

# Δημιουργικές δραστηριότητες στο σπίτι



Γιορμέζη Αργυρώ  
Εκπαιδευτικός  
1<sup>ο</sup> ΚΕΣΥ Αχαιας



Η πανδημία του κοροναϊού εξαπλώνεται παγκοσμίως και νέες λέξεις, όπως καραντίνα, αυτοπεριορισμός και κοινωνική αποστασιοποίηση εισβάλλουν στο λεξιλόγιό μας, δημιουργώντας νέες συνήθειες στις ζωές μας. Η αναστολή λειτουργίας των σχολικών μονάδων, των κέντρων ξένων γλωσσών, των φροντιστηρίων των αθλητικών κέντρων και πολλών εργασιακών χώρων, η εξ αποστάσεως εργασία, ο περιορισμός των μετακινήσεων, η αποφυγή της σωματικής επαφής και η απαγόρευση των πολυπληθών συναθροίσεων, αποτελούν πρωτόγνωρες καταστάσεις για παιδιά, γονείς και εκπαιδευτικούς.

Η ομαλή μετάβαση των μαθητών στη νέα καθημερινότητα είναι πλέον ζητούμενο όλων, και παρότι δεν υπάρχουν μαγικές λύσεις, οι δοκιμασμένες πρακτικές που μέχρι τώρα εφαρμόζουν τα σχολεία βοηθούν τα παιδιά να οργανώσουν καλύτερα το χρόνο τους. Αν και φαντάζει δύσκολο, για τους γονείς είναι σημαντικό να προσπαθήσουν να οργανώσουν τη μέρα του παιδιού τους, βάσει του σχολικού του προγράμματος, να φτιάξουν δηλαδή μια ρουτίνα- ημερήσιο πρόγραμμα.





## Οι γονείς είναι σημαντικό:

-να διατηρήσουν σταθερές τις ώρες που το παιδί συνήθιζε να έχει πρωινό, δεκατιανό, μεσημεριανό, δείπνο, καθώς και τις ώρες ύπνου.

- να χωρίσουν την ημέρα σε τμήματα, όπως το σχολείο με τα μαθήματα και ---να προγραμματίσουν τις δραστηριότητες της ημέρας.

-να παρέχουν χρόνο για εκτόνωση, χαλάρωση και παιχνίδι.

-να προβλέψουν χρόνο για μελέτη - διεκπεραίωση εργασιών που πιθανόν έχει αναθέσει το σχολείο/ φροντιστήριο/ κέντρο ξένων γλωσσών, δεδομένου ότι κάποια εκπαιδευτικά ιδρύματα πλέον εφαρμόζουν την εξ αποστάσεως εκπαίδευση.

-να προσδιορίσουν το χρόνο χρήσης ηλεκτρονικών παιχνιδιών, τάμπλετ, τηλεόρασης.





### Διαδραστική ανάγνωση

Η διαδραστική ανάγνωση αποφέρει πολλαπλά οφέλη στα παιδιά, σε επίπεδο ανάπτυξης γλωσσικών δεξιοτήτων και επικοινωνίας. Οι γονείς θα πρέπει να ενθαρρύνουν τα παιδιά τους να συζητούν για τις εικόνες των βιβλίων, να προβλέπουν τι θα συμβεί στη συνέχεια σε μια ιστορία και τι αισθάνονται οι χαρακτήρες. Επιπλέον, ως προς την ανάπτυξη γλωσσικών δεξιοτήτων προτείνεται η κατονομασία αντικειμένων, η περιγραφή εικόνων και γεγονότων, η αναδιήγηση της ιστορίας και η συσχέτισή της με τα δικά τους βιώματα και εμπειρίες. Τα παιδιά με τη βοήθεια του ενήλικα παροτρύνονται να συνθέσουν δικές τους ιστορίες και γιατί όχι να συγγράψουν το δικό τους παραμύθι.



Ενδεικτικές δραστηριότητες που θα μπορούσαν να οργανωθούν από τους γονείς  
αι να ενισχύσουν την ανάπτυξη και καλλιέργεια των παιδιών:

### Παιχνίδια με γράμματα και λέξεις

Τα παιδιά ενθαρρύνονται να βρουν λέξεις που προέρχονται από ήχους (π.χ. νιάου - νιαουρίζω), να αναζητήσουν λέξεις κρυμμένες μέσα σε άλλες λέξεις (π.χ. τραμπάλα-μπάλα) ή να εντοπίσουν ρίμες και ομοιοκαταληξίες. Για παράδειγμα, γονείς και παιδιά θα μπορούσαν να παίξουν ένα εναλλακτικό κυνηγητό του τύπου, τρέξε και φέρε 3 αντικείμενα που να αρχίζουν από α (εκφέρουμε το φώνημα- ήχο και όχι την ονομασία του γράμματος).



Μιλώντας για αναμνήσεις- Άλμπουμ φωτογραφιών

## Γράμματα σε παππού, γιαγιά και φίλους

Δεδομένης της υποχρεωτικής κοινωνικής αποστασιοποίησης, είναι σημαντικό τα παιδιά να διατηρήσουν επαφή με αγαπημένα πρόσωπα και να εκφράσουν τα συναισθήματα τους για αυτά. Η υπαγόρευση στους γονείς ή ανάλογα με το επίπεδο γραμματισμού του παιδιού η από κοινού με τους γονείς γραφή επιστολών, επιτρέπει στο παιδί όχι μόνο να εξασκηθεί στις δεξιότητες γραφής, αλλά και παραμένει σε επικοινωνία με τα προσφιλή του πρόσωπα.

Οι γονείς μπορούν επίσης να χρησιμοποιήσουν τον ελεύθερο χρόνο τους με τα παιδιά για να μιλήσουν για εμπειρίες του παρελθόντος, χρησιμοποιώντας φωτογραφίες ως οπτικό βοήθημα, καθώς η επανειλημμένη επεξεργασία της ανάμνησης, ενισχύει τη μνημονική χαρτογράφηση και την αφηγηματική ικανότητα. Για παράδειγμα, «Κοίτα, η θεία Ελένη. Θυμάστε τι κάναμε την τελευταία φορά που την επισκεφθήκαμε»; Οι γονείς θα πρέπει να ενθαρρύνουν τα παιδιά να παραμείνουν στο θέμα και διευκολύνουν τη συζήτηση με ερωτήσεις τύπου ποιος, τι, πότε, πού, πώς και γιατί συνέβη κάτι και πώς αισθάνθηκε το παιδί γι 'αυτό.



Παιχνίδια με αριθμούς

Οι καθημερινές δραστηριότητες στο σπίτι μπορεί να εξελιχθούν σε σημαντικές μαθησιακές εμπειρίες. Για παράδειγμα, οι γονείς μπορούν να καλέσουν το παιδί την ώρα του μεσημεριανού φαγητού, να απαριθμήσει πόσα άτομα θα καθίσουν στο τραπέζι, να ξεχωρίσει τα μαχαιροπίρουνα (κατηγοριοποίηση), να μοιράσει τα πιάτα (διαισθητική προσέγγιση πράξεων), να τοποθετήσει τα ποτήρια ανά μέγεθος κτλ.



Μαγειρική

Η μαγειρική θα μπορούσε να εξελιχθεί σε μια δραστηριότητα φυσικών επιστημών (ας μιλήσουμε για το πώς λειτουργεί η ζύμη ή ποια υλικά διαλύονται στο νερό και ποια όχι), ένα μάθημα μαθηματικών (βάλτε μισό φλιτζάνι αλεύρι, 3 κουταλιές λάδι, κλπ) ή ένα μάθημα ανάγνωσης (τι γράφει άραγε αυτή η ετικέτα; ποιό γράμμα διακρίνεις στην αρχή;), ενώ παράλληλα παρέχονται ευκαιρίες στα παιδιά να μάθουν για τη διατροφή και να γευτούν τρόφιμα από όλο τον κόσμο. Επίσης, με λιωμένη σοκολάτα θα μπορούσαν να φτιάξουν σχέδια ή τα γράμματα του ονόματός τους.

## Άλμπουμ με αυτοκόλλητα

Τα άλμπουμ είναι μια ευχάριστη ενασχόληση για τα παιδιά και τα κρατούν απασχολημένα πολλές ώρες. Πέρα από μια διασκεδαστική δραστηριότητα, απαιτούν συγκέντρωση από τα παιδιά, εξασκούν τη λεπτή κινητικότητά τους (κολλάω-ξεκολλάω κλπ) και αποτελούν αφορμή για πολλές συζητήσεις.

## Παζλ

Η ολοκλήρωση ενός μεγάλου παζλ από όλη την οικογένεια τις επόμενες εβδομάδες θα μπορούσε να είναι ένας καλός τρόπος απασχόλησης κατά τη διάρκεια της καραντίνας. Τα παζλ είναι αγαπημένα εκπαιδευτικά παιχνίδια, με πολλά οφέλη, καθώς παρατηρείται βελτίωση σε διαφορετικές δεξιότητες όπως στον οπτικοκινητικό συντονισμό (όταν ένα παιδί περιστρέφει, αφαιρεί, τοποθετεί κ.ο.κ. κομμάτια του παζλ, συντονίζει χέρι-μάτι και εξελίσει τη λεπτή του κινητικότητα), στη μνήμη, στην ανάπτυξη στρατηγικών επίλυσης προβλημάτων, στην παρατηρητικότητα. Από την άλλη, ανάλογα με το θέμα ενισχύονται και οι γνώσεις του σε διάφορες μαθησιακές περιοχές π.χ. αναγνωρίζει σχήματα, αριθμούς, γράμματα, ζώα, φρούτα, λαχανικά, μέσα μεταφοράς.





Αθλήματα

Πολλά αθλήματα, όπως το ποδόσφαιρο, το μπάσκετ, το χάντμπολ, το πόλο, η πάλη και το ράγκμπι, θεωρούνται σαφώς αθλήματα στενής σωματικής επαφής και καλό είναι να αποφεύγονται. Δεδομένου ότι πολλά παιδιά συμμετείχαν σε αθλητικές δραστηριότητες και η αποφυγή οποιασδήποτε σωματικής δραστηριότητας από τα παιδιά δυσχεραίνει την εκτόνωση της πλεονάζουσας ενέργειάς τους, είναι σημαντικό οι γονείς να εφευρίσκουν ενασχολήσεις που θα συμβάλουν στην ανάπτυξη της σωματικής τους δραστηριότητας, της κινητικότητάς τους και της ενεργητικότητάς τους. Παιχνίδια στο σπίτι όπως χορός, σκουός, μπόουλινγκ και γυμναστική ενδείκνυνται για εσωτερικούς χώρους και προσφέρουν ψυχαγωγία και ευχαρίστηση στα παιδιά. Επίσης, στο διαδίκτυο υπάρχουν πολλά προγράμματα ατομικής εκγύμνασης για παιδιά όπως γιόγκα, μπαλέτο, διάφοροι χοροί.

## Εικαστικές δραστηριότητες

Η ενασχόληση των παιδιών με ζωγραφική, πυλό, κολλάζ αποτελεί ευχάριστη και δημιουργική δραστηριότητα για παιδιά και συντελεί στην καλλιτεχνική τους έκφραση, δίνοντας μορφή σε συναισθήματα, σκέψεις και ιδέες που πολλές φορές είναι δύσκολο να εκφραστούν μέσω του λόγου.





### Χρήση ψηφιακών μέσων

Πολλοί γονείς δεδομένης της κατάστασης πλέον εργάζονται κατ' οίκον ή δυσκολεύονται να διαχειριστούν την ένταση που προκαλεί ο παρατεταμένος εγκλεισμός των παιδιών στο σπίτι, με επακόλουθο να υποκύπτουν εύκολα στις εκκλήσεις τους και να επιτρέπουν την πολύωρη ενασχόληση τους με μια συσκευή ή την παρακολούθηση μιας οθόνης. Σύμφωνα με την Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής (2016), ο χρόνος οθόνης δεν είναι πάντα μοναχικός χρόνος, καθώς οι γονείς μπορούν να συμμετέχουν στις διαδικτυακές δραστηριότητες του παιδιού τους παίζοντας μαζί του ένα παιχνίδι ή παρακολουθώντας μια παράσταση. Ωστόσο, οι ίδιοι ερευνητές επισημαίνουν ότι η μέτρια και κατάλληλη χρήση των ψηφιακών μέσων μπορεί να αποφέρει πολλαπλά οφέλη στα παιδιά, αλλά ο χρόνος με την οικογένεια, τους φίλους, και τους δασκάλους διαδραματίζει έναν κεντρικό και σημαντικότερο ρόλο στην προώθηση της μάθησης και της υγιούς τους ανάπτυξης.



Ενδεικτικές δραστηριότητες χρήσης ψηφιακών μέσων, εκπαιδευτικού-ψυχαγωγικού χαρακτήρα παρατίθενται παρακάτω:

- Θεατρικές παραστάσεις από το Παιδικό Στέκι του Εθνικού Θεάτρου
- Διαδραστικά σχολικά βιβλία
- Φωτόδεντρο
- Ελληνική ιστορία στο Διαδίκτυο
- Βιβλία και παραμύθια με ελεύθερη πρόσβαση
- Αίσωπος





Τέλος, είναι σημαντικό οι γονείς να θυμούνται ότι είναι πρωτίστως γονείς και όχι δάσκαλοι, ενώ η επιβεβλημένη απομόνωση αποτελεί ευκαιρία να περάσουν δημιουργικό και ποιοτικό χρόνο με τα παιδιά τους. Ελπίζουμε και ευχόμαστε αυτό το διάστημα αυτοπεριορισμού και δικαιολογημένης ανησυχίας να περάσει σύντομα με όσο το δυνατό λιγότερα προβλήματα και να αποτελέσει μια ευκαιρία που θα αναδείξει τις δυνάμεις μας σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο, καθώς επίσης από παιδαγωγική/εκπαιδευτική σκοπιά θα μας προσφέρει την ευκαιρία να αναθεωρήσουμε και να εξελίξουμε θετικά τους τρόπους εκπαίδευσης και τις εμπειρίες μάθησης των παιδιών μας.



### Βιβλιογραφία

American Academy of Pediatrics (2018). *Children and Media Tips*, from the American Academy of Pediatrics. Ανακτήθηκε από <https://www.aap.org/en-us/about-the-aap/aap-press-room/Pages/American-Academy-of-Pediatrics-Announces-New-Recommendations-for-Childrens-Media-Use.aspx>

ΔΕΠΠΣ-ΑΠΣ (2003). Διαθεματικό ενιαίο πλαίσιο προγραμμάτων σπουδών και αναλυτικά προγράμματα σπουδών υποχρεωτικής εκπαίδευσης. Αθήνα: ΥΠΕΠΘ-ΠΙ, ΦΕΚ 304Β/13-03-2003. Ανακτήθηκε από <http://www.pi-schools.gr/programs/depps/>

Οδηγός Εκπαιδευτικού για το Πρόγραμμα Σπουδών του Νηπιαγωγείου (2011). ΥΠΕΠΘ-ΠΙ. Ανακτήθηκε από [http://dipe-a-athin.att.sch.gr/0602\\_Odhgos\\_gia\\_Nhpiagwgeio\\_NPS.pdf](http://dipe-a-athin.att.sch.gr/0602_Odhgos_gia_Nhpiagwgeio_NPS.pdf)

Fetter, A. (2018). How Parents Can Keep Kids Busy (and Learning) in Quarantine. Ανακτήθηκε από <https://www.theatlantic.com/family/archive/2020/03/activities-kids-coronavirus-quarantine/608110/>

