέρας.

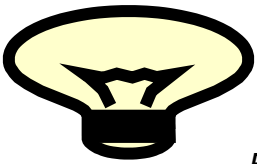


Ας δούμε όλη αυτή την περιπέτεια ως μια ευκαιρία για σύσφιξη των διαπροσωπικών σχέσεων ανάμεσα στα μέλη της οικογένειάς μας. Ο καλύτερος τρόπος για την επίτευξη είναι ...ένα επιτραπέζιο παιχνίδι. Παιχνίδια που θα προσφέρουν γέλιο, αναμνήσεις αλλά ακόμη και γνώση είναι ευπρόσδεκτα!!!

Κατάλληλα παιχνίδια για παιδιά προσχολικής ηλικίας και όχι μόνο είναι η παντομίμα, τα παιχνίδια μνήμης και ταχύτητας, ανάπτυξης λεξιλογίου και περιγραφής και ενίσχυσης του προφορικού λόγου. Επιπλέον, τα παιχνίδια ρόλων όπως και τα επιτραπέζια συμβάλλουν στην ανάπτυξη και βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων που σχετίζονται με την τήρηση κανόνων και σειράς και σεβασμού ως προς τους συμπαίχτες. Επιπλέον, απλά παιχνίδια όπως αυτά που παρουσιάζονται ενδεικτικά παρακάτω ενδείκνυται να πραγματοποιηθούν με παιδιά που εμφανίζουν δυσκολίες στην γλωσσική έκφραση.



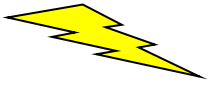
Κρατείστε μια κάρτα στο χέρι σας και προσπαθείστε να εξηγήσετε στο παιδί αυτό που κρατάτε, δίνοντας περιφερειακά στοιχεία του (π.χ. έχει 4 πόδια, τρώει χόρτα, έχει άσπρο μαλλί, μας δίνει γάλα). Στη συνέχεια ζητείστε το αντίστροφο. Μπορείτε και σε 2 ομάδες. Η πρώτη ομάδα περιγράφει, λέγοντας κάθε μέλος της ομάδας μία λέξη τη φορά.



Βάλτε στο πάτωμα κάρτες που γνωρίζετε εκ των προτέρων ότι το παιδί της γνωρίζει. Ζητείστε του να πηδήξει γρήγορα στην εικόνα ή διαδοχικά στις εικόνες που ονομάτισατε. Εάν θέλετε να το κάνετε πιο πολύπλοκο, ζητείστε του με βάση τη χρηστικότητα του (π.χ. πήδα σε αυτό που έχει 4 ρόδες) ή βάλτε γράμματα ή λέξεις για μεγαλύτερα παιδιά.

Ζητάμε από το παιδί να μας πει 5 πράγματα από συγκεκριμένη ομαδοποίηση (π.χ. 5 πράγματα που τρώμε με το χέρι, ζώα που αρχίζουν από /π/, μέσα που ταξιδεύουμε κλπ).

Λέμε μια φωνούλα και προσπαθούμε να σκεφτούμε λέξεις. Η ποσότητα των λέξεων εξαρτάται από τις δυνατότητες του παιδιού. Π.χ. 3 λέξεις από την φωνούλα /κ/- καρότο, καρέκλα, κήπος.



Είσαι γρήγορος ? απόδειξε το...!!!

Χρειαζόμαστε μια κλεψύδρα ή ένα χρονόμετρο. Διαλέγουμε μια κατηγορία π.χ. πάρτι γενεθλίων και καλούμαστε να λέμε με την σειρά μας από μια σχετική λέξη μέχρι να τελειώσει ο χρόνος!!! Π.χ. τούρτα, μουσική, χορός, κεράκια, δώρα κλπ.

Το γνωστό σε όλους **όνομα ζώο φυτό, πράγμα σε μια παραλλαγή**. Λέμε ένα γράμμα της αλφαβήτας και σκεφτόμαστε ένα έπιπλο, ζώο, όχημα και όνομα. Μπορείτε να προσθέσετε και άλλες κατηγορίες ανάλογα με τις ικανότητες του παιδιού. Π.χ. βιβλιοθήκη-βάτραχος-βάρκα-Βαγγέλης.

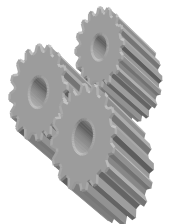


Κρυμμένος θησαυρός : τυλίγουμε σε αλουμινόχαρτο παιχνιδάκια και τα κρύβουμε στο σπίτι. Εφοδιάζουμε με φακούς και τσαντάκια τους μικρούς

εξερευνητές και το κυνήγι του θησαυρού ξεκινάει.



Πλυντήριο αυτοκινήτου: ανακοινώνουμε ότι το πλυντήριο αυτοκινήτου ξεκίνησε τη λειτουργία του στο μπάνιο. Μαζεύουμε τα αυτοκίνητα που χρειάζονται πλύσιμο, σηκώνουμε τα μανίκια, εφοδιαζόμαστε με ψεκαστήρια και σαπουνάδα και αρχίζουμε δουλειά.



Για παιδιά σχολικής ηλικίας, παιχνίδια όπως το ταμπού, παιχνίδια γνώσεων, λογικής ή αφαιρετικής σκέψης και κρίσης, τραβούν το ενδιαφέρον και μετατρέπουν ακόμη και έναν απορριπτικό ή αδιάφορο έφηβο σε ψυχή της παρέας.

Χρήσιμο θα ήταν να αναφερθούμε και στην παρακολούθηση τηλεόρασης, στο τάμπλετ ή σε κονσόλες παιχνιδιών.



Αναγνωρίζοντας όλοι πως η τεχνολογία αποτελεί αναπόσπαστο μέρος πλέον της ανθρώπινης ύπαρξης θα ήταν δύσκολο να απαγορεύσουμε τελείως τη χρήση αυτών κυρίως σε μεγαλύτερα παιδιά αλλά είναι απολύτως απαραίτητο και θεμιτό η χρήση τους να γίνεται με μέτρο και φειδώ και για αυτό υπεύθυνοι και μόνο είμαστε εμείς οι ενήλικες. Εμείς καθορίζουμε το χρόνο και την διάρκεια ενασχόλησης με κάθε είδους οθόνη και σε αυτό οφείλουμε να είμαστε συνεπείς και σταθεροί εξ αρχής προκειμένου να αποφευχθούν γκρίνιες και τσακωμοί.

Τέλος θα ήθελα να σταθώ σε όλες εκείνες τις οικογένειες παιδιών που χρήζουν ειδικής αγωγής και ενταξιακής εκπαίδευσης.



Σημαντικό είναι σε αυτές τις περιόδους κρίσης που διανύουμε να διατηρηθεί, όσο οι συνθήκες το επιτρέπουν, μια σταθερή ρουτίνα δραστηριοτήτων και μια συνεχής επαφή (έστω τηλεφωνική ή μέσω των κοινωνικών δικτύων) με τους θεραπευτές των παιδιών έτσι ώστε να πραγματοποιούνται δραστηριότητες που ως σκοπό θα έχουν την ψυχική

ηρεμία και υγεία αυτών αλλά και της υπόλοιπης οικογένειας.



Η σημερινή κατάσταση που βιώνουμε επιφέρει αναστάτωση, άγχος και αποσταθεροποίηση. Οι τρόποι στήριξης των παιδιών που χρήζουν ειδικής αγωγής και εκπαίδευσης περιλαμβάνουν την παροχή αυξημένης προσοχής και φροντίδας στο σπίτι σε αυτή την δύσκολη περίοδο, αλλά και την προσωρινή μείωση των απαιτήσεων σε σχέση με τις γνωστικές δραστηριότητες στο σπίτι. Ακόμη προτείνεται η ενθάρρυνση της λεκτικής και εξωλεκτικής έκφρασης σκέψεων και συναισθημάτων και την παροχή ευκαιριών για δομημένες αλλά λιγότερο απαιτητικές δραστηριότητες και ευθύνες στο σπίτι. Στόχος είναι η μείωση συναισθημάτων απογοήτευσης, απελπισίας και αποδιοργάνωσης.

Η καθοδήγηση και η στήριξη από τους ειδικούς κρίνεται απαραίτητη όταν νιώθουμε ότι χάνουμε τον έλεγχο προκειμένου να ανταπεξέλθουμε και να αρχίσουμε να λειτουργούμε ξανά αποτελεσματικά.

Ας μην ξεχνούμε ότι οι άνθρωποι που καταφέρνουν να ανταπεξέλθουν σε μια δύσκολη περίοδο όχι μόνο ξεπερνούν την αρχική αίσθηση αδυναμίας και φόβου αλλά βρίσκουν νέες στρατηγικές αντιμετώπισης και κατακτούν μέσα από αυτές νέα επίπεδα ωρίμανσης.

Είναι μια δύσκολη περίοδος για όλους μας. Είναι καλό να θυμόμαστε ότι θα είμαστε πιο βοηθητικοί αν σεβαστούμε τις ανάγκες όχι μόνο των ανθρώπων αλλά και τις δικές μας ανάγκες γιατί μόνο τότε θα μπορέσουμε να μετατρέψουμε την κρίση σε ευκαιρία για αλλαγή και ωρίμανση τόσο για τα παιδιά όσο και για εμάς τους ίδιους.



*Επιμέλεια: Κρυσταλίνα Βουλγαράκη
Ειδική Παιδαγωγός*