

Παιδιά και διακοπές: πώς να τα απασχολήσετε δημιουργικά



Ώρα για καλοκαιρινές διακοπές! Η Ειρήνη Γιαννόπαπα, ψυχολόγος (Μ.Sc. στην Ειδική Αγωγή, Λογοθεραπεία και Συμβουλευτική, Πανεπιστήμιο Αθηνών) μας προτείνει παιχνίδια για να απασχολήσετε δημιουργικά τα παιδιά στις καλοκαιρινές διακοπές!

Ετοιμάζεστε για καλοκαιρινές διακοπές με νήπια και μικρά παιδιά; Τώρα είναι ευκαιρία να αποκτήσετε κοινές εμπειρίες με αυτά, να αφιερώσετε χρόνο, να χαλαρώσετε, να παίξετε και να έρθετε σε επαφή με τη φύση. Αφιερώνοντας χρόνο για δημιουργική απασχόληση, όπως παιχνίδια, κατασκευές ή διάβασμα, αποφεύγετε την εύκολη λύση των ηλεκτρονικών παιχνιδιών, των tablets και της τηλεόρασης. Τα παιδιά μαθαίνουν ελάχιστα από αυτά, χάνουν και χρόνο

από την επαφή με τους άλλους, καθώς δεν εξασκούν δεξιότητες όπως η ικανότητα διαπραγμάτευσης, η διαχείριση συναισθημάτων ή η προσέγγιση των άλλων.



«Στις διακοπές για παράδειγμα μαζέψτε μαζί τους **κοχύλια**, πέτρες ή **βότσαλα** και ζητήστε τους να φτιάξουν ένα **κολλάζ** ή να τα ζωγραφίσουν.

Ξαπλώστε στην ακτή και **αφουγκραστείτε τους ήχους**. **Διαβάστε βιβλία** ή **διηγηθείτε ιστορίες** από τα παιδικά σας χρόνια. Παίξτε μαζί τους **επιτραπέζια παιχνίδια** ή **παιχνίδια στην άμμο και τη θάλασσα**. **Επισκεφτείτε τα αξιοθέατα της περιοχής** και μάθετε την ιστορία τους.».

Αυτές οι ιδέες για δημιουργική απασχόληση στις διακοπές θα βοηθήσουν τα νήπια να παίξουν με την καρδιά τους και να μάθουν.

«Οι καλοκαιρινές διακοπές είναι η κατάλληλη ευκαιρία να αξιοποιήσετε με έναν βιωματικό, παιχνιδιάρικο και δημιουργικό τρόπο τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και τις δυνατότητές των παιδιών και να τα βοηθήσετε να μάθουν να εκφράζονται ελεύθερα και να αναπτύξουν τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους » λέει η ψυχολόγος Ειρήνη Γιαννόπαπα.

✓ Προτού φύγετε για διακοπές βοηθήστε τα να φτιάξουν το δικό τους σακίδιο

Το παιδί θα πάρει μαζί του αυτά που χρειάζεται ενώ θα μάθει να είναι υπεύθυνο για τα πράγματά του.

✓ Διοργανώστε ένα παιχνίδι θησαυρού στην παραλία

Φτιάξτε έναν μικρό χάρτη και δώστε τον στα παιδιά σας μέχρι να ανακαλύψουν τον κρυμμένο θησαυρό. Φροντίστε κατά την αναζήτηση του χαμένου θησαυρού να φορούν αντηλιακό, καπέλο και γυαλιά ηλίου!



✓ Φτιάξτε κάστρα στην άμμο

Εκτός από τα κουβαδάκια του που θα τα χρησιμοποιεί για να γεμίζει άμμο με νερό, μπορεί να χρησιμοποιήσει πέτρες, ξυλάκια από παγωτό και βότσαλα για να φτιάξει το κάστρο του και να ενισχύσει τη λεπτή του κινητικότητα, μια δεξιότητα που θα τα βοηθήσει με τη γραφή, τη χρήση ψαλιδιού και τον χειρισμό μικρών αντικειμένων.



✓ Οργανώστε αγώνες τρεξίματος στην παραλία

Βάλτε εμπόδια στον δρόμο (πέτρες, κουβαδάκια, σχοινί) έτσι ώστε τα παιδιά να μάθουν να πηδούν, να έρπονται και να επιλύουν προβλήματα όταν αυτά εμφανίζονται στο δρόμο τους.

✓ Φτιάξτε τη δική σας καλοκαιρινή συνταγή

Φτιάξτε μπισκότα ή κάνετε παγωτό και πειραματιστείτε με τις γεύσεις και με τα σχήματα.

Η ενασχόληση με την μαγειρική ενισχύει τις γνωστικές και αντιληπτικές λειτουργίες όπως η προσοχή, η μνήμη και η οπτική επεξεργασία.



✓ Μάθετέ τους κάτι καινούριο

Οι νέες εμπειρίες, όταν είναι καλά σχεδιασμένες από τους ενήλικες βοηθούν στη νοημοσύνη των παιδιών και στην αυτοπεποίθηση τους. Μάθετε στα παιδιά ποδήλατο, πώς να κολυμπά κ.λπ.



✓ Φτιάξτε κατασκευές με υλικά παραλίας

Βότσαλα, κοχύλια, πετρούλες, άμμος όλα μπορούν να χρησιμοποιηθούν για ένα υπέροχο κολλάζ των καλοκαιρινών διακοπών. Εκτός αυτού ενισχύετε τη φαντασία, τη δημιουργικότητα και τη λεπτή κινητικότητα των παιδιών.

✓ Ψαρέψτε

Χρησιμοποιήστε υλικά ψαρέματος όπως καλάμι, ψεύτικα ψαράκια, πισίνα. Ενισχύει την αδρή κινητικότητα και τον οπτικο-κινητικό συντονισμό τους.



✓ Ενισχύστε την έννοια του «μοιράζομαι»

Παίξτε με τα παιδιά το παιχνίδι **«μπαίνω στη θάλασσα όταν ακούω το όνομά μου»**. Δώστε τους αστεία ονόματα, ζητήστε τους να περιμένουν μέχρι να ακούσουν τ' όνομά τους και διδάξτε τους έτσι να κάνουν υπομονή και να περιμένουν τη σειρά τους. Επίσης παιχνίδια που ενισχύουν την έννοια του μοιράζομαι, όπως το χρόνο, τα παιχνίδια, τη ψάθα, το παγωτό, είναι απαραίτητα!

✓ Παίξτε με μπάλα

Το πέταγμα και το πιάσιμο της μπάλας είναι ό,τι πρέπει για να ενισχύσετε την αδρή κινητικότητα και τον οπτικο-κινητικό συντονισμό του παιδιού.



Καλές διακοπές!



Πηγή: https://www.boxpharmacy.gr/el/paidia-kai-diakopes-pos-na-ta-apasxolisete-dimiourgika?srsId=AfmBOopDPutyfwTs9pPdJJZtd_Atoy20pvSaFbWmn8vWEtUhNgROWeYxp