

Μερικές Οδηγίες...

- ✎ Καλό είναι το παιδί συχνά να **ζωγραφίζει** ή να ασχολείται με **πλαστελίνη** για να εξασκείται και να βελτιώσει τη λαβή και χειρισμό μολυβιού/μαρκαδόρου.
- ✎ Θα βοηθούσε αν το παιδί δοκίμαζε **διάφορα μέσα γραφής/ζωγραφικής** πέραν του μαρκαδόρου(ξυλομπογιές, κηρομπογιές, νερομπογιές, τέμπερες) → λεπτή κινητικότητα
- ✎ Αν ζωγραφίζει να του θυμίζετε να γράφει το **όνομα** ή και το επίθετό του (κατασκευάστε μια κάρτα με το όνομά του ώστε να τη συμβουλευέται όποτε χρειάζεται). Να του λέτε πως όλοι οι ζωγράφοι γράφουν το όνομα στους πίνακές τους!! Έτσι, θα εξασκείται στα γράμματα και δεν θα ξεχνά να γράφει τα στοιχεία του σε κάθε σχολική εργασία.
- ✎ Μπορείτε να παίρνετε ευκαιρία από καθημερινές δουλειές για **μέτρημα** π.χ.στο μαγείρεμα να μετράτε λαχανικά «Έλα, να μετρήσουμε τις πατάτες που θα χρειαστούμε.», στο στρώσιμο του τραπεζιού «Βάλε τόσα κουτάλια όσα πιάτα.» κ.α. Έτσι, εξασκείται σε **προμαθηματικές** (ταύτιση, ομαδοποίηση, ταξινόμηση, σειροθέτηση..) και **μαθηματικές**(απαρίθμηση) έννοιες. Παράλληλα, εμπλουτίζει το λεξιλόγιό του. Με τον ίδιο τρόπο μπορεί να δουλευτεί και η **σύγκριση μεγεθών** (μεγάλο-μικρό, ψηλό-κοντό, χοντρό-λεπτό, μακρύ-κοντό, βαρύ-ελαφρύ) ή **ποσοτήτων** (π.χ.μεγαλύτερο/μικρότερο, περισσότερο/λιγότερο, πόσα περισσότερα από...;; Βάλε τόσα...όσα...)
- ✎ Αν διαβάζετε κάτι π.χ.εφημερίδα να το προσκαλείτε να παίξετε το παιχνίδι με τις **φωνούλες** «Τι φωνούλα έχει το γράμμα αυτό;». Σ' αυτή την ηλικία μας ενδιαφέρει να μάθει να χωρίζει αυτό που ακούει σε φωνούλες. Εάν του δείχνετε κάτι είναι προτιμότερο να του λέτε τι φωνούλα έχει αυτό παρά ποιο γράμμα είναι. Κατ' αυτό τον τρόπο, διευκολύνεται η διαδικασία της ανάγνωσης μελλοντικά.
- ✎ Είναι σημαντικό να του διαβάζετε ή να του λέτε **παραμύθια**. Βοηθά στη φαντασία του και στη βελτίωση της προφορικής έκφρασής του. Αφού ολοκληρώσετε την αφήγηση προτείνω να κάνετε ερωτήσεις σχετικά με το περιεχόμενο -εννοείται όχι στην περίπτωση όπου η αφήγηση στοχεύει στην προετοιμασία για ύπνο. Έτσι, δουλεύεται η μνήμη και η συγκέντρωση του παιδιού και φυσικά η λεκτική έκφραση. Ακόμη, καλό είναι να ενθαρρύνετε το παιδί να επαναλάβει την ιστορία αμέσως μετά τη δική σας αφήγηση ή κάποια άλλη στιγμή ώστε να ενισχυθεί η ικανότητα σειροθέτησης βάσει χρονικής ακολουθίας και η περιγραφική ικανότητα.
- ✎ Παραμύθια που εντάσσονται στη θεματική **συναισθηματική αγωγή και κοινωνική συμπεριφορά** θα σας βοηθήσουν να θίξετε θέματα και να δώσετε κατευθυντήριες στο παιδί.

- Μπορείτε να **δημιουργείτε νέες ιστορίες** είτε χρησιμοποιώντας κάρτες, εικόνες από περιοδικά είτε χωρίς οπτικό υλικό απλά δίνοντας μια αρχή ιστορίας και ζητώντας από το παιδί να συνεχίσει. Για να καταφέρει το παιδί να ανταποκριθεί χρειάζεται να έχει ακούσει προηγουμένως στη ζωή του αρκετά παραμύθια ώστε να έχει δημιουργήσει μια βάση απ' όπου θα πάρει ιδέες. Αυτό το παιχνίδι αν γίνει ρουτίνα θα βοηθήσει και στη γραπτή έκφραση στα επόμενα σχολικά χρόνια.
- Είναι σημαντικό να **συζητάτε** με το παιδί. Μαθαίνει να ακούει και να μιλάει περιμένοντας τη σειρά του και βελτιώνεται στην έκφραση. Ακόμη, μαθαίνει να στρέφεται σ' εσάς για να λύσει κάποιο πρόβλημά του.
- Σημαντικό είναι να **συνδέεται καταστάσεις με συναισθήματα**. Γενικά, πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη σημασία στον κοινωνικοσυναισθηματικό τομέα σ' αυτή την ηλικία! Καλό είναι να σχολιάζετε πέραν των εικονιζόμενων στοιχείων και τη δίκη του αλλά και δική σας συναισθηματική κατάσταση συνδέοντάς τη με γεγονότα ή κάνοντας υποθέσεις βάσει εκφράσεων προσώπου/στάσης σώματος.
- Για να βελτιώσει στα πλαίσια παιχνιδιού τις κοινωνικές δεξιότητες του ένα παιδί χρειάζεται να αλληλεπιδρά με συνομηλίκους –όχι να παραμένει μπροστά σε οθόνες για ώρα. Έτσι, εξασκείται στους κανόνες της ομάδας και στην επικοινωνία-ομιλία. Για να επιτευχθεί ουσιαστική αλληλεπίδραση επεμβαίνουμε και καθοδηγούμε όπου χρειάζεται συχνά σαν συμπαίκτες κι όχι σαν απλοί παρατηρητές (παρέχουμε πρότυπο συμπεριφοράς, δίνουμε ιδέες στο παιχνίδι). Γενικά, είναι σημαντικό οι γονείς να αφιερώνουν καθημερινά 15' ποιοτικού χρόνου παιχνιδιού με το παιδί (συγκεντρωμένοι στο παιχνίδι, χωρίς να σκέφτονται τις υπόλοιπες υποχρεώσεις τους) .
- Μπορείτε να παίζετε το **παιχνίδι των συλλαβών** (με παλαμάκια) «Έλα να κόψουμε τη λέξη...σε κομμάτια.» π.χ.πατάτα →πα-τα-τα
- Καλό είναι να του θυμίζετε πού και πού **χρώματα, σχήματα, αριθμούς**.
- Καλό είναι να παίζετε παιχνίδι με **αριθμούς** (για να μην ξεχάσει πώς γράφονται οι αριθμοί που ήδη γνωρίζει να γράφει). Δεν μας ενδιαφέρει η τέλεια αποτύπωση του συμβόλου ούτε η εκμάθηση αριθμών πέραν του 31.
- Με **πλαστικά γράμματα** ή χάρτινα αυτοσχέδια καρτελάκια μπορείτε να του θυμίζετε τι φωνούλα βγάζει το γράμμα, πώς λέγεται το γράμμα (μόνο εάν πρόκειται για παιδί που το ζητά), να αντιγράψει γράμμα/λέξη που βλέπει κάπου. Θα βοηθούσε να προμηθευτείτε έναν **ασπροπίνακα**, μαγνητικό ή μη, ο οποίος θα αξιοποιηθεί για παιχνίδι με πλαστικά γράμματα ή για εξάσκηση στη γραφή με μαρκαδόρο (αντί να ξοδεύετε χαρτιά). Ο σχηματισμός “αστείων” λέξεων (δηλαδή

τοποθέτηση τυχαίων γραμμάτων στη σειρά και ανάγνωση από τον ενήλικα αρχικά και αργότερα από το παιδί) είναι ένα παιχνίδι που κεντρίζει το ενδιαφέρον των παιδιών για ανάγνωση.

- Τα **παζλ** βοηθούν το παιδί να βελτιώσει τον οπτικοχωρικό προσανατολισμό, τη λεπτή κινητικότητα, έλεγχο δύναμης. Προτείνεται να διδάξετε στο παιδί τεχνικές π.χ. «Πρώτα γυρίζω όλα τα κομμάτια για να δω τη ζωγραφιά τους», «βρίσκω τις γωνίες», «βρίσκω τα κομμάτια που μπαίνουν γύρω-γύρω». Μετά την ολοκλήρωση μπορείτε κάποιες φορές να του ζητάτε να περιγράψει την εικόνα.
- Τα **επιτραπέζια ομαδικά παιχνίδια** βοηθούν στη βελτίωση της κοινωνικής συμπεριφοράς παράλληλα με την απόκτηση γνώσεων.
- Καλό είναι να ελέγχετε μαζί το **ημερολόγιο** του μήνα ώστε να αρχίσει να αντιλαμβάνεται την έννοια του χρόνου ενώ παράλληλα εξασκείται στο σχετικό λεξιλόγιο (ημέρες, μήνες, εποχές, σήμερα/αύριο/χθες). Μπορείτε να κατασκευάσετε σε λευκό χαρτί πίνακα με κελιά όσα και οι μέρες του τρέχοντα μήνα ώστε το παιδί να χρωματίζει το κελί της ημέρας → εξάσκηση λεπτής κινητικότητας, αριθμητική & αντίληψη χρόνου
- Για την αντίληψη του χρόνου θα βοηθούσε αν κατασκευάζατε έναν **κυκλικό δίσκο** («ο χρόνος»), τον οποίο στη συνέχεια χωρίζατε σε 12 κομμάτια –σαν πίτα. Στη συνέχεια, χρησιμοποιώντας 4 διαφορετικά χρώματα χρωματίστε τις 4 τριάδες των παραπάνω κομματιών για να προκύψουν οι 4 εποχές. Έτσι, το παιδί θα αντιληφθεί τη σχέση μεταξύ εποχής και μήνα και θα προχωρήσει σε συγκρίσεις (χρόνος > εποχή > μήνα) και σειροθέτηση εποχών/μηνών.
- Να επιβραβεύετε την προσπάθεια και να αναγνωρίζετε κάθε μικρό βήμα προς την κατάκτηση κάποιου στόχου ώστε να μην απελπιστεί και τα παρατήσει.
- Μην ξεχνάτε να αξιοποιείτε τα ενδιαφέροντα του παιδιού σε ό,τι νέο προσπαθείτε να επιτύχετε.
- Εξίσου σημαντική είναι εκτός από τη γνωστική εξέλιξη, η κοινωνικοσυναισθηματική αλλά και η **κινητική** (αδρή & λεπτή κινητικότητα, οπτικοκινητικός συντονισμός, οπτικοχωρικός προσανατολισμός). Το παιδί θα πρέπει να έχει καθημερινά κινητικές εμπειρίες στις οποίες κάποιες φορές θα παρέχετε καθοδήγηση και θα εμπλουτίζετε π.χ.παιχνίδι μίμησης κινήσεων με & χωρίς αντικείμενο.
- Μπορείτε να δημιουργήσετε ένα **βιβλιαράκι με φωνούλες** συράπτοντας σελίδες Α4 -μία για κάθε φώνημα της ελληνικής γλώσσας. (Μπορείτε να εντάξετε και τα δίψηφα σύμφωνα ΜΠ,ΝΤ,ΓΚ,ΤΖ,ΤΣ και το “ΟΥ” καθώς κι αυτά αποτελούν φωνήματα της ελληνικής -χωρίς όμως να μπερδέψετε το παιδί με τη γραπτή αποτύπωση του ήχου. Επίσης, μπορείτε να γράφετε και τα 3 /Ι/ στην ίδια σελίδα για να μην μπειτε σε λεπτομέρειες ορθογραφίας- το ίδιο για τα 2 /Ο/). Στη συνέχεια, εντοπίζοντας εικόνες από περιοδικά θα τις κόβει και θα τις κολλά με καθοδήγηση στη σωστή

σελίδα βάσει αρχικού φωνήματος. Έτσι, εξασκείται η εύρεση αρχικού φωνήματος λέξης -αρχικός στόχος- καθώς και η γραφοφωνημική αντιστοιχία που θα βοηθήσουν μετέπειτα στην ανάγνωση. (**Προσοχή!** Ξεχωρίζουμε τη γραπτή αποτύπωση από τον ήχο δηλ. “Αυτό είναι το άλφα αλλά φωνάζει /Α/”).

👉 Μην βάζετε ποτέ τιμωρία που να έχει σχέση με γράψιμο ή διάβασμα.

👉 Μην ξεχνάτε πως τα παιδιά έχουν ανάγκη από εκτόνωση μέσω κινητικών παιχνιδιών! Όταν, λοιπόν, ο καιρός δεν επιτρέπει το παιχνίδι σε εξωτερικό χώρο, μπορείτε αξιοποιώντας αντικείμενα που έχετε στο σπίτι να δημιουργήσετε συνθήκες για κινητικά παιχνίδια εντός σπιτιού.

👉 Τα **αθλήματα** μπορούν να συμβάλλουν τόσο στη ρύθμιση των επιπέδων κινητικότητας των υπερδραστήριων παιδιών όσο και στη βελτίωση της αδρής κινητικότητας, του οπτικοκινητικού συντονισμού και του οπτικοχωρικού προσανατολισμού οποιουδήποτε παιδιού. Η επιλογή αθλήματος πρέπει να λαμβάνει υπόψη τα ενδιαφέροντα και γενικά την προσωπικότητα κάθε παιδιού (κάθε παιδί μοναδικό!).