

# Το πιο σημαντικό εικοσάλεπτο της ημέρας μας!

Όλοι κάνουμε όνειρα για τα παιδιά μας. Προσδοκούμε να τα δούμε να εξελίσσονται σε έξυπνους, καλούς κι ευτυχισμένους ανθρώπους. Τι μπορούμε όμως να κάνουμε από τώρα γι' αυτό; Αρκεί να αφιερώσουμε λίγα λεπτά την ημέρα για να διαβάσουμε ένα βιβλίο μαζί με τα παιδιά μας.

## Σύμφωνα με επιστημονικές έρευνες, διαβάζοντας μαζί με το παιδί το βοηθάμε:

- να αναπτύξει την ικανότητά του να χρησιμοποιεί τη γλώσσα, να εξασκεί τη μνήμη και να εμπλουτίζει τη φαντασία του
- να καλλιεργήσει την κριτική σκέψη και τη δημιουργική αναζήτηση
- να οικοδομήσει μια δυνατή σχέση με τους γονείς του και να εξασφαλίσει μια ισορροπημένη συναισθηματική ανάπτυξη
- να καλλιεργήσει τις ηθικές αξίες του
- να βελτιώσει την ικανότητά του να συγκεντρώνεται και να μελετά με μεγαλύτερη ευκολία τα μαθήματά του στο σχολείο
- να αναπτύξει τη θέληση για μάθηση και την αυτό-εκτίμησή του
- να έρθει σε επαφή με άλλες κουλτούρες και ιδέες και να διευρύνει τον πνευματικό του ορίζοντα
- να εντάξει το διάβασμα στις καθημερινές του συνήθειες

Σε αντίθεση με τα περιοδικά ή τα δημοσιεύματα στο internet που συνήθως παρέχουν μικρά κομμάτια πληροφοριών, ένα βιβλίο αφηγείται μια ολόκληρη ιστορία. Η ανάγνωσή του απαιτεί συγκέντρωση για μεγάλα χρονικά διαστήματα, βελτιώνοντας την ικανότητα του παιδιού να συγκεντρώνεται, να συλλέγει και να συνδυάζει πλήθος πληροφοριών.

Το παιδί που γνωρίζει τη χρήση των βιβλίων, που έχει συνηθίσει να ακούει ιστορίες και βλέπει τα βιβλία στο οικείο περιβάλλον του, είναι πιθανότερο να ενταχθεί πιο ομαλά στο σχολικό περιβάλλον.

**Η καλλιέργεια της φιλιαναγνωσίας είναι, τελικά, η καλύτερη επένδυση για το μέλλον του παιδιού! Συνεπώς, καλό θα ήταν να...:**

## **ΔΙΑΒΑΖΟΥΜΕ ΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΑΣ**

**20 ΛΕΠΤΑ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ, ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ!**

**Διαβάζοντας σ' ένα μωρό, του προσφέρουμε νοητικά ερεθίσματα και το βοηθάμε να συνδέσει το διάβασμα με συναισθήματα χαράς, ευχαρίστησης και ασφάλειας.**

**(0-3 ετών)**

- Διαβάζουμε στο παιδί πριν ακόμα αρχίσει να μιλάει.
- Κρατάμε το παιδί στην αγκαλιά μας, με τα πρόσωπά μας κοντά, και διαβάζουμε έχοντας το βιβλίο ανοιχτό μπροστά μας.
- Μιλάμε καθαρά, με μικρές προτάσεις και συχνές παύσεις.
- Παίζουμε με τον τόνο της φωνής μας και με τις εκφράσεις του προσώπου μας, ή ακόμα και με το σώμα μας.
- Ενθαρρύνουμε το παιδί να συμμετέχει αγγίζοντας το βιβλίο, σηκώνοντας κινούμενα μέρη, ή ακόμα συμπληρώνοντας προτάσεις με ήχους και λέξεις.
- Αφήνουμε το βιβλίο αμέσως μόλις διαπιστώσουμε ότι το παιδί έχει κουραστεί ή δεν ενδιαφέρεται. Μπορούμε να συνεχίσουμε από το ίδιο σημείο την επόμενη φορά, ή να αναζητήσουμε ένα νέο βιβλίο που να ανταποκρίνεται στις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα του παιδιού.
- Ξαναδιαβάζουμε, ακόμα και συνεχόμενα, τα αγαπημένα βιβλία του παιδιού, ενισχύοντας τα αισθήματα ασφάλειας και χαράς.
- Με μια τόσο απλή κίνηση –αγκαλιάζοντας το παιδί μας και κρατώντας το κοντά μας ενώ διαβάζουμε- μπορούμε να του δείξουμε την αγάπη και τη φροντίδα μας.
- Η μεγαλύτερη ανάπτυξη του εγκεφάλου πραγματοποιείται τα 3 πρώτα χρόνια της ζωής ενός παιδιού. Μιλώντας, τραγουδώντας, λέγοντας ιστορίες και διαβάζοντας, δημιουργούμε συνεχώς ερεθίσματα που είναι σημαντικά για την ανάπτυξή του.

**Διαβάζοντας μαζί μ' ένα παιδί, από τα πρώτα κιόλας χρόνια της ζωής του, το βοηθάμε να αναπτύξει την περιέργεια που έχει για τον κόσμο και να κατανοήσει καλύτερα τον εαυτό του και τους άλλους.**

**(4-11 ετών)**

- Σ' ένα ευχάριστο κι εποικοδομητικό διάλλειμα, επισκεπτόμαστε με το παιδί μας βιβλιοπωλεία ή βιβλιοθήκες και το βοηθάμε να έρθει σε επαφή με τα βιβλία και να εξοικειωθεί μαζί τους.
- Παροτρύνουμε το παιδί να επιλέξει το ίδιο τα βιβλία του και το βοηθάμε να ανακαλύψει τα κατάλληλα βιβλία για την ηλικία και τα ενδιαφέροντά του. Δεν κρίνουμε τις επιλογές του, ενώ το ενθαρρύνουμε να διαβάσει ποικιλία από βιβλία (π.χ. λογοτεχνία, κόμικς, περιοδικά, ποίηση, βιβλία με ανέκδοτα, βιβλία για αθλητισμό, ζώα, χόμπυ κ.ά.).
- Δε χρειάζεται να ανησυχούμε για το επίπεδο δυσκολίας ενός βιβλίου, καθώς το παιδί μπορεί να απολαύσει δυσκολότερα βιβλία από αυτά που μπορεί να διαβάσει μόνο του. Μπορούμε να διαβάσουμε μέρος του βιβλίου μαζί του και να συζητήσουμε για τις ιδέες και τις εικόνες.

- Δραματοποιούμε το περιεχόμενο του βιβλίου, ή επινοούμε παιχνίδια και δραστηριότητες, μετατρέποντας την ανάγνωση σε μια ευχάριστη εμπειρία.
- Συζητάμε με το παιδί και μοιραζόμαστε τα συναισθήματα που γεννήθηκαν κατά την ανάγνωση. Μπορούμε μάλιστα να κάνουμε αυτή τη συζήτηση και μπροστά σε άλλα σημαντικά πρόσωπα της οικογένεια – αδέρφια, παππούδες, ξαδέλφια κ.ο.κ.– παρακινώντας τη συμμετοχή τους. Με αυτό τον τρόπο το παιδί θα νοιώσει όμορφα και σπουδαία που μπορεί να εκφράσει την άποψή του, να καθοδηγήσει μία συζήτηση και να μοιραστεί τα συναισθήματά του.
- Διαβάζοντας οι ίδιοι για ευχαρίστηση, γινόμαστε το παράδειγμα, βοηθώντας τα παιδιά μας να ανακαλύψουν τον κόσμο του βιβλίου και να αναπτύξουν μία κλίση προς την ανάγνωση.

**Παρακινώντας έναν έφηβο να διαβάσει, τον βοηθάμε να αντιμετωπίσει πολλά προβλήματα της ηλικίας του και να αναπτύξει την αυτοεκτίμησή του.**

**(>11 ετών)**

- Μία αληθοφανής ιστορία με έναν κεντρικό χαρακτήρα περίπου στην ίδια ηλικία, ο οποίος βιώνει παρόμοιες καταστάσεις, μπορεί να βοηθήσει τον έφηβο να δει τρόπους που μπορεί να χειριστεί μία κατάσταση, ή να συνειδητοποιήσει ότι δεν είναι ο ίδιος η αιτία του προβλήματος.
- Συζητώντας με έναν έφηβο για το βιβλίο που διάβασε, μπορούμε να εστιάσουμε στις ανησυχίες του και να του δείξουμε έμπρακτα την υποστήριξή μας.

**Αναπτύσσοντας τη φιλαναγνωσία στο σχολικό περιβάλλον.**

Ο χρόνος που τα παιδιά αφιερώνουν καθημερινά στις σχολικές τους δραστηριότητες είναι ο πιο παραγωγικός της ημέρας τους. Είναι λοιπόν αναγκαίο το σχολείο να αποτελεί την εστία αναζήτησης της γνώσης αλλά και της χαράς της δημιουργίας, ενισχύοντας την ισόρροπη ανάπτυξη της προσωπικότητας των παιδιών.

Μέσα από τα προγράμματα φιλαναγνωσίας κι ευέλικτης ζώνης το σχολείο ανοίγει μία δίοδο επικοινωνίας με την κοινωνία και με βιωματικό τρόπο συμβάλλει στη νοητική, συναισθηματική κι αισθητική καλλιέργεια. Πλέον, οι διδάσκοντες, οι γονείς αλλά και οι ίδιοι οι μαθητές έχουν την ευκαιρία να διαμορφώσουν το πρόγραμμα σύμφωνα με τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντά τους.

Ενδεικτικές δραστηριότητες για τις σχολικές τάξεις:

- Δημιουργία λεσχών ανάγνωσης
- Επισκέψεις συγγραφέων
- Ηλεκτρονικές συζητήσεις με ανθρώπους των βιβλίων
- Σχέδια εργασίας που ενσωματώνουν τα λογοτεχνικά βιβλία
- Ψηφιακοί φάκελοι μαθητών
- Ενίσχυση και αξιοποίηση σχολικών βιβλιοθηκών
- Δραματοποίηση & λογοτεχνικό παιχνίδι
- Εικονογράφηση & εικαστικές κατασκευές

## **Μαζί, διαβάζουμε περισσότερο γιατί...**

...σ' ένα βιβλίο ανακαλύπτουμε έναν ολόκληρο κόσμο ανάμεσα σε ένα εξώφυλλο κι ένα οπισθόφυλλο.

...σ' ένα βιβλίο συναντάμε έναν καλό φίλο· μια καλή συντροφιά και προσωπικό καταφύγιο.

...σ' ένα βιβλίο βρίσκουμε τον εαυτό μας σε κάποιον από τους ήρωες και ταυτιζόμαστε μαζί του.

...ένα βιβλίο μας ταξιδεύει σε χώρες μακρινές, χωρίς να κοστίζει όσο η βενζίνη μας μέχρι εκεί!

...ένα βιβλίο είναι ένας συνδετικός κρίκος ανάμεσα σ' εμάς, το συγγραφέα, τον κόσμο όλο.

...μ' ένα βιβλίο αναπτύσσουμε την περιέργειά μας για τον κόσμο.

...μ' ένα βιβλίο πάντα έχουμε θέμα συζήτησης.

...μ' ένα βιβλίο διασκεδάζουμε και μαθαίνουμε.

...μ' ένα βιβλίο ονειρευόμαστε.

...μ' ένα βιβλίου αλλάζουμε τον κόσμο.

**Το άνοιγμα ενός βιβλίου είναι η αρχή μίας περιπέτειας για εμάς και το παιδί μας...**

**Δεν ξέρουμε τι μπορεί να ανακαλύψουμε στις σελίδες του, αλλά σίγουρα θα ζήσουμε ένα ευχάριστο, και ίσως το πιο σημαντικό εικοσάλεπτο της ημέρας μας!**

**-Πώς μπορώ να επιλέξω το κατάλληλο βιβλίο;**

- Ακούστε το παιδί σας! Ρωτήστε το για τα πράγματα που το ενδιαφέρουν, και ενθαρρύνετέ το να διαβάσει ποικιλία από βιβλία (π.χ. λογοτεχνία, κόμικς, περιοδικά, ποίηση, βιβλία γνώσεων, με ανέκδοτα, για τον αθλητισμό ή τα ζώα, για ιδιαίτερα χόμπυ κ.ά.). Παροτρύνετε μάλιστα το παιδί να αναζητήσει και να επιλέξει το ίδιο τα βιβλία του.
- Συζητήστε με άλλους γονείς και συμβουλευτείτε τους δασκάλους του για προτάσεις. Μη διστάσετε ακόμα να ρωτήσετε και τους φίλους του παιδιού σας για τα αγαπημένα τους βιβλία!
- Ανακαλύψτε τα συνιστώμενα βιβλία από το Υπουργείο Παιδείας και τις βιβλιοθήκες, ή αναζητήστε τις προτάσεις των βιβλιοπωλείων, των εκδοτών και ιστοσελίδων σχετικών με το βιβλίο.

**-Μπορεί ένα δύσκολο βιβλίο να αποτρέψει το παιδί μου από την ανάγνωση;**

Όχι! Τα παιδιά μπορούν να απολαύσουν δυσκολότερα βιβλία από αυτά που μπορούν να διαβάσουν μόνα τους. Διαβάστε μαζί με το παιδί σας μέρος από το βιβλίο και συζητήστε για τις ιδέες και τις εικόνες. Πραγματικά θα εκπλαγείτε για το πόσα μπορούν να αντιληφθούν και να εκφράσουν τα παιδιά. Αποφύγετε όμως να ανατρέχετε συχνά σε δύσκολα βιβλία, καθώς υπάρχει κίνδυνος το παιδί να αισθανθεί ανεπαρκές, και να καταφύγει σε «ευκολότερες» δραστηριότητες. Οι υπερβολικές απαιτήσεις έχουν συχνά αποτρεπτικό χαρακτήρα.

**-Το καθημερινό πρόγραμμα, τόσο το δικό μου όσο και του παιδιού, είναι υπερφορτωμένο με δραστηριότητες. Πόσο χρόνο χρειάζεται να αφιερώσω στην ανάγνωση;**

Μόλις δέκα έως είκοσι λεπτά την ημέρα, ή μερικές φορές την εβδομάδα αρκούν, χαρίζοντας και στους δύο στιγμές χαλάρωσης και ουσιαστικής επικοινωνίας.

**-Ποιος είναι ο κατάλληλος χρόνος και χώρος για την ανάγνωση ενός βιβλίου;**

- Θα προτείνουμε να δημιουργήσετε μία «ειδική ώρα» μαζί με το παιδί σας, όπου θα συναντιόσαστε για να διαβάσετε το βιβλίο σας. Η ύπαρξη αυτού του προγράμματος βοηθάει τα παιδιά να εντάξουν το διάβασμα στις συνήθειές τους.
- Κάνετε τα βιβλία, τα περιοδικά και τις εφημερίδες αντικείμενα του σπιτιού σας. Τοποθετήστε τα σε διάφορα σημεία μέσα στο χώρο σας και επιτρέψτε στα παιδιά να έχουν ελεύθερη πρόσβαση σε αυτά.
- Η ώρα του ύπνου είναι μια πραγματικά ιδιαίτερη στιγμή για να μοιραστείτε ιστορίες. Η υπόσχεση για μία ακόμα ιστορία, ή η συνέχεια της χθεσινοβραδινής, κάνει τα παιδιά να αναμένουν με ευχαρίστηση την ώρα του ύπνου. Τα βιβλία αυτές τις στιγμές δημιουργούν χαρούμενες αναμνήσεις που τα παιδιά θα τις θυμούνται όσο μεγαλώνουν με ένα αίσθημα ασφάλειας και αγάπης.

## **-Στο παιδί μου δεν αρέσει η ανάγνωση! Είμαι έτοιμος/η να εγκαταλείψω τη μάχη!**

Η ανάγνωση ενός βιβλίου δεν είναι μάχη! Υπάρχουν απλά πράγματα που μπορείτε να κάνετε ώστε να εισάγετε το παιδί σας στον κόσμο του βιβλίου και να αρχίσετε να οικοδομείτε μια σχέση διαρκείας:

- Δώστε οι ίδιοι το καλό παράδειγμα! Σύμφωνα με έρευνες, παιδιά που «συλλαμβάνουν» κάποιον από τους γονείς τους να διαβάζει για ευχαρίστηση, αναπτύσσουν μία κλίση προς την ανάγνωση. Διαβάστε λοιπόν, βιβλία, περιοδικά, εφημερίδες, εγχειρίδια Η/Υ, καταλόγους, οτιδήποτε... και να είστε σίγουροι ότι και το παιδί σας θα σας μιμηθεί!
- Το κέντρο σε αυτή την αναζήτηση πρέπει πάντα να είναι το ίδιο το παιδί! Μην ξεχνάτε λοιπόν να το ρωτάτε για τα ενδιαφέροντά του. Με τον τρόπο αυτό το παιδί γίνεται πιο δεκτικό σε νέες δραστηριότητες και αναλαμβάνει την ευθύνη των επιλογών του.
- Δωρίστε του ένα βιβλίο σε μία γιορτή, σε μια σημαντική στιγμή της ζωής του, ή ακόμα και με κάθε ευκαιρία. Τα δώρα από τα αγαπημένα πρόσωπα είναι πολύτιμα και δεν παραμελούνται εύκολα. Έχοντας μάλιστα κάνει την κατάλληλη επιλογή σύμφωνα με τα ενδιαφέροντα του παιδιού σας, θα εκπλαγείτε με τον τρόπο που τα θετικά συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν τη συμπεριφορά του!
- Σε ένα ευχάριστο διάλλειμα από το καθημερινό σας πρόγραμμα επισκεφθείτε ένα βιβλιοπωλείο, μια βιβλιοθήκη ή κάποια έκθεση βιβλίου – έναν όμορφο χώρο με κυρίαρχο το βιβλίο, όπου το παιδί θα μπορέσει να αγγίξει, να παίξει και να απασχοληθεί δημιουργικά με ευχάριστες δραστηριότητες σχετικές με το βιβλίο.
- Μην γίνετε ένας από τους γονείς που μέσα στο βιβλιοπωλείο πιέζουν το παιδί τους να διαβάσει συγκεκριμένα βιβλία ή κατακρίνουν συνεχώς τις επιλογές του. Δώστε την ελευθερία στο παιδί να επιλέξει το ίδιο τα βιβλία του, ακούστε τι του αρέσει κι ενθαρρύνετέ το να διαβάσει ποικιλία από βιβλία ώστε να βρει αυτά που το ενδιαφέρουν. Αν επιλέξει κάποιο βιβλίο που δε σας αρέσει, απλά χαμογελάστε κι αντέξτε το! Η διαμόρφωση του προσωπικού γούστου είναι σημαντική υπόθεση.

## **-Μπορείτε να μου προτείνετε δραστηριότητες που θα κάνουν το διάβασμα διασκεδαστικό;**

Κάποιες απλές ενδεικτικές δραστηριότητες που έχουν θεαματικά αποτελέσματα:

- Δώστε εσείς οι ίδιοι ζωή στο βιβλίο σας! Κάντε παντομίμες και προσπαθήστε να μαντέψετε, υποκριθείτε ήρωες ή καταστάσεις, φτιάξτε διαλόγους στο ύφος του βιβλίου. Η δραματοποίηση αποτελεί ένα αγαπημένο παιχνίδι που με ευχάριστο και δημιουργικό τρόπο φέρνει στην επιφάνεια τα «πραγματικά» στοιχεία μίας ιστορίας και βοηθά το παιδί να ταυτιστεί.
- Ζωγραφίστε χαρακτήρες, καρικατούρες ή σκηνές από την ιστορία. Κάντε εικαστικές κατασκευές όπως κούκλες, σκηνικά, φιγούρες από πηλό, πλαστελίνη ή χαρτί κ.ά. Το βιβλίο γίνεται πηγή έμπνευσης και δημιουργίας.
- Διαστρευλώστε την ιστορία και απολαύστε τη χαρά της δημιουργίας. Αλλάξτε στοιχεία των ηρώων ή αντικαταστήστε τους ακόμα και με υπαρκτά οικεία πρόσωπα, φτιάξτε νέα υποθετικά σενάρια για την εξέλιξη της πλοκής και γράψτε το δικό σας τέλος.
- Εάν το παιδί σας δείχνει ιδιαίτερη προτίμηση στην τηλεόραση, αναζητήστε ταινίες βασισμένες σε βιβλία και ξεκινήστε ένα παιχνίδι αντιπαραβολής. Το παιδί θα προσεγγίσει το βιβλίο με διασκεδαστικό τρόπο έχοντας ως σημείο εκκίνησης κάτι που του αρέσει.
- Επισκευθείτε βιβλιοπωλεία, βιβλιοθήκες, πνευματικά κέντρα ή άλλους χώρους όπου πραγματοποιούνται εκδηλώσεις με συγγραφείς. Η συνάντηση αυτή αποτελεί μία έντονη βιωματική εμπειρία για το παιδί και το βοηθά να κατανοήσει με ευχάριστο τρόπο την αξία ενός λογοτεχνικού έργου.

## **-Το παιδί μου είναι αρκετά μεγάλο για να διαβάζει μόνο του!**

Το παιδί σας δεν είναι ποτέ αρκετά μεγάλο για να απολαύσει μία όμορφη ιστορία μαζί σας! Συνεχίστε λοιπόν να μοιράζεστε ιστορίες παρέα, ή διαβάστε παράλληλα το βιβλίο που έχει επιλέξει το παιδί σας και συζητήστε γι' αυτό. Μελετήστε ακόμα και τα σχολικά βιβλία μαζί και ανταλλάξτε απόψεις για το περιεχόμενό τους. Με μια τόσο απλή κίνηση μπορείτε να δείξετε την αγάπη και τη φροντίδα σας, χαρίζοντας στο παιδί σας μοναδικές στιγμές που θα θυμάται για πάντα.